

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*

CR ConsumerReports™



## Colonoscopia

### Cuándo se necesita y cuándo no

**L**a colonoscopia es el examen más preciso que se usa para detectar y prevenir el cáncer de colon y de recto. Puede detectar el cáncer oportunamente y salvar vidas, pero incluso un examen muy bueno puede realizarse en exceso. A continuación se indica cuándo se necesita y cuándo no es así.

#### ¿Qué es una colonoscopia?

Una colonoscopia usa una sonda flexible e iluminada para ver el colon y el recto. Durante el examen, los médicos pueden detectar y extirpar pequeñas masas, llamadas pólipos. Estos son comunes y por lo general inofensivos. Sin embargo, algunos pólipos, llamados adenomas, podrían convertirse en cáncer. La extirpación de estos pólipos puede prevenir el desarrollo de cáncer.

#### Las personas que no corren un alto riesgo necesitan el examen cada 10 años.

El examen es muy preciso y el cáncer colorrectal se desarrolla lentamente.

- Si su examen no detecta adenomas ni cáncer, y usted no corre un alto riesgo de cáncer de colon, probablemente no necesitará otro examen en 10 años.
- Si se le extirpan uno o dos adenomas de bajo riesgo, probablemente no necesitará otro examen en cinco años.
- Si tiene adenomas más graves, es posible que necesite otro examen antes de 5 años. Los pacientes que corren un alto riesgo posiblemente necesiten la prueba en 1 a 3 años.



#### La colonoscopia es segura, pero puede conllevar riesgos.

Algunas veces la colonoscopia podría causar:

- Sangrado de donde se extirpa un pólipo.
- Reacciones al sedante.
- Dolor abdominal.
- Pequeños orificios en el colon, llamados perforaciones.

Se debe evaluar a las personas con problemas cardiacos y respiratorios antes de una colonoscopia. A las personas con estas afecciones debe realizárseles el procedimiento en el centro médico adecuado, con una vigilancia muy de cerca, ya que puede haber complicaciones graves. Por lo general, los beneficios de la colonoscopia justifican el riesgo. Hable con su médico tanto de los beneficios como de los riesgos.

## La preparación para el examen justifica el esfuerzo.

Antes de su colonoscopia, hay que limitar algunas medicinas y alimentos. Durante un día, beber únicamente líquidos transparentes y tomar laxantes, que podrían causar malestar. Es muy importante seguir las instrucciones de la preparación, a fin de que la prueba sea lo más precisa posible. Durante el examen, se administra un sedante para dormir. Esto significa que alguien tendrá que ayudarlo en casa. Además, no debe manejar, trabajar ni tomar decisiones importantes el día de la colonoscopia. Por lo general, se puede reanudar la rutina al día siguiente.

## El examen puede aumentar los costos.

El examen está cubierto como atención preventiva por Medicare y la mayoría de los planes médicos. Esto significa que no hay ningún copago si se lo hacen cada 10 años como una prueba de detección. Sin embargo, bajo Medicare, es posible que tenga que pagar por los costos relacionados, como la anestesia, y si se detecta un pólipo, posiblemente sea responsable de un copago o deducible, independientemente de su seguro. Hable con el proveedor de su seguro para averiguar qué cubre y qué no cubre. Si no tiene seguro, averigüe si en su comunidad hay programas para ayudarlo a realizarse un examen.

## ¿Cuándo se debe realizar una colonoscopia?

La mayoría de las personas deben realizarse una prueba de detección de cáncer de colon a los 50 años. Si la colonoscopia no detecta ningún indicio de cáncer, debe volver a realizarse el examen cada 10 años. Sin embargo, si tiene de 76 a 85 años, hable con el médico sobre la frecuencia.

Otras personas podrían necesitar el examen con mayor frecuencia, incluidas aquellas que sufren de:

- Enfermedad de intestinos inflamados.
- Colitis ulcerativa y enfermedad de Crohn.
- Un historial de adenomas grandes múltiples o de adenomas de alto riesgo.
- Un familiar cercano que haya tenido cáncer colorrectal o adenomas.

## Otras pruebas de detección de cáncer colorrectal.

Si no hay alto riesgo de cáncer de colon, hable con su médico sobre otros exámenes y pruebas. Cada prueba tiene puntos a favor y en contra.

## Consejo de Consumer Reports

# Cómo protegerse contra el cáncer de colon

### Haga cambios en el estilo de vida.

- Coma más frutas, verduras y granos enteros.
- Coma menos alimentos grasosos y carne roja o procesada.
- Pierda peso extra, y haga mucho ejercicio.
- Límite el consumo de alcohol, y no use tabaco.



### Conozca las señales de advertencia de cáncer de colon.

Infórmele a su médico si tiene cambios en los hábitos de evacuación que duren una semana o dos, como por ejemplo:

- Sangrado del recto
- Heces oscuras o delgadas
- Estreñimiento o diarrea
- Cólicos estomacales
- La urgencia de evacuar cuando no necesita hacerlo
- Estar cansado todo el tiempo
- Anemia
- Pérdida de peso inexplicable

### Para tener resultados precisos de la colonoscopia.

Para prepararse para el examen, necesita evitar ciertos alimentos y medicinas, como el ibuprofeno, el naproxeno y los anticoagulantes, y necesita tomar laxantes. Esta preparación es importante. Le ayudará a tener un examen completo y seguro. Siga las indicaciones de su médico con mucho cuidado. Si tiene preguntas, llame a la oficina y hable con una enfermera.

Este informe es para que lo use cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

© 2017 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Asociación Estadounidense de Gastroenterología. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite

[ConsumerHealthChoices.org/about-us/](http://ConsumerHealthChoices.org/about-us/)