

# Colorectal Cancer:

Prevention & Screening  
Identify, Reduce, Prevent



## What is colorectal cancer?

Colorectal cancer begins as small growths, known as polyps, in the lining of the large intestine. Over time, some polyps can change and become cancerous. Regular screenings can detect and remove these polyps before they become a serious threat.

## What you should look out for?

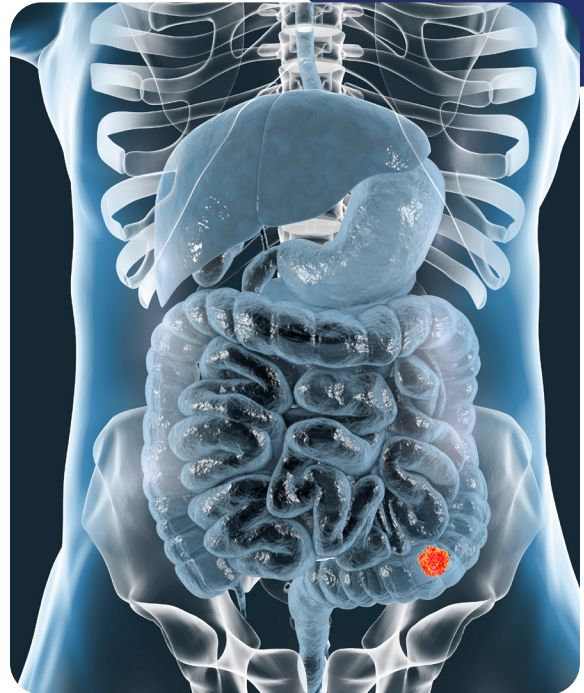
- Changes in your bowel habits
- Blood in or on your stool (bowel movement)
- Abdominal pain or cramps that don't go away
- Unexplained weight loss
- Fatigue or weakness
- Anemia (caused by losing blood in the stool)
- Feeling bloated

## What you can do about it:

- Know your family's cancer history
- Eat a diet high in fiber
- Lower red and processed meat intake
- Avoid smoking
- Limited alcohol usage
- Exercise
- Be aware of your body and any symptoms
- Talk to your doctor about ways to improve your diet and lifestyle to prevent colon cancer
- Follow through with screening when your doctor recommends it

# #2

Colorectal cancer is the 2nd leading cause of cancer death in both men and women and often has no symptoms.



## GET SCREENED

To learn more, you can call, text, scan, or visit to get started today!

Text: "SCREEN" to 43386

Call: 833.727.3665

Visit: [go.rutgers.edu/PreventCRC](https://go.rutgers.edu/PreventCRC)

Scan:



Sources:

<https://seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/about/key-statistics.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/causes-risks-prevention/prevention.html>

Rev. 02.06.2024

# Cáncer colorrectal:

Prevención y detección  
Identificar, reducir, prevenir



## ¿Qué es el cáncer colorrectal?

El cáncer colorrectal comienza como crecimientos pequeños, llamados pólipos, en el revestimiento del intestino grueso. Con el tiempo, algunos pólipos pueden cambiar y volverse cancerosos. Las pruebas de detección periódicas permiten detectar y extirpar estos pólipos antes de que se conviertan en una amenaza grave.

## ¿A qué debe prestar atención?

- Cambios en los hábitos intestinales
- Sangre en o sobre las heces (evacuación intestinal)
- Dolor o calambres abdominales que no desaparecen
- Pérdida de peso inexplicable
- Fatiga o debilidad
- Anemia (causada por la pérdida de sangre en las heces)
- Sensación de hinchazón

## Qué puede hacer al respecto:

- Sepa los antecedentes de cáncer de su familia
- Coma alimentos con alto contenido de fibra
- Reduzca el consumo de carnes rojas y procesadas
- No fume
- Tome poco alcohol
- Haga ejercicio
- Preste atención al cuerpo y a cualquier síntoma
- Hable con el médico sobre formas de mejorar su alimentación y estilo de vida para prevenir el cáncer de colon
- Hágase las pruebas cuando su médico lo recomiende

# N° 2

El cáncer colorrectal es la segunda causa principal de muerte por cáncer en hombres y en mujeres y, a menudo, no tiene síntomas.



## HÁGASE UNA PRUEBA DE DETECCIÓN

¡Para obtener más información y comenzar hoy, puede llamar, enviar mensajes de texto, escanear el código o visitar nuestra página!

Mensaje de texto: Envíe "SCREEN" al 43386

Teléfono: 833.727.3665

Visite: [go.rutgers.edu/PreventCRC](https://go.rutgers.edu/PreventCRC)

Escanee:



Fuentes:

<https://seer.cancer.gov/statfacts/html/colorect.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/about/key-statistics.html>

<https://www.cancer.org/cancer/colon-rectal-cancer/causes-risks-prevention/prevention.html>

Rev. 02.29.2024