

Recuperación mejorada después de la cirugía colorrectal ERAS

Un programa para una mejor y más rápida
recuperación después de la cirugía



STRONG
MEMORIAL HOSPITAL

¿Qué es la recuperación mejorada después de la cirugía (ERAS)?

La recuperación mejorada después de la cirugía (ERAS, por sus siglas en inglés) es un programa basado en evidencia científica que fomenta una recuperación saludable después de la cirugía. Nuestro objetivo es mejorar su experiencia quirúrgica y ayudarlo a volver a la normalidad lo antes posible.

Hacemos esto trabajando juntos para administrar su atención antes y después de la cirugía. **Usted** es una parte muy importante del equipo.

Este folleto:

- Le ayudará a prepararse para su cirugía
- Explicará cómo usted desempeña una función activa en su recuperación
- Le dará metas diarias a lograr

Las investigaciones demuestran que usted se recuperará más rápido si hace lo que se explica en este folleto. Hay instrucciones sobre la alimentación y la bebida, la actividad física y el control del dolor. Estos consejos le ayudarán a sentirse mejor más rápido y a volver a casa antes de forma segura.

Lleve este folleto con usted el día de la cirugía. Úselo como guía durante su permanencia en el hospital. Podemos consultarlo mientras se recupera y revisarlo con usted cuando esté listo para regresar a casa.

Someterse a una cirugía puede ser estresante para usted y su red de apoyo. La buena noticia es que usted no está solo. Lo apoyaremos en cada paso del camino. Háganos saber cualquier pregunta que tenga sobre su atención. ¡Queremos estar seguros de responder a todas sus preguntas!

Use este espacio para escribir sus preguntas a medida que avanza en el folleto. También hay espacio adicional al final.

Preguntas para mi equipo de atención quirúrgica:

Su equipo de atención quirúrgica

Verá a muchas personas diferentes de su equipo de atención durante su permanencia en el hospital. Trabajamos juntos para verificar su condición y planificar los mejores pasos hacia una recuperación saludable.



Dra. Larissa Temple
Cirujana jefe



Dra. Lisa Cannon
Cirujana



Dra. Christina Cellini
Cirujana



Dr. Fergal Fleming
Cirujano



Dra. Gabriela Poles
Cirujana



Dr. Rabih Salloum
Cirujano



Dra. Jenny Speranza
Cirujana



Dr. Zhaomin Xu
Cirujano



Ashley Croft
Enfermera profesional



Ginny Hanchett
Enfermera profesional



Jennifer Kenny
Enfermera registrada



Maggie Odhner
Enfermera profesional



Mary Robinson
Enfermera profesional



Ellen Schmidt
Enfermera profesional



Brittany Lewis
Enfermera profesional



Quarnisha White
Enfermera profesional



Holli Swanson
Asistente médico



Lindsay Ruffo
Enfermera profesional



Jody Kitt
Enfermera educadora

NUESTROS CONSULTORIOS

División de cirugía colorrectal

Centro quirúrgico en Sawgrass
180 Sawgrass Dr., Suite 220
Rochester, NY 14620

Teléfono (585) 273-2727
Fax (585) 276-2203

Servicios de ostomía

Centro quirúrgico en Sawgrass
160 Sawgrass Dr., Suite 130
Rochester, NY 14620

Teléfono (585) 262-9191
Fax (585) 256-2046

CENTROS QUIRÚRGICOS

Centro quirúrgico de Strong

Strong Memorial Hospital
601 Elmwood Ave.
Rochester, NY 14624

Teléfono (585) 275-8256
Fax (585) 473-8828

Centro quirúrgico de Highland

Highland Hospital
1000 South Ave.
Rochester, NY 14620

Teléfono (585) 341-6707

Preparación para la cirugía

Fecha de la cirugía: _____

Con algo de preparación, usted puede prevenir muchos problemas durante y después de la cirugía. Trate de estar lo más fuerte y saludable posible antes de la cirugía.

Manténgase saludable:

- Deje de fumar
- Haga ejercicio regularmente. Esta podría ser su rutina regular de ejercicios o simplemente caminar ligeramente durante 30 minutos al día.
- Limite o evite el alcohol
- Coma una variedad de alimentos saludables. Su cuerpo quema mucha energía durante y después de la cirugía. Llénese de energía aumentando sus calorías de alimentos llenos de nutrientes.

Tenga un plan:

- Hable sobre su cirugía con familiares, amigos y su red de apoyo
- Pida a alguien que lo ayude cuando llegue a casa. Podría ser más fácil tener la ayuda de más de una persona. Es posible que necesite ayuda para bañarse, hacer las compras, cocinar, hacer las tareas del hogar y cuidar a las mascotas.
- Coordine el transporte a casa desde el hospital y a sus citas de seguimiento
- Lea las instrucciones previas a la admisión. Estas le indicarán qué llevar al hospital, qué dejar en casa y cómo prepararse para su cirugía.



Abastézcase de los medicamentos, alimentos y bebidas que necesitará antes y después de su cirugía, incluidos:

- Goma de mascar: al menos 15 piezas, del tipo que desee. Masticar goma después de la cirugía ayuda a que su sistema digestivo se recupere más rápidamente.
- Gatorade® u otra bebida deportiva: una botella de 64 oz o dos de 32 oz
- Jugo de manzana: claro, sin pulpa
- Píldoras laxantes Dulcolax® (bisacodilo) o cualquier marca genérica: necesitará 4 píldoras, 5 mg cada una
- MiraLAX® (8.3 oz) en polvo o cualquier marca genérica

Si su médico le indicó que bebiera suplementos nutricionales antes de la cirugía:

- Suplementos nutricionales líquidos. Necesitará al menos 15 porciones. Hay más información sobre suplementos nutricionales en la página 6.

7 días antes de la cirugía

Fecha: _____



- Deje de tomar anticoagulantes, vitaminas y suplementos herbales de cualquier tipo, a menos que su médico le indique algo diferente

5 días antes de la cirugía

Fecha: _____



- No** deje de tomar su aspirina de 81 mg
- Es posible que deba dejar de tomar cualquier agente antiinflamatorio no esteroideo (NSAID, por sus siglas en inglés), como aspirina de 325 mg, ibuprofeno (Advil®, Motrin®) o naproxeno (Aleve®). Consulte con su médico o verifique esto con su equipo quirúrgico antes de dejar de tomarlos.

Si su médico le indicó que bebiera suplementos nutricionales antes de la cirugía:



- Comience a beber 3 porciones de suplementos nutricionales cada día

Los suplementos nutricionales líquidos son ricos en proteínas y contienen vitaminas y minerales. Por lo general, están disponibles en una variedad de sabores. Puede encontrarlos en Walmart, Target, farmacias y supermercados.

Algunos ejemplos incluyen Ensure Enlive®, Impact Recovery®, o Boost®. Muchas tiendas también tienen marcas genéricas, que tienen los mismos ingredientes básicos.

Consulte la página 6 para obtener una lista de marcas y tamaños de porción comúnmente disponibles.

SUPLEMENTOS NUTRICIONALES COMÚNMENTE DISPONIBLES:

| Nombre del suplemento | Tamaño de la porción | Proteína (gramos) | Calorías | ¿Para la diabetes? |
|--|----------------------|-------------------|----------|--------------------|
| BOOST PLUS® | 8 oz | 14 | 360 | |
| Boost Glucose Control® | 8 oz | 16 | 190 | Sí |
| Boost Breeze® | 8 oz | 9 | 250 | |
| Carnation Instant Ready to Drink® | 8 oz | 10 | 240 | * |
| Carnation Instant Breakfast Powder® | 1 paquete | 5 | 130 | * |
| Carnation Instant Breakfast Powder Light Start - No Sugar Added® | 8 oz | 5 | 150 | Sí |
| Ensure Plus® | 8 oz | 13 | 350 | |
| Ensure Enlive® | 8 oz | 20 | 350 | |
| Ensure Original® | 8 oz | 9 | 220 | |
| Ensure Clear® | 10 oz | 8 | 180 | |
| Ensure High Protein® | 8 oz | 16 | 160 | |
| Glucerna Shake® | 8 oz | 10 | 180 | Sí |
| Impact Advanced Recovery® | 6 oz | 18 | 200 | |
| Kellogg's Special K Protein Shake® | 10 oz | 15 | 190 | |
| Premier Protein® | 11.5 oz | 30 | 160 | |
| Premier Protein Clear® | 16.9 oz | 20 | 90 | Sí |

*Disponible en "Sin azúcar añadido" para personas con diabetes

1 día antes de la cirugía

Fecha: _____

- Llame a su centro quirúrgico programado para averiguar a qué hora debe llegar y cuándo comenzará su cirugía

Centro quirúrgico de Strong

Llame al (585) 275-8256 entre las 2:30 p. m. y las 7:00 p. m.

Centro quirúrgico de Highland

Llame al (585) 341-6707 entre la 1:30 p. m. y las 4:00 p. m.

Nota: si su cirugía está programada para un lunes, llame el viernes anterior



Debo llegar al centro quirúrgico a las: _____

Mi cirugía comenzará a las: _____



- Para el desayuno y el almuerzo, ingiera comidas saludables y normales. Para la cena, ingiera una comida ligera como *carnes magras, granos, legumbres, verduras, frutas, sopa, ensalada*



- Al mediodía, comience la preparación intestinal. Para obtener detalles, consulte las instrucciones en la página 8.



- A las 8:00 p. m., si su médico se lo indicó, beba 16 oz de Gatorade® o jugo de manzana claro (sin pulpa)

Esto se llama **carga de carbohidratos**. Ayuda a controlar el nivel de azúcar en la sangre, disminuir la sed y mejorar la curación. Si tiene diabetes, siga las pautas específicas de su médico para bebidas y medicamentos.



- Si está tomando suplementos nutricionales, beba su último suplemento antes de las 10:00 p. m.



Después de las 10:00 p. m., solo líquidos claros

No alimentos sólidos

SÍ



| |
|--|
| Gatorade® u otras bebidas deportivas |
| Manzana, limonada u otro jugo de fruta sin pulpa |
| Suplementos nutricionales claros, como Ensure Clear® |
| Té o café (frío o caliente) <u>sin</u> leche, productos lácteos, cremas añadidos |
| Soda |
| Caldo claro o consomé |
| Paletas claras, helado italiano o sorbetes |
| Gelatina clara |
| Agua o aguas saborizadas |

NO



| |
|--|
| Alcohol... de cualquier tipo |
| Jugo de tomate, naranja o pomelo |
| Avena u otros cereales cocidos |
| Té o café con leche, productos lácteos, cremas añadidos |
| Leche, malteadas, yogur, sorbetes o batidos |
| Sopas con carne, fideos, arroz, frijoles o verduras |
| Golosinas congeladas que contengan leche, trozos de fruta u otros trozos sólidos |
| Gelatina con fruta o trozos de fruta |
| Cualquier alimento sólido, como carnes, grasas, pan, arroz o verduras |



- Antes de acostarse, dúchese o báñese con uno de los cepillos para frotar con clorhexidina que le proporcionamos

Preparación intestinal: 1 día antes de la cirugía

La preparación intestinal es una forma de asegurarse de que sus intestinos estén vacíos antes de la cirugía. Limpiar su sistema digestivo con laxantes y tomar píldoras antibióticas antes de la cirugía disminuye el riesgo de infección.

| | | |
|---|-------------------|---|
|  | Mediodía | <input type="checkbox"/> Tome las píldoras de metronidazol y neomicina Ambos medicamentos son antibióticos. Siga las instrucciones en los frascos de los medicamentos. |
| | 1:00 p. m. | <input type="checkbox"/> Tome las píldoras de metronidazol y neomicina Siga las instrucciones en los frascos de los medicamentos |
| | 2:00 p. m. | <input type="checkbox"/> Prepare y beba una mezcla de MiraLAX®: <ol style="list-style-type: none"> 1. Vierta un recipiente (8.3 oz) de MiraLAX® en polvo en una botella de 32 oz de Gatorade® frío u otra bebida deportiva clara 2. Agite el recipiente hasta que se disuelva el MiraLAX® 3. Beba 8 oz de la mezcla cada 15-30 minutos hasta que se acabe <p>El recipiente de 8.3 oz de MiraLAX® en polvo se ve así. Las marcas genéricas se ven muy similares y son seguras de usar en lugar del producto de marca.</p>  |
| | 6:00 p. m. | <input type="checkbox"/> Tome 4 píldoras de Dulcolax® (5 mg) <p>Una caja de Dulcolax® se ve así. Las marcas genéricas se ven muy similares y son seguras de usar en lugar del producto de marca.</p>  |
| | 8:00 p. m. | <input type="checkbox"/> Tome las píldoras de metronidazol y neomicina Siga las instrucciones en los frascos de los medicamentos |

Comenzará a defecar (tener su primera evacuación intestinal) aproximadamente una hora después de comenzar a beber el MiraLAX®. Puede continuar teniendo evacuaciones intestinales frecuentes hasta por 6 horas. **Si necesita tomar algún medicamento, espere hasta una hora después de terminar el MiraLAX®.**

El día de la cirugía

Fecha: _____



- Si duerme con una máquina CPAP en casa, llévela consigo



- No coma ningún alimento sólido
- Todavía está bien tomar líquidos claros **hasta 2 horas antes de llegar al centro quirúrgico**



- Si se le indica, complete su carga de carbohidratos 2 horas antes de su llegada bebiendo 8 oz de Gatorade® o jugo de manzana claro (sin pulpa)

Si tiene diabetes, es posible que su médico le dé instrucciones específicas sobre bebidas y medicamentos.



- Dúchese o báñese con el segundo cepillo para frotar con clorhexidina que le proporcionamos



- Tome solo los medicamentos que le indicamos que tome, a la hora habitual, antes de ir al hospital. Puede tomar TYLENOL® (acetaminofén), si es necesario.

Tome los medicamentos con muy poca agua, menos de 1 oz (es decir, 2 cucharadas).



- Empaque ropa cómoda para usar en casa

Después de la cirugía



- Manténgase activo. Lo ayudaremos a levantarse de la cama solo unas horas después de su cirugía. Esperamos que camine varias veces al día y que se levante de la cama y se siente en una silla para todas las comidas. Esta es la cosa más importante que puede hacer para ayudar con una recuperación rápida. Esto ayudará a acelerar el retorno de la función intestinal, mejorar la circulación y prevenir infecciones y coágulos de sangre.



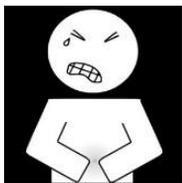
- Beba líquidos claros tan pronto como se despierte, según las indicaciones de su equipo. Beba lo que pueda sin que eso le cause malestar. Informe a su enfermera si se siente mal del estómago.



- Mastique goma de mascar durante 20 minutos, 3 veces al día. La goma de mascar, junto con los líquidos claros, ayudará a que sus intestinos vuelvan a funcionar de manera normal más rápido.



- Comience una dieta regular el día después de su cirugía. Coma porciones pequeñas y mastique muy bien. Beba líquidos entre comidas para que no necesite líquidos por vía intravenosa. Si tiene una ostomía, un nutricionista hablará con usted sobre la alimentación y la bebida.



- Anticipe tener algo de dolor después de una cirugía mayor. Tan pronto como sea posible, le cambiaremos los analgésicos intravenosos por medicamentos que puede tomar por vía oral. Monitorearemos cuidadosamente su dolor y trabajaremos con usted para controlarlo lo mejor posible. Háganos saber si su plan necesita ser ajustado. Si su nivel de dolor es demasiado alto, eso retrasará su progreso.



- Despertará con un tubo (catéter) en la vejiga debido a la cirugía. Lo retiraremos lo antes posible. Esto podría ser tan pronto como la mañana después de la cirugía, pero cada caso es único.



- Recibirá una inyección de Lovenox®. Lovenox® es un medicamento que ayuda a prevenir los coágulos de sangre. Su equipo médico también puede decidir que usted necesita este medicamento después de regresar a casa. Si esto ocurre, le enseñaremos cómo administrarse esta inyección antes de regresar a casa.



- Todos los días, revisaremos sus signos vitales: presión arterial, frecuencia cardíaca, saturación de oxígeno, temperatura y respiración. Durante el primer día o días posteriores, esto se hará cada 1 a 4 horas.
- También revisaremos su nivel de azúcar en la sangre cada cierta hora. Si necesita insulina, se la daremos.



- Tendrá metas diarias. Estas incluyen objetivos de actividad, dieta y cualquier consulta que necesite con nutrición, atención domiciliaria, trabajo social y fisioterapia.

Regreso a casa

El tiempo que permanezca en el hospital depende del tipo de cirugía que tenga. Puede regresar a casa cuando esté médicamente preparado y sea seguro para usted. Esto podría ser de 2 a 5 días después de la cirugía. Hablaremos con usted acerca de regresar a casa (alta) todos los días.

En general, será seguro para usted regresar a casa cuando:

- Esté expulsando gases o heces (evacuaciones intestinales, heces, excremento)
- Su dolor se controle con píldoras
- Coma sin sentir náuseas

Es posible que necesite ayuda adicional de familiares y amigos durante los primeros días.

Haga planes para obtener ayuda adicional en casa.

¿Cómo puedo regresar a casa lo antes posible?

Esto es lo que puede hacer para recuperarse de manera segura y regresar a casa antes:

- Realice los ejercicios de piernas y de respiración según las indicaciones. Use los ejemplos de este folleto.
- Aumente poco a poco el nivel de actividad según lo tolere. Si duele, deténgase.
- Recuerde levantarse y caminar al menos 4 veces al día. Le animamos a que también suba algunas escaleras.
- Ingiera comidas pequeñas y frecuentes a lo largo del día
- Mastique bien sus alimentos
- Poco a poco, comience a comer una variedad de alimentos diferentes y saludables
- Recuerde beber abundante líquido
- Si tiene una ostomía, monitoree su entrada y salida



**¿Tiene preguntas?
¡Llámenos!**

(585) 273-2727

Antes de salir del hospital, su equipo de atención revisará con usted las instrucciones para el alta. Cubriremos cosas como:

- Signos y síntomas de infección y cuándo llamar a su médico
- Restricciones de actividad en el hogar y levantamiento de objetos: no levante más de 10 libras, que es aproximadamente lo mismo que un galón de leche
- Ducha y cuidado de heridas, incluido el cuidado de sus grapas o puntos
- Cambios en los medicamentos, incluido el posible uso de inyecciones de Lovenox®
- Control del dolor
- Citas de seguimiento

Su médico le informará cuándo será seguro que vuelva a conducir

¿Cómo puedo prevenir infecciones?

Las infecciones del sitio quirúrgico ocurren en la parte del cuerpo donde se realizó la cirugía. Las infecciones se desarrollan en aproximadamente 1 a 3 de cada 100 pacientes que se someten a cirugía.

Cosas que hacemos para prevenir infecciones:

- Es posible que retiremos parte de su vello inmediatamente antes de la cirugía con maquinillas eléctricas, si el vello se encuentra en el área donde se realizará el procedimiento
- Administrarle antibióticos antes de que comience la cirugía
- Limpiar la piel en el lugar de la cirugía con un jabón que elimina los gérmenes

Cosas que usted puede hacer antes y después de la cirugía para prevenir infecciones:

- Lavarse bien las manos es la mejor manera de prevenir infecciones
- Informe a su médico acerca de otros problemas médicos que pueda tener. Problemas como alergias, diabetes y obesidad podrían afectar su cirugía y tratamiento.
- Deje de fumar. Los pacientes que fuman desarrollan más infecciones. Hable con su médico acerca de cómo dejar de fumar. ¡Nosotros podemos ayudar!
- No se afeite cerca del sitio de la cirugía. Esto puede irritar la piel y hacer que sea más fácil contraer una infección.



- Asegúrese de que todos los miembros de su equipo de atención médica se laven las manos antes de examinarlo, ya sea con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Está bien que nos haga recordar acerca de las manos limpias o el uso de guantes durante su permanencia en el hospital.
- Los familiares y amigos deben lavarse las manos antes y después de visitarlo. Ellos no deben tocar la herida quirúrgica ni los vendajes.

Los signos de infección incluyen:

- Fiebre superior a 101 °F
- Piel sensible y enrojecida alrededor del sitio quirúrgico
- Secreción espesa o con mal olor alrededor del sitio quirúrgico
- Vómitos por más de 8 horas
- Dolor intenso o dolor que empeora
- Sangre que empapa el vendaje que requiere que lo cambie cada hora

¿Cómo puedo prevenir los coágulos de sangre?

Un coágulo de sangre que se forma en una vena profunda puede ser una condición grave y potencialmente mortal.

Sus posibilidades de desarrollar coágulos de sangre aumentan con la cirugía, la menor actividad, el sobrepeso y el tabaquismo. Para prevenir los coágulos de sangre:

- Use dispositivos de compresión neumática intermitente (IPC, por sus siglas en inglés) o medias que lleguen hasta la rodilla en las piernas. Los IPC ayudan con la circulación de la sangre al inflar y desinflar regularmente un manguito alrededor de las piernas, similar a un manguito de presión arterial. Úselos a menos que esté caminando.
- Continúe haciendo ejercicios de tobillo y pie con regularidad
- Es posible que necesite una inyección diaria de Lovenox® para prevenir los coágulos de sangre. Le administraremos la inyección en el hospital. Si necesita este medicamento después de regresar a casa, le enseñaremos cómo administrárselo.

Tromboembolismo venoso (VSE, por sus siglas en inglés)

Un coágulo de sangre que se forma en una vena profunda, generalmente en la pierna

Embolia pulmonar (PE, por sus siglas en inglés)

Un coágulo de sangre que se desprende y se desplaza a los pulmones

Ejercicios de pie y tobillo

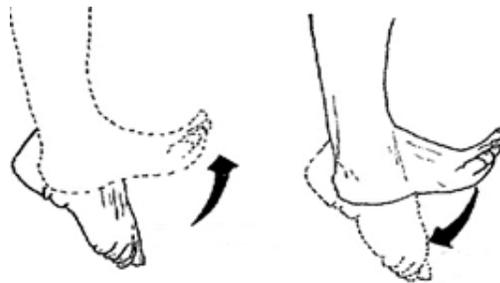
Ayudan a prevenir los coágulos de sangre ejercitando los pies y los tobillos para mover los músculos de la pantorrilla

Consejos de ejercicio para el éxito:

- Siéntese derecho, sin encorvarse
- Comience repitiendo cada ejercicio 2 a 3 veces. Trabaje hasta hacer cada ejercicio 10 veces.
- Trate de hacer los ejercicios varias veces al día
- Haga todos los ejercicios lentamente

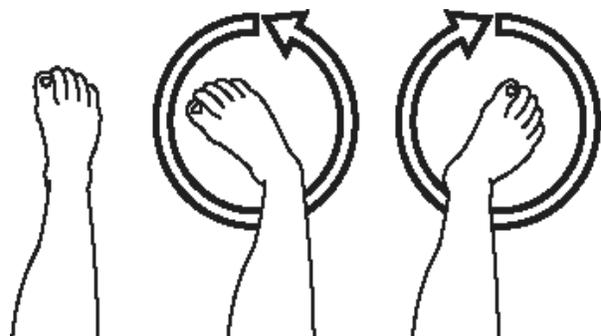
Flexión de tobillos

Mueva cada pie hacia arriba y hacia abajo como si estuviera presionando y levantando el pedal del acelerador de un automóvil



Círculos con tobillos

1. Dibuje un círculo en el aire con cada pie
2. Mueva solo el tobillo, no toda la pierna
3. Dibuje otro círculo en la dirección opuesta



Alfabeto con tobillos

1. Escriba el alfabeto en el aire con cada pie
2. Mueva solo el tobillo, no toda la pierna
3. Complete el alfabeto, tomando breves descansos si es necesario



Prevención de infecciones pulmonares

Después de la cirugía, pueden ocurrir infecciones pulmonares si tiene una afección pulmonar preexistente o si realiza menos actividad de lo habitual. Para prevenir la infección pulmonar:

- Use su espirómetro de incentivo cada hora mientras esté despierto
- Practique la respiración profunda y la tos, si es posible. Mientras tose, sostenga la incisión para mayor comodidad. Coloque las manos planas una encima de la otra y aplique una ligera presión sobre la incisión. También puede sostener una almohada firmemente sobre el sitio quirúrgico para ayudarlo a respirar profundamente y toser. Solicite analgésicos, si es necesario.

Uso de un espirómetro de incentivo

Un espirómetro de incentivo es una herramienta que le ayuda a hacer ejercicios de respiración. Mide la profundidad con la que inhala o inspira. Su equipo de cirugía le pedirá que haga ejercicios de respiración profunda cada hora para ayudar a sus pulmones.

1. Siéntese derecho en una silla o cama
2. Sostenga el espirómetro en posición vertical
3. Coloque el marcador de objetivo en el nivel que necesita. Su objetivo es hacer que el pistón (indicador) suba a ese nivel.
4. Exhale normalmente. Colóquese la boquilla en la boca y cierre los labios a su alrededor.
5. Lentamente, respire una vez profundamente por la boca. Aspire lo más profundamente que pueda para elevar el indicador hacia el marcador de objetivo. Si el indicador no se eleva, asegúrese de que sus labios estén bien cerrados alrededor de la boquilla.
6. Cuando ya no pueda inhalar, contenga la respiración durante 2 a 5 segundos.
7. Retírese la boquilla de la boca. Luego, exhale lentamente.
8. Descanse y respire con normalidad. El indicador volverá a la parte inferior.
9. Repita tantas veces como lo indique su médico.



Cuando haya terminado, intente toser varias veces. Esto ayudará a eliminar el líquido de los pulmones y a mantenerlos limpios.

Información y recursos

Wilmot Cancer Institute

<http://www.urmc.rochester.edu/cancer-institute>

El Centro de recursos para pacientes y familias de Frank and Cricket Luellen, con cómodos asientos y acceso a Internet, está ubicado en el primer piso de Wilmot Cancer Center en la sala 1.0701. Para conocer los horarios y la disponibilidad, llame al (585) 276-4708 o envíe un correo electrónico a WilmotCommunityResHelp@urmc.rochester.edu

Instituto Nacional del Cáncer

<https://www.cancer.gov/types/colorectal>

Incluye secciones sobre cómo sobrellevar el cáncer, investigación y ensayos clínicos

Sociedad Americana Contra el Cáncer

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

Encuentre recursos para ayudarlo a usted y a sus seres queridos a manejar sus vidas a través del tratamiento y la recuperación, y obtenga el apoyo emocional que necesita. También puede ayudarlo a conectarse con recursos adicionales gratuitos o de bajo costo de otras organizaciones en su área.

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

<https://www.cdc.gov/cancer/colorectal/>

Colorectal Cancer Alliance

<https://www.ccalliance.org/>

“Ya sea que haya sido diagnosticado recientemente, esté en tratamiento, sea un cuidador o un sobreviviente, esta herramienta lo ayudará a brindarle recursos específicos para la travesía en la que se encuentra”.

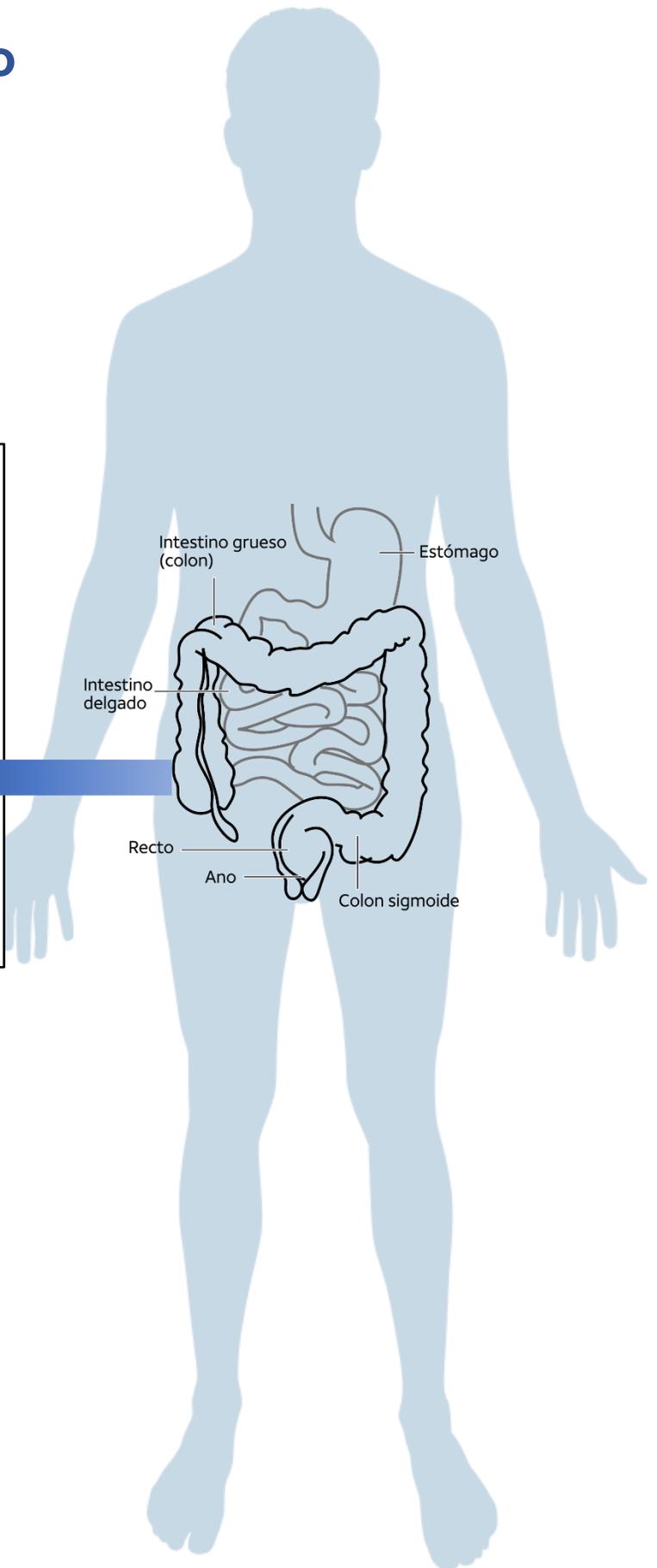
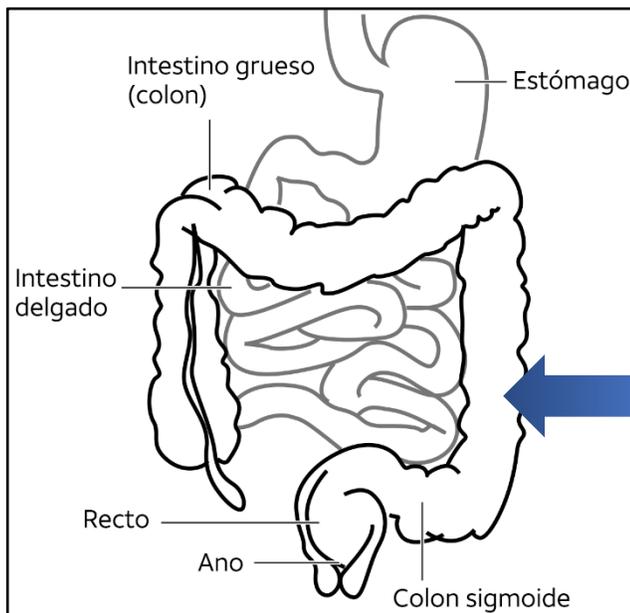
Instituto Nacional de Investigación del Genoma Humano

<https://www.genome.gov/10000466/learning-about-colon-cancer/>

Incluye información sobre las pruebas para el cáncer de colon hereditario, recursos adicionales para obtener información sobre el cáncer de colon hereditario y más

Anatomía del intestino grueso

El colon y el recto forman el intestino grueso. Esto forma parte del sistema digestivo.





Revisado y actualizado, abril de 2022