

Mi Plan de Acción

¡Salud!  
POR LA VIDA



La colonoscopia es un examen que le permite a su doctor ver su intestino grueso por dentro utilizando un tubo muy delgado que tiene una luz y una cámara.



Una colonoscopia ayuda a encontrar crecimientos o pólipos que pueden ser cáncer. Una ventaja de la colonoscopia es que, si se encuentran esos crecimientos, se pueden remover inmediatamente.



Puede ser que necesite que su médico le brinde un referido para ver a un gastroenterólogo para que le haga una colonoscopia. El gastroenterólogo le dirá qué alimentos puede comer y cuáles no, al igual le dirá qué medicamentos tendrá usted que tomar para limpiar su colon antes del examen.



Como lo van a dormir durante el examen, usted necesita que alguien lo acompañe a la cita y lo lleve de regreso a su casa.



Muchos planes médicos, tanto públicos como privados, cubren la colonoscopia.



Si todo resulta normal, usted se debe hacer este examen cada 10 años.

Recuerde: ¡Prevención hoy, Vida mañana!



**Mi Plan de Acción**



**PASOS A SEGUIR PARA COMPLETAR LA COLONOSCOPIA**

- Hablé con mi médico primario sobre el cáncer colorrectal y obtuve el referido para hacerme la colonoscopia.
- Llamé a la oficina del gastroenterólogo, hice una cita y anoté la fecha.
- Llevé conmigo el referido de mi médico primario a mi cita con el gastroenterólogo.
- Hablé con el gastroenterólogo sobre la colonoscopia y aclaré todas mis dudas. Estuve atento a los pasos a seguir para la preparación del examen.
- Hice la cita para la colonoscopia y anoté la fecha.
- Hice arreglos con un familiar o amigo para que me lleve a mi cita y me regrese a mi casa.
- Seguí al pie de la letra las instrucciones para limpiar mi colon antes de la colonoscopia.
- Asistí a mi cita acompañado por mi familiar o amigo.
- El gastroenterólogo me realizó la colonoscopia y discutió conmigo los resultados. También me indicó cuando debo repetirme el examen, así como cualquier otra instrucción.
- Llamé a la clínica, hice una cita para hablar con mi médico primario sobre mis resultados y anoté la fecha de mi cita.
- Discutí los resultados con mi médico primario y seguí sus recomendaciones.

**MI PLAN PARA COMPLETAR LA COLONOSCOPIA:**

FECHA

- Hablé con mi médico y obtuve el referido para hacerme la colonoscopia.
- Tengo cita con el gastroenterólogo.
- Me realizaré la colonoscopia.
- Mi cita con mi médico para hablar sobre mis resultados.
- Me toca hacerme la colonoscopia de nuevo.

¿Qué me impide hacerme la colonoscopia?

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

¿Cómo voy a superar estas barreras?

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**MI COMPROMISO:**

**Por mi salud y mi familia, yo me comprometo a:**

- Hablar con mi médico sobre las pruebas para detectar el cáncer colorrectal.
- Completar la prueba recomendada para detectar el cáncer colorrectal.
- Discutir con mi médico mis resultados y seguir sus instrucciones.

\_\_\_\_\_  
 firma

\_\_\_\_\_  
 fecha