



Kit de herramientas para talleres con la comunidad

Este kit está diseñado para ser utilizado por personas con interés en brindar un taller sobre la prevención del cáncer de colon y recto.

Su objetivo es mejorar la comunicación con la comunidad y colaborar con la realización de acciones para llegar a todas las personas que la integran, favoreciendo la prevención del cáncer colorrectal.

El kit contiene:

- 1 instructivo para su uso
- 1 presentación Power Point (PPT)
- Materiales de capacitación (Guía para promotores de salud, Guía para APS, Guía 3 pasos, Rotafolio, Links a manuales y guías del PNCCR)
- Materiales audiovisuales
- Materiales gráficos (puede solicitarlos impresos al Programa Nacional de Prevención del CCR)



PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Instructivo para el uso del kit

Este kit tiene por objetivo colaborar en la sensibilización de la comunidad acerca de la prevención y detección temprana del cáncer de colon y recto.

Índice

- λ Introducción
- λ Cómo organizar un taller
- λ La Presentación
- λ Recomendaciones
- λ Recursos

Introducción

El cáncer de colon es el segundo cáncer más frecuente y la segunda causa principal de muerte por cáncer en hombres y mujeres en Argentina. Pero el CCR es uno de los tipos de cáncer que más se puede prevenir a través de pruebas de detección.

Estas pruebas son capaces de detectar y extirpar los pólipos antes de que se vuelvan cancerosos o, en otros casos, son capaces de detectar el cáncer en sus primeras etapas, cuando es más fácilmente tratable y –según el caso- curable.

Acciones recomendadas para la promoción de la salud:

- ❖ Realizar difusión casa por casa, entregando la folletería y conversando con las personas para poder identificar a aquéllos que deben realizar una consulta médica.
- ❖ Difundir los materiales del programa (folletos y afiches) en instituciones y organizaciones locales.
- ❖ Participar en eventos culturales, de recreación o deportivos para difundir información sobre cáncer colorrectal.
- ❖ Organizar charlas y talleres para la comunidad para difundir las medidas de prevención recomendadas.





Cómo organizar un taller con la comunidad

Hemos creado una presentación de PowerPoint (PPT) para ser utilizada junto con esta guía. Usted puede utilizar el PPT como orientación para brindar su taller.

El PPT incluye información sobre los siguientes temas:
I. Información general sobre el CCR: estadísticas y a quiénes afecta
II. ¿Cómo se previene el CCR? Estudios recomendados
III. Lugares y recursos cercanos: donde hacerse el test, datos del programa local, etc.

Planifique su presentación

Le recomendamos comience a preparar su presentación 3 ó 4 semanas antes de la fecha elegida.

Tendrá que tener en cuenta:

1. **Dónde** dará el taller
 2. Cómo hará la **convocatoria** de los participantes
 3. Qué **apoyo adicional** pueda ser necesario (técnico, permisos, recursos materiales, etc.)
 4. **Objetivos** del taller
-
1. Usted tendrá que encontrar un **lugar** para brindar el taller. Puede ser en una institución de salud o en un lugar del barrio que sea convocante, un club, un centro cultural, un comedor comunitario, etc. También puede ser un lugar al aire libre como una plaza, en ese caso debe contemplar la posibilidad de necesitar un micrófono (equipo de sonido).
 2. Una vez que ha conseguido un lugar, será necesario planificar cómo va a ser la **convocatoria** de los participantes. Publicar volantes, el envío de mensajes de correo electrónico, la creación de un evento de Facebook y la invitación de boca en boca o el contacto con medios locales (programas de radio, de tv, periódicos locales) son buenas herramientas que puede utilizar para difundir la actividad. Para elegir cuáles son los mejores y más efectivas es importante tener en cuenta quién es su público objetivo y los medios de comunicación a través de los cuales reciben información.



3. También es importante considerar los **recursos adicionales** que pueda necesitar. Por ejemplo, si usted está planeando el uso de la presentación en PowerPoint o pasar un video, usted tendrá que asegurarse de que tiene una computadora, un proyector y una pantalla a su disposición. Así como considerar si necesitará un micrófono o un equipo de sonido. Deberá tener en cuenta también si usted está pensando en convidar comida o agua, café o mate en su actividad.
4. Finalmente es fundamental tener en claro cuál es el **objetivo del taller**. Si su objetivo es sensibilizar puede realizar una actividad participativa o un juego de preguntas frecuentes sobre CCR o sobre mitos del CCR al final de su presentación (ver la Guía para promotores de salud). Si además tiene como objetivo aumentar las tasas de detección del CCR en su comunidad, es importante que los participantes comprendan dónde hacerse el test de detección, con que referentes hablar en cada institución de salud involucrada, los datos del programa local, etc.

La presentación (PowerPoint proporcionado).

El PPT incluye la información general del CCR, su prevención, los mensajes clave y los datos del programa local.

- Información general sobre el CCR: estadísticas y a quiénes afecta
- ¿Cómo se previene el CCR? Estudios recomendados
- Lugares y recursos cercanos: donde hacerse el test, datos del programa local, etc.

Diapositiva 1:

Use esta diapositiva para presentarse, para mencionar su vínculo con el Programa de Prevención de cáncer de colon y para compartir su experiencia con el tema.

Si no son muchos los participantes puede pedirles también que se presenten.



PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Diapositiva 2:

El objetivo será explicar:

¿Qué es el cáncer colorrectal?

El cáncer colorrectal se produce en el colon y recto (intestino grueso). Es el tumor maligno que aparece en la última porción del tubo digestivo -el intestino grueso- que está compuesto por dos sectores, el colon y el recto.

Es el segundo cáncer más frecuente y el segundo de mayor mortalidad en Argentina. Se producen 13 mil nuevos casos cada año, de los cuales aproximadamente 7.200 son hombres y 6.300 mujeres.

Sin distinción de sexos, es el segundo en incidencia (luego del cáncer de mama) y el segundo de mayor mortalidad (luego del cáncer de pulmón), con más de 7.000 fallecimientos anuales.

Mensaje clave:

- **El cáncer colorrectal (CCR) es el segundo cáncer más frecuente y el segundo de mayor mortalidad en Argentina**

Diapositiva 3:

¿Cómo aparece?

En más del 90% de los casos el cáncer de colon y recto (CCR) se produce primero un pólipo (crecimiento anormal de las células en la capa interna del intestino, la mucosa) llamado adenoma, que puede crecer lentamente y transformarse en un cáncer si no se detecta y extirpa a tiempo.

El pólipo adenomatoso o adenoma que crece lentamente, durante más de 10 años, y puede transformarse en un cáncer si no se detecta y extirpa a tiempo.

Esta historia natural (de transformación del adenoma en cáncer) lo transforma en uno de los tumores más prevenibles.

Puede no presentar síntomas hasta una etapa avanzada.

Mensajes clave:

- **El CCR con frecuencia no presenta síntomas hasta que no se halla en una etapa avanzada.**
- **El CCR es uno de los cánceres más posibles de prevenir y de curar, ya que tiene una lesión precursora, el pólipo, de lento crecimiento. Si los pólipos se extirpan pueden evitar la aparición del cáncer y si el cáncer se detecta tempranamente las posibilidades de curación son muy altas.**



PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Diapositiva 4:

¿A quiénes afecta el CCR?

Afecta principalmente a mujeres y varones mayores de 50 años
Alrededor del 75% de los cánceres colorrectales son llamados esporádicos ya que se desarrollan en personas que no presentan antecedentes personales ni hereditarios demostrados de la enfermedad.

Mensajes clave:

- “ **Afecta tanto a mujeres como a varones**
- “ **Es necesario que las pruebas diagnósticas vayan dirigidas a la población mayor de 50 años**

Diapositiva 5 y 6:

Personas con mayor riesgo:

El 25% de los casos de CCR corresponden a personas con riesgo adicional.

Es necesario que las personas consulten antes de los 50 años si:

- Tiene algún familiar que haya tenido 1 o múltiples pólipos o cáncer de colon y recto
- Tuvo un pólipo o un cáncer de colon y recto
- Tiene diagnóstico de colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn (Enfermedad inflamatoria intestinal)

Si la persona reconoce alguna de estas características en su historia familiar o personal es importante realizar una consulta médica para que le indique los exámenes a realizar y a qué edad comenzar.

Diapositiva 7:

Patologías no asociadas

Los divertículos, las hemorroides y la constipación son patologías que no tienen riesgo de cáncer colorrectal. Es necesario consultar con el médico para tratarlas.





PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Diapositiva 8, 9 y 10:

¿Cómo prevenir el cáncer de colon y recto?

Prevención primaria y los factores de riesgo:

- Tener una alimentación saludable, rica en frutas y verduras,
- Disminuir el consumo de carnes rojas y grasas,
- Evitar el tabaco y el exceso de alcohol.
- Hacer ejercicio físico con regularidad.

Diapositiva 11:

¿Quiénes deben consultar con su médico?

(Este es un primer repaso de quienes deben consultar)

- Las personas que presenten síntomas (como sangrado o cambios en la forma habitual de evacuar el intestino, dolores abdominales o rectales frecuentes, anemia o pérdida de peso).
- Varones y mujeres mayores de 50 años aunque no tengan síntomas ni antecedentes familiares.
- Las personas con colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn (sin importar su edad).
- Los familiares cercanos -padres, hermanos o hijos- de una persona que ha tenido CCR (sin importar la edad).
- Las personas que han tenido pólipos adenomatosos o cáncer colorrectal.

Diapositiva 12:

¿Cómo se previene el CCR? Estudios recomendados

El test de sangre oculta en materia fecal inmunoquímico: Es una prueba muy sencilla que se utiliza para saber si hay presencia de sangre en la materia fecal, no observable a simple vista. Varias son las causas que pueden generar la aparición de sangre oculta en la materia fecal, entre ellas los pólipos o el cáncer colorrectal. Una ventaja de este examen es su simpleza y que puede ser realizado por la persona en su propia casa. Las pruebas llamadas inmunoquímicas detectan sangre en la materia fecal (TSOMFI) y son las más específicas, sólo reaccionan ante la presencia de sangre humana y no detectan la de origen animal que puede haberse ingerida con la alimentación, por lo cual no requieren dieta previa, lo que incrementa considerablemente la aceptación de la población.



La realización de estos test en forma anual o bienal ha demostrado ser un método efectivo para reducir la mortalidad por cáncer colorrectal. Si la prueba demuestra presencia de sangre (test positivo) debe hacerse una colonoscopia complementaria para detectar la causa del sangrado.

Recuerde que el test solo deben realizarlo aquellas personas mayores de 50 años sin síntomas ni antecedentes.

Las personas con síntomas y/o con antecedentes familiares o personales de adenomas o cáncer colorrectal deben consultar con el médico directamente para que le indique los estudios que corresponde realizar según el caso.

Diapositiva 13:

¿Cómo se previene el CCR? Estudios recomendados

La colonoscopia:

Es un estudio endoscópico que mediante un tubo flexible con una cámara permite examinar minuciosamente el colon y el recto. De esta manera posibilita la detección y extirpación de pólipos o la detección de cáncer. La realizan profesionales especializados, requiere una limpieza previa del intestino mediante laxantes y en general se realiza con sedación por lo cual la persona no experimenta dolor alguno. En el mismo estudio se pueden extirpar los pólipos previniendo el cáncer colorrectal. Es el método de elección en pacientes sintomáticos y para las personas con test de sangre oculta en materia fecal positivo, ya que permite la visualización directa de toda la mucosa colorrectal para la detección de adenomas o cáncer colorrectal en etapas tempranas.

Los estudios preventivos en personas de la población general mediante test de sangre oculta o con colonoscopia no deben realizarse antes de los 50 ni luego de los 75.

Diapositiva 14:

¿Por qué debemos hacernos los estudios si no hay síntomas?

Los exámenes pueden detectar y extirpar los pólipos y así prevenir la aparición del cáncer colorrectal.

Pueden diagnosticar tempranamente las lesiones malignas, cuando las posibilidades de curación son altas y los tratamientos son menos agresivos.



PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Diapositiva 15:

Importancia de la detección temprana

El cáncer colorrectal es uno de los tumores malignos más curables.

- Es curable porque la detección en fase temprana del cáncer colorrectal permite alcanzar una curación de más del 90% y los tratamientos son menos complejos.
- En los casos de una consulta de una persona que ya tiene síntomas la posibilidad de curación 60% porque nos encontramos con enfermedad avanzada en 2/3 de los casos.

Diapositiva 16 y 17:

El Programa de prevención del CCR

El Programa de prevención y detección temprana del cáncer colorrectal propone por un lado la implementación de un Programa de tamizaje en la población general (mujeres y hombres mayores de 50 años sin antecedentes ni síntomas), y por otro el control y seguimiento de los grupos con mayor riesgo.

Diapositiva 18:

Resumiendo recordamos como Mensaje clave

¿Quiénes deben consultar?

- ❖ Personas que tienen entre 50 y 75 años sin antecedentes
- ❖ Personas que han tenido pólipos adenomatosos o un CCR previo
- ❖ Familiares directos de una persona que ha tenido CCR o pólipos adenomatosos
- ❖ Personas con colitis ulcerosa y enfermedad de Crohn (enfermedad inflamatoria intestinal)

Diapositiva 19:

Programa local.

La información de esta dispositiva debe completarla Ud. con los recursos locales y los datos del Programa local, en caso de que lo hubiere: dónde consultar, quiénes son los servicios referentes, los días y horarios de atención, las pruebas disponibles (test), y toda la información sobre la organización del programa local.



PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

Diapositiva 20:

Palabras de cierre.

Puede proyectar el material audiovisual.

Y entregar la folletería disponible (puede solicitarla al PNCCR).

Recomendaciones

Para una mejor comunicación:

Es importante que en la comunicación que se entabla se promuevan los siguientes abordajes del tema:

- “ Evitar la estigmatización del cáncer.
- “ Romper la asociación entre “cáncer” y “dolor”.
- “ Romper la asociación unilateral entre “cáncer” y “muerte”.
- “ Instalar la importancia de los controles médicos de rutina para la detección temprana y la posibilidad de la prevención y cura del CCR.
- “ Instalar la capacidad de sobrevida con calidad de vida.
- “ Promover hábitos saludables para la prevención del cáncer colorrectal.
- “ Abordar el temor a los estudios: mitos y verdades (ver la guía para promotores de salud).

Para su taller:

- Ir preparado
- Resaltar los mensajes clave
- Anticipar las posibles preguntas que se le harán
- Utilizar palabras simples, claras y concisas
- No utilice las abreviaturas sino las palabras completas: por ejemplo utilice "cáncer de colon" en lugar de "CCR", etc.
- Trate de involucrar a las personas que participen: hacia el final puede habilitar un espacio de preguntas, si los participantes no se animan a hablar puede poner un buzón para que las escriban.
- Amenice la charla: comparta las historias que conozca o anécdotas.
- Mire a los participantes





PROGRAMA NACIONAL DE CÁNCER
COLORRECTAL

- preguntar si algún participante sabe la respuesta.
- Cierre repitiendo los mensajes clave

Recursos disponibles

Para obtener más información sobre el cáncer colorrectal:

El PNCCR dispone de materiales gráficos y audiovisuales que pueden ayudar a brindar su taller.

Los puede descargar del siguiente link:

<http://www.msal.gov.ar/inc/index.php/cancer-colorrectal>

Los materiales gráficos también puede solicitarlos al PNCCR y se los enviaremos por correo.

Contacto:

Programa de Prevención y Detección Temprana del Cáncer Colorrectal

Instituto Nacional del Cáncer- Ministerio de Salud de la Nación

Av. Julio A. Roca 781 8º piso-CABA

(54 11) 5217-8111

pnpccr.inc@msal.gov.ar

www.msal.gov.ar/inc/

www.facebook.com/pages/Instituto-Nacional-del-Cáncer-Argentina



Av. Julio A. Roca 781 8º piso
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
(011) 5219-1088
pnpccr.inc@msal.gov.ar
<http://www.msal.gov.ar/inc/>