



Cortos Vitales
Publicación de Láser Médica S.A.

QUÉ ES EL CÁNCER 4 DE FEBRERO DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER



El cáncer no es una enfermedad, sino más bien muchas enfermedades. De hecho, hay más de 100 tipos diferentes de cáncer. Todos los cánceres empiezan en las células.

Las células son las unidades básicas que forman los tejidos del cuerpo. Para entender mejor qué es el cáncer, es necesario saber cómo las células normales se vuelven cancerosas.

El cuerpo está compuesto de muchos tipos de células. Estas células crecen y se dividen para producir nuevas células conforme el cuerpo las necesita. Cuando las células envejecen, mueren y éstas son reemplazadas por células nuevas.

Pero a veces, este proceso ordenado de división de células se descontrola. Células nuevas se siguen formando cuando el cuerpo no las necesita. Cuando esto pasa, las células viejas no mueren cuando deberían morir.

Estas células que no son necesarias pueden formar una masa de tejido. Esta masa de tejido es lo que se llama tumor. No todos los tumores son cancerosos. Los tumores pueden ser benignos o malignos.

- **Los tumores benignos no son cancerosos.** Generalmente se pueden extraer (extirpar). En la mayoría de los casos, estos tumores no vuelven a crecer. Las células de los tumores benignos no se diseminan o riegan a otros tejidos o partes del cuerpo.
- **Los tumores malignos son cancerosos.** Las células en estos tumores pueden invadir el tejido a su alrededor y diseminarse (regarse) a otros órganos del cuerpo. Cuando el cáncer se disemina o riega de una parte del cuerpo a otra, se llama metástasis.

El nombre del cáncer depende del órgano o tipo de célula donde empezó u originó. Por ejemplo, el cáncer que empieza en el estómago se llama cáncer de estómago. Algunos cánceres no forman tumores. Por ejemplo, la leucemia es un cáncer de la médula ósea (el tejido esponjoso dentro de los huesos).



Cortos Vitales
Publicación de Láser Médica S.A.

QUÉ ES EL CÁNCER 4 DE FEBRERO DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER



El cáncer puede presentarse en personas de todas las edades, pero es más común en personas mayores de 60 años de edad. Una de cada tres personas padecerá cáncer en algún momento de su vida.

Dado que las personas viven más años, el riesgo de contraer esta enfermedad se encuentra en aumento.

La aparición del cáncer es un proceso prolongado que generalmente comienza con cambios genéticos en las células y continúa en el crecimiento de estas células con el transcurso del tiempo.

El tiempo desde el cambio genético hasta la presentación del cáncer se llama el periodo de latencia. Dicho periodo puede prolongarse durante 30 años o más. Esto significa que algunos cánceres diagnosticados en la actualidad pueden ser el resultado de cambios genéticos que ocurrieron en las células hace mucho tiempo.

En teoría, el cuerpo presenta células cancerosas todo el tiempo, pero el sistema inmune las reconoce como células extrañas y las destruye. La capacidad del cuerpo para protegerse del cáncer puede verse perjudicada por algunos medicamentos e infecciones virales.

Las etapas tempranas del cáncer cursan generalmente sin dolor; dado a esta razón, la persona frecuentemente se demora en obtener diagnóstico y tratamiento.

Los síntomas tempranos pueden incluir

- Pérdida de peso inexplicable
- Sangrado o hemorragia extraño
- Indigestión persistente
- Presencia de secciones blancas en la boca o manchas blancas en la lengua
- Ronquera o tos crónica
- Cambios en el color o el tamaño de lunares
- Dolor que no desaparece en un tiempo razonable
- Presencia de una protuberancia extraña.



Cortos Vitales
Publicación de Láser Médica S.A.

QUÉ ES EL CÁNCER

4 DE FEBRERO

DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER



La detección temprana y el tratamiento rápido son directamente responsables por las tasas de supervivencia incrementadas.

Las herramientas para la detección del cáncer incluyen:

- Autoexámenes
- Biopsia (la remoción de tejido vivo para el propósito del examen microscópico de las células)
- Ultrasonido (el uso de ondas de sonido reflejadas de alta frecuencia para diferenciar varios tipos de tejidos)
- Tomografía computada (TC) (el uso de radiografías para producir una foto transversal de las partes del cuerpo)
- Imágenes de resonancia magnética (IRM) (el uso de campos magnéticos y ondas de radio para mostrar modificaciones en los tejidos blandos sin el uso de radiografías).

Recomendaciones útiles para la salud

- Reduzca o evite la exposición a carcinógenos o agentes promovedores del cáncer conocidos, incluidos cigarrillos y exposición al sol.
- Ingiera una dieta equilibrada que incluya verduras, frutas frescas, granos enteros y cantidades adecuadas de fibra.
- Reduzca la cantidad de grasa y preservativos en la dieta, incluidas carnes ahumadas y curadas con sal.
- Realice ejercicios periódicos.
- Obtenga periodos de descanso adecuados, coherentes (al menos 6 a 8 horas por noche).
- Elimine o reduzca la tensión y aumente la capacidad para enfrentar la tensión de manera eficaz.
- Consiga exámenes de salud anuales.
- Disfrute de periodos congruentes de relajación y entretenimiento.
- Aprenda a realizar el autoexamen (de mamas y testículos).
- Procure atención médica inmediata si se sospecha la presencia de cáncer.



Cortos Vitales
Publicación de Láser Médica S.A.

QUÉ ES EL CÁNCER

4 DE FEBRERO

DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER



Factores de riesgo de cáncer

Dado que el cáncer no es una sola enfermedad, no tiene una sola causa. Muchas causas o factores de riesgo pueden contribuir a la posibilidad de que una persona contraiga el cáncer. Los factores de riesgo son diferentes con cada tipo de cáncer. Es importante recordar que una de cada tres personas padecerá cáncer durante su vida.

Los factores de riesgo son elementos que aumentan la posibilidad de contraer cáncer. La mayoría de los cánceres probablemente se relacionan con más de un factor de riesgo. Algunos factores de riesgo pueden controlarse mientras que otros no.

Los factores de riesgo pueden incluir elementos tales como edad, raza, sexo, factores genéticos, dieta y exposición a sustancias químicas, radiación y tabaco.

La genética desempeña una gran función para la mayoría de los cánceres, como es el caso del cáncer de mama y el cáncer de colon. Esto significa que la historia de salud de una familia puede constituir un factor de riesgo para algunos tipos de cáncer.