



X-Plain *Cáncer - Detección Temprana* **Sumario**

Introducción

El cáncer es una de las causas principales de muerte en los Estados Unidos. Casi medio millón de americanos muere de cáncer cada año. Casi 2/3 de todos los casos de cáncer se podrían prevenir si las personas aplicasen todas las medidas preventivas que conocemos hoy en día.

La detección temprana del cáncer puede aumentar las posibilidades de éxito de un tratamiento significativamente. Este sumario explica algunos de los síntomas, factores de riesgo, y guías de prevención y detección para los cánceres más comunes.



¿Qué es Cáncer?

El cuerpo está compuesto de células muy pequeñas. Las células normales del cuerpo crecen y mueren de una manera controlada. A veces las células siguen dividiéndose y creciendo sin el control normal, lo cual causa un crecimiento anormal llamado un tumor. Si el tumor no invade los tejidos y las partes del cuerpo cercanos, se llama tumor benigno, o crecimiento no canceroso. Los tumores benignos rara vez representan un peligro de muerte. Si el tumor invade y destruye las células cercanas, se llama tumor maligno o canceroso.

El cáncer puede poner en peligro la vida de una persona. Las células cancerosas también pueden extenderse a partes diferentes del cuerpo a través de los vasos sanguíneos y de los canales linfáticos. La linfa es un fluido de color claro, producido por el cuerpo, que ayuda a expulsar los desperdicios de las células. Viaja a través de vasos especiales y de estructuras con forma de frijol, llamadas nódulos linfáticos.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Los cánceres del cuerpo son nombrados de acuerdo a dónde se originan. El cáncer que empieza en el cerebro siempre se llamará cáncer cerebral, aún cuando se haya extendido a otra parte del cuerpo como el hígado, los huesos, o los pulmones.

Aunque los médicos pueden localizar el lugar exacto en donde se origina el cáncer, la causa del cáncer en un paciente normalmente no puede ser identificada. Las células contienen materiales hereditarios o genéticos llamados cromosomas. Este material genético controla el crecimiento de la célula. El cáncer siempre surge debido a ciertos cambios que ocurren en estos materiales genéticos. Cuando el material genético de una célula se vuelve anormal, puede perder su capacidad para controlar su propio crecimiento.

Estos cambios súbitos en el material genético pueden ocurrir por varias razones. Esta tendencia puede heredarse de los padres. Los cambios en los materiales genéticos también pueden ocurrir debido a la exposición a las infecciones, las drogas, el tabaco, ciertos compuestos químicos, u otros factores.

Cáncer de seno

Entre las señales del cáncer de seno se incluyen protuberancias en el seno, una hendidura o escamas en la piel del seno. Si uno de los pezones segrega sangre o bien un fluido de color claro, puede ser un síntoma de cáncer de seno, pero la mayoría de las veces, la secreción es normal, particularmente si viene de los dos senos y ocurre cuando se aplica un poco de presión. Las mujeres deben examinar sus propias mamas mensualmente.

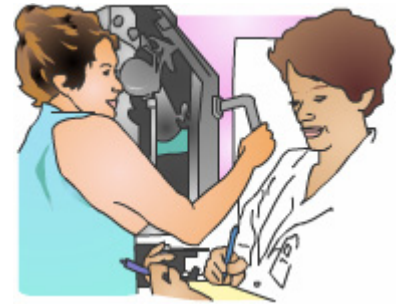
Entre los factores de riesgo del cáncer de seno se incluyen:

- tener una edad avanzada
- tener una historia de cáncer de seno, cáncer de ovarios, cáncer de endometrio o cáncer de colon antes de la menopausia, en un familiar como la madre, la hermana, la hija, o haberlo sufrido usted misma.
- obtener resultados de biopsias anormales
- tener el primer período antes de los 12 años o la menopausia después de los 55 años.
- no haber tenido hijos o haber tenido el primer hijo después de los 30 años
- estar expuesto a los estrógenos por largos períodos de tiempo

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Las recomendaciones para la detección del cáncer precozmente incluyen:

- auto exámenes mensuales de seno desde los 20 años
- un examen clínico del pecho cada 3 años desde los 20 años hasta los 40 años de edad y una vez al año después de los 40.
- una mamografía anual que se debe empezar a hacer a los 40 años de edad.



Si usted tiene una historia familiar de cáncer de seno, su médico quizás le recomiende comenzar con las mamografías a una edad más temprana.

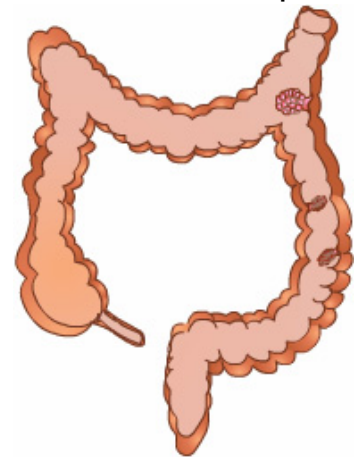
Algunas mujeres pueden someterse a pruebas genéticas para determinar si son portadoras de genes que aumentan el riesgo de desarrollar cáncer de seno o de ovarios. De encontrarse estos genes, algunas mujeres toman la decisión de someterse a cirugía para removerles los senos y los ovarios como prevención contra el cáncer.

Cáncer de Colon

La comida una vez digerida, se reabsorbe en el intestino delgado. Los materiales que no hayan sido absorbidos, se almacenan en el colon o en el intestino grueso, y después son expulsados por el recto y el ano.

Algunas de las señales del cáncer de colon son: la presencia de sangre en las heces, diarrea prolongada o estreñimiento, dolor o presión abdominal, y cualquier cambio persistente en los hábitos de la defecación. Entre los factores de riesgo del cáncer de colon se incluyen:

- tener una historia familiar o personal de cáncer de colon o de pólipos
- tener una enfermedad inflamatoria de los intestinos



Entre los supuestos factores de riesgo se incluyen:

- una dieta alta en grasa y baja en fibras
- inactividad física
- el consumo de tabaco

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Las formas de detectar el cáncer de colon son:

- Hacerse exámenes de sangre oculta en las heces cada año después de los 50 años de edad.
- Hacerse una sigmoidoscopia flexible cada 5 años después de los 50 años de edad.
- Otras opciones incluyen una colonoscopia cada 10 años y un enema de bario con doble contraste cada 5 ó 10 años.

Cáncer de endometrio

El endometrio es el forro interior del útero. Entre las señales del cáncer de endometrio se incluyen: el sangrado entre los períodos menstruales o después de la menopausia. La exposición a los estrógenos es un factor de riesgo muy importante. Entre los factores de riesgo se incluyen:

- tener el primer período antes de los 12 años
- tener la menopausia después de los 55 años
- haber utilizado la terapia de reemplazo de estrógenos, sin el uso de progesterona
- no haber tenido hijos
- problema de esterilidad
- historia personal de cáncer de seno o de ovarios
- obesidad

Para controlar el cáncer de endometrio, la paciente deberá hacerse un examen pélvico anual a partir de los 40 años. A las mujeres que tengan un riesgo más alto de desarrollar el cáncer, se les recomienda tomar una muestra del tejido del endometrio, cuando se presente la menopausia.

Cáncer de Cérvix o de Cuello del Útero

El cérvix es la abertura del útero. Entre las señales del cáncer de cérvix se incluyen: el sangrado después de tener relaciones sexuales o entre los períodos menstruales. Entre los factores de riesgo de cáncer de cuello del útero se incluyen:

- tener la primera relación sexual a una edad temprana
- tener compañeros sexuales múltiples
- el consumo de tabaco



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

El cáncer de cérvix se ha vinculado con las infecciones del virus papiloma. Este virus es una enfermedad que se transmite sexualmente.

Para detectar el cáncer de cérvix se debe realizar un examen de Papanicolau y un examen pélvico cada año desde los 18 años. Estos exámenes se pueden realizar antes de los 18 años si la paciente ya está teniendo relaciones sexuales. Después de tres o más exámenes consecutivos con resultados normales, el médico puede optar por hacerlos con menos frecuencia.

Hoy en día hay una vacuna disponible para prevenir las infecciones del VPH (Virus Papiloma Humano). Esta vacuna ha demostrado ser efectiva en la prevención de cáncer del cérvix.

Cáncer de Próstata

Entre las señales del cáncer de próstata se incluyen: la micción frecuente o dolorosa, la presencia de sangre en la orina, la dificultad para iniciar o finalizar la micción, y la impotencia. Estos síntomas pueden deberse a problemas de la próstata que no son necesariamente cáncer, pero usted debe consultarlo con su médico para asegurarse de que esto es así. Entre los factores de riesgo del cáncer de próstata se incluyen:

- tener edad avanzada
- Tener una historia familiar de cáncer de próstata
- La raza – los hombres afro-americanos tienen la incidencia de cáncer de próstata más alta del mundo
- Se supone que una dieta alta en grasa es un factor de riesgo.

Para controlar el cáncer de próstata, el paciente deberá someterse a:

- un examen rectal digital después de los 50 años
- un examen de sangre anual para detectar antígenos prostáticos específicos (PSA por su sigla en inglés) después de los 50 años

Cáncer de Piel

El cáncer de piel ocurre cuando un lunar crece repentinamente, cambia de color, o se vuelve ulceroso y sangra fácilmente.

Usted puede revisar su cuerpo para detectar el cáncer, teniendo siempre estas advertencias en mente.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Los cánceres de la piel menos importantes pueden aparecer como una protuberancia pálida, del color de la cera, o de perla, como una mancha roja y escamosa, o como una llaga o úlcera. Entre los factores de riesgo en el cáncer de piel se incluyen:

- la exposición a las radiaciones ultravioletas
- tener la piel muy blanca o pálida
- historia familiar con cáncer de piel.
- exposición ocupacional al alquitrán de carbón, la brea, la cerosota, el arsénico o el radio

Para la prevención del cáncer de piel los pacientes deben someterse a auto-exámenes mensuales desde los 18 años. El médico debe evaluar cualquier lunar o mola sospechoso inmediatamente.

Acuérdese de la regla de ABCD cuando esté evaluando un lunar:

- A para la Asimetría
- B para regularidad de los Bordes
- C para el Color
- D para el Diámetro

La asimetría

Si una mitad del lunar no se parece a la otra, puede ser cancerosa.

Irregularidad de los bordes

Si los bordes de un lunar están mellados, desiguales o borrosos, puede ser maligno.

El color

Si un lunar tiene más de un color o tono, esto también puede indicar que se trata de un tumor maligno.

El diámetro

Si un lunar tiene un tamaño mayor al de un borrador de un lápiz, aproximadamente 6 milímetros, o ha crecido visiblemente, puede ser canceroso.

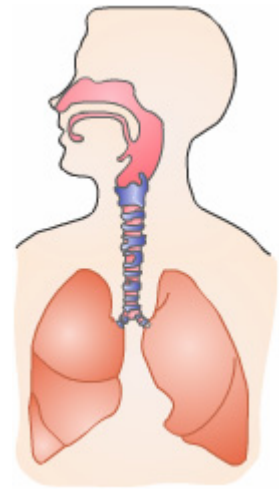


Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Cáncer de Pulmón

Entre las señales del cáncer en los pulmones se incluyen:

- la tos persistente
- toser sangre
- una fatiga rara, inexplicable
- hinchazón del cuello y de la cara
- falta de aire
- sufrir neumonía o bronquitis repetidamente
- falta de apetito y pérdida de peso.
- ronquera y dolor persistente en el pecho, los hombros, o dolor de espalda



El consumo del tabaco es sin duda la causa principal del cáncer de pulmón. Las personas que trabajan con asbesto tienen un riesgo más alto de padecer cáncer de pulmón. No fumar es la mejor manera de prevenir el cáncer de pulmón.

Cáncer de Testículo

El cáncer de testículo es el tipo de cáncer más común en los hombres entre 18 y 35 años.

Entre los síntomas del cáncer de testículo se incluyen: Un cambio en la consistencia de los testículos o una pequeña y dura protuberancia que no suele causar ningún dolor. Los hombres de todas las edades, desde los 18 años en adelante, deben examinar sus testículos mensualmente.

Cáncer de Boca

El cáncer de boca suele ocurrir en las personas mayores de 40 años pero puede presentarse a cualquier edad. Entre las señales del cáncer de boca se incluyen: parches blancos o rojizos y suaves como el terciopelo, protuberancias o áreas de endurecimiento del tejido. Se debe examinar la boca mensualmente, particularmente si usted fuma, mastica tabaco o bebe alcohol.

Resumen

Llevar unos hábitos de vida saludables tales como comer bien, hacer ejercicio, no fumar y evitar las quemaduras de sol, puede ayudar a evitar hasta un tercio de los cánceres.

Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Sin embargo, a veces el cáncer puede ocurrir debido a otros factores como los factores hereditarios o genéticos. Conocer los síntomas del cáncer y someterse a exámenes para la detección del cáncer, le ayudará a encontrar cualquier cáncer en sus etapas tempranas.

Gracias a los avances científicos y a la tecnología médica, el cáncer en sus etapas más tempranas puede ser tratado con éxito. Cuanto más temprano se descubra el cáncer, mayores serán las posibilidades de que el tratamiento tenga éxito.



Este documento es un resumen de lo que aparece en las pantallas de X-Plain™. Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.