

Qué es el Cáncer

Cáncer es el nombre que se da a un conjunto de enfermedades relacionadas. En todos los tipos de cáncer, algunas de las células del cuerpo empiezan a dividirse sin detenerse y se diseminan a los tejidos cercanos.

El cáncer puede empezar casi en cualquier lugar del cuerpo humano, el cual está formado de trillones de células. Normalmente, las células humanas crecen y se dividen para formar nuevas células a medida que el cuerpo las necesita. Cuando las células normales envejecen o se dañan, mueren, y células nuevas las remplazan. Sin embargo, en el cáncer, este proceso ordenado se descontrola. A medida que las células se hacen más y más anormales, las células viejas o dañadas sobreviven cuando deberían morir, y células nuevas se forman cuando no son necesarias. Estas células adicionales pueden dividirse sin interrupción y pueden formar masas que se llaman tumores.

Muchos cánceres forman tumores sólidos, los cuales son masas de tejido. Los cánceres de la sangre, como las leucemias, en general no forman tumores sólidos. Los tumores cancerosos son malignos, lo que significa que se pueden extender a los tejidos cercanos o los pueden invadir. Además, al crecer estos tumores, algunas células cancerosas pueden desprenderse y moverse a lugares distantes del cuerpo por medio del sistema circulatorio o del sistema linfático y formar nuevos tumores lejos del tumor original.

Al contrario de los tumores malignos, los tumores benignos no se extienden a los tejidos cercanos y no los invaden. Sin embargo, a veces los tumores benignos pueden ser bastante grandes. Al extirparse, generalmente no vuelven a crecer, mientras que los tumores malignos sí vuelven a crecer algunas veces. Al contrario de la mayoría de los tumores benignos en otras partes del cuerpo, los tumores benignos de cerebro pueden poner la vida en peligro.

El Cáncer en Panamá

Las estadísticas revelan que el cáncer es uno de los mayores problemas de salud en la República de Panamá, responsable del 17% de las muertes, ubicándose en el primer lugar como causa de muerte. En el país se registra un promedio diario de 14 casos y 7 muertes relacionadas con algún tipo de cáncer.

En el Instituto Oncológico Nacional Juan Demóstenes Arosemena, único centro médico público que ofrece servicios y cuidados especializados para pacientes con cáncer en nuestro país, se atienden entre 14 mil y 16 mil pacientes por año, y se realizan 3 mil 21 cirugías.

Cáncer de Próstata

La próstata es uno de los órganos glandulares del sistema reproductor masculino. Está ubicada debajo de la vejiga y delante del recto. Su función es producir el líquido prostático, que es el transporte de los espermatozoides. El cáncer se produce cuando algunas células prostáticas mutan y comienzan a multiplicarse descontroladamente, las cuales podrían propagarse desde la próstata a otras partes del cuerpo, especialmente los huesos y los ganglios linfáticos, originando una metástasis.

El cáncer de próstata es el tipo de cáncer que más afecta a los hombres en Panamá y es la primera causa de muerte por cáncer en el hombre. Sin embargo, es posible tratarlo eficazmente y curar al paciente si se detecta oportunamente.

Al principio de su desarrollo (etapas clínicas tempranas) la mayoría de los pacientes de cáncer de próstata no presentan síntomas, por lo que consultar regularmente a su médico es de vital importancia.

Factores de Riesgo

- La incidencia del cáncer de próstata aumenta con la edad. A partir de los 50 años el riesgo de desarrollar cáncer de próstata aumenta exponencialmente.
- Los hombres de raza negra presentan el índice más elevado de incidencia y mortalidad por cáncer de próstata a nivel mundial.
- ANTECEDENTE FAMILIAR. El riesgo aumenta en quienes tienen un pariente de primer grado (es decir, hermano o padre) con este cáncer.
- El riesgo de desarrollar cáncer de próstata puede aumentar ante una dieta rica en carnes rojas, grasas animales y grasas saturadas y mono insaturadas y baja en fibra, vegetales y frutas.

Señales de alarma

En su etapa inicial, el cáncer de próstata no presenta síntomas. Los siguientes síntomas pueden indicar un estado avanzado de esta enfermedad. Consulte con su médico si presenta cualquiera de los siguientes problemas:

- ganas repentinas de orinar y flujo de orina débil o interrumpido (para y sale);
- dificultad para iniciar el flujo de orina y para vaciar la vejiga por completo;
- dolor o ardor al orinar; presencia de sangre en la orina o el semen;
- dolor en la espalda, las caderas o la pelvis que no desaparece;
- falta de aire, sensación cansancio, mareo o anemia;
- retención de líquido en las piernas.

Detección temprana del cáncer de próstata

Es importante acudir al médico una vez al año para una evaluación general de salud. Se recomienda conversar con el médico sobre su estilo de vida y factores de riesgo, a fin de que el médico recomiende las pruebas necesarias.

A partir de los 50 años se recomienda realizarse una evaluación integral una vez al año. Esta evaluación incluye pruebas de tamizaje como el examen de tacto rectal y el examen de PSA en sangre.

Es importante mencionar que el examen de PSA en sangre no debe reemplazar el examen de tacto rectal, ya que por sí solo aporta una seguridad diagnóstica del 33%, en comparación con un 70 – 80% logrado con ambas pruebas.

Si usted presenta uno o más de los factores de riesgo detallados en esta sección, debe iniciar sus pruebas de detección temprana desde los 40 años, en consulta con su médico.

Si usted tiene alguna consulta o preocupación, o presenta alguno de los síntomas detallados en esta sección, consulte con su médico de inmediato. Recuerde acudir a su control médico anual.

La detección temprana es la mejor defensa contra el cáncer.

Cáncer de Mama

El cáncer de mama es un tumor maligno (canceroso) que se origina de las células del seno. Esta enfermedad ocurre principalmente en las mujeres, pero los hombres también pueden desarrollar cáncer de mama. El cáncer de mama es el más común entre las mujeres en Panamá y es una de las principales causas de muerte por cáncer en las mujeres.

Factores de riesgo

Algunos factores pueden aumentar su riesgo de desarrollar cáncer de mama. Hable con su médico sobre los factores de riesgo y las pruebas de detección.

- Haber sido muy joven cuando tuvo el primer periodo menstrual.
- No haber dado a luz o tener el primer hijo a una edad tardía.
- Comenzar la menopausia más tarde.
- Usar terapia de reemplazo hormonal por periodo prolongado.
- El envejecimiento.
- Antecedentes personales de cáncer de mama
- Antecedentes familiares de cáncer de mama (padres, hermanos, hijos)
- Cambios en los genes asociados al cáncer de mama (BRCA1 o BRCA2).
- Recibir radioterapia en la mama o el pecho.
- Tener sobrepeso, en especial después de la menopausia.

Síntomas

Algunas de las señales de advertencia del cáncer de mama son:

- Un bulto o dolor en la mama.
- Endurecimiento o hinchazón de una parte de la mama.
- Irritación o hundimiento en la piel de las mamas.
- Piel de la mama escamosa o enrojecida.

- Hundimiento del pezón o dolor en esa zona.
- Líquido del pezón, que no sea leche materna, en especial sangre.
- Cualquier cambio en el tamaño o la forma de la mama.

Detección temprana del cáncer de mama

Las mamografías son el mejor método para detectar el cáncer de mama en etapas tempranas, cuando es más fácil de tratar y antes de que sea lo suficientemente grande para que se sienta al palpar o cause síntomas.

Se recomienda a todas las mujeres entre de más de 40 años realizarse una mamografía anual, acompañada de una revisión por un médico calificado.

Si usted tiene alguna consulta o preocupación, o presenta alguno de los síntomas detallados en esta sección, consulte con su médico de inmediato. Recuerde acudir a su control médico anual.

La detección temprana es la mejor defensa contra el cáncer.

Cáncer de Piel

El cáncer de piel es el crecimiento descontrolado de células anómalas de la piel.

Ocurre cuando el daño en el ADN de las células de la piel desencadena mutaciones o defectos genéticos que hacen que las células de la piel se multipliquen rápidamente dando lugar a tumores malignos. La exposición a los rayos Ultravioleta del sol y de camas de bronceado que recibe una persona a lo largo de su vida se convierte en un daño acumulativo y es la principal causa del cáncer de piel.

Los tipos más comunes de cáncer de piel

El carcinoma de células basales (CCB) es la forma más frecuente de cáncer de piel, seguido por el carcinoma de células escamosas (CCE). Los CCE pueden aparecer en cualquier parte del cuerpo, aunque al igual que los CCB, son más frecuentes en áreas que suelen estar expuestas a la luz ultravioleta (UV), como por ejemplo en bordes de los oídos, labio inferior, rostro, cuero cabelludo, cuello, manos, brazos y piernas.

El melanoma maligno es la forma de cáncer de piel más peligrosa. En fase avanzada, puede ser una enfermedad grave; si se extiende a los órganos internos, puede poner en peligro la vida.

Afortunadamente, cáncer de piel raras veces ataca sin avisar. Hay que estar alerta porque si se detecta pronto, casi siempre tiene cura.

Factores de riesgo

- Piel clara
- Antecedentes familiares de cáncer de piel
- Antecedentes personales de cáncer de piel
- Exposición al sol debido al trabajo o a las actividades recreativas
- Antecedentes de quemaduras de sol, en especial, durante la infancia

- Antecedentes de bronceado en camas solares
- Piel que fácilmente se quema, enrojece o le salen pecas
- Ojos azules o verdes
- Cabello rubio o rojo
- Cierta tipo de lunares o numerosos lunares

El cáncer de piel no discrimina raza. Las personas con piel oscura también necesitan protegerse, y estar alerta ante cambios en la piel ya que pueden ser difíciles de detectar.

Señales de alerta

El cáncer de piel puede aparecer como:

- parches rugosos y escamosos;
- llagas abiertas con bordes en relieve y una superficie costrosa que pueden supurar o sangrar;
- protuberancias brillantes que pueden llegar a sangrar;
- lunares asimétricos, con bordes irregulares y/o con pigmentación heterogénea;
- lunares que evolucionan y/o con un diámetro superior a 6mm (tamaño del borrador de un lápiz).

Prevención y detección temprana

- El protector solar por sí solo no es suficiente; cúbrase con ropa, sombrero de ala ancha y lentes de sol con filtro de rayos UV.
- Busque la sombra, especialmente entre las 9:30 de la mañana y las 4 de la tarde.
- Evite las quemaduras solares.
- Evite las camas y cabinas de bronceado.
- Utilice un protector solar de amplio espectro todos los días con un factor de protección solar (SPF) de 30 o más que proteja de los rayos UVA y UVB.
- Aplique 1 onza (2 cucharadas) de protector en todo el cuerpo 20 minutos antes de salir. Vuelva a aplicarlo cada 2 horas.
- La piel de los niños es especialmente sensible a la radiación UV. El 80% del daño por exposición a los rayos UV se produce antes de los 18 años.
- Mantenga a los recién nacidos alejados del sol. Los protectores solares deben utilizarse solo en bebés mayores de seis meses.
- Conozca su piel, realice un auto-examen cuidadoso y regular para identificar cambios en lunares o lesiones.
- Acuda a un dermatólogo anualmente para que le realice un examen profesional de la piel.

Si usted tiene alguna consulta o preocupación, o presenta alguna de las señales de alerta detalladas en esta sección, consulte con su médico de inmediato. Recuerde acudir a su control médico anual.

La detección temprana es la mejor defensa contra el cáncer.

Cáncer Colorrectal

El cáncer colorrectal es un crecimiento maligno o tumor en el colon y/o recto.

Generalmente se origina de pólipos en el intestino grueso. El cáncer colorrectal, en general, crece de manera silenciosa y lenta. Los síntomas aparecen en etapas avanzadas de la enfermedad.

Por ende, el cáncer colorrectal se puede prevenir y curar si se diagnostica a tiempo.

Factores de riesgo

Todos estamos en riesgo de desarrollar cáncer colorrectal. Si existe historia familiar de esta enfermedad o de pólipos en el intestino grueso, el riesgo es considerado mayor.

Las enfermedades inflamatorias del intestino grueso también pueden aumentar el riesgo de desarrollar este tipo de cáncer.

El cáncer colorrectal es más frecuente a partir de los 50 años y el riesgo aumenta con la edad.

Llevar una dieta alta en grasa animal y baja en fibra, la obesidad, el consumo excesivo de alcohol y el tabaquismo aumentan el riesgo de desarrollar cáncer colorrectal.

Personas con historia familiar de otros tipos de cáncer, como por ejemplo cáncer de mama o cáncer de endometrio, también tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer colorrectal.

Señales de alarma

En su etapa inicial, el cáncer colorrectal no presenta síntomas. Los síntomas pueden indicar un estado avanzado de la enfermedad. Consulte con su médico si usted presenta cualquiera de los siguientes problemas:

- Diarrea o estreñimiento prolongado
- Sangre en las heces
- Dolor o malestar abdominal persistente
- Cansancio o debilidad
- Pérdida de peso sin razón aparente
- Anemia o hemoglobina baja sin evidencia de sangrado

Prevención y detección temprana

La colonoscopia (examen exploratorio del colón) es comúnmente empleado para detectar el cáncer colorrectal. A partir de los 50 años de edad, tanto hombres como mujeres con un riesgo promedio de desarrollar este cáncer deben someterse a una

prueba de detección. Las personas con un riesgo elevado deben realizarse los primeros exámenes de detección a los 40 años.

Conozca la historia médica de su familia y consulte con su médico si tiene antecedentes familiares de padre, madre o hermanos con cáncer colorrectal.

Es posible aportar a la buena salud de usted y su familia llevando un estilo de vida saludable que incluya:

- una dieta baja en grasa, colesterol, carnes rojas y rica en fibra;
- actividad física regular;
- consumo moderado de alcohol y cesación del tabaquismo.

Si usted tiene alguna consulta o preocupación, o presenta alguna de las señales de alerta detalladas en esta sección, consulte con su médico de inmediato. Recuerde acudir a su control médico anual.

La detección temprana es la mejor defensa contra el cáncer.

Cáncer Cervicouterino

El cáncer cervicouterino es un crecimiento maligno o tumor que se desarrolla en el cuello del útero, ubicado en el extremo inferior y más estrecho del útero. El cuello del útero conecta la parte superior del útero con la vagina.

La anomalía pre-cancerosa de las células cervicales está usualmente relacionada con la infección previa con el virus del papiloma humano (VPH).

Factores de riesgo

La infección con este virus puede afectar las células cervicales, haciéndolas más propensas a convertirse en células anormales pre-cancerosas. Existen muchas cepas del VPH. Dos de ellas, el VPH 16 y VPH 18, están ligadas al desarrollo de la mayoría de los casos de cáncer cervicouterino.

Otros factores que aumentan el riesgo de desarrollar cáncer cervicouterino incluyen:

- el tabaquismo
- un sistema inmunológico comprometido

Señales de alarma

En etapas tempranas, el cáncer cervicouterino no presenta síntomas. A medida que crece el tumor, una mujer puede presentar sangrado vaginal anormal:

- Sangrado entre períodos menstruales
- Sangrado después de mantener relaciones sexuales o de un examen pélvico
- Períodos menstruales más largos y fuertes
- Sangrado posterior a la menopausia

Otros síntomas son:

- Aumento en descarga vaginal
- Dolor en el área pélvica
- Dolor durante las relaciones sexuales

Estos síntomas pueden ser evidencia de cáncer cervicouterino, infecciones u otros problemas de salud. Si usted presenta alguno o varios de estos síntomas debe acudir a su médico de inmediato.

Prevención y detección temprana

Es posible reducir el riesgo de desarrollar el cáncer cervicouterino mediante la vacuna contra el VPH, aplicada antes del inicio de las relaciones sexuales tanto en mujeres como varones.

El cáncer cérvicouterino se puede curar si es detectado de forma oportuna. Se recomienda que a partir de los 21 años, las mujeres se realicen la prueba de detección (papanicolau) una vez al año. En caso de tener un riesgo elevado, consulte con su médico, ya que puede ser necesario iniciar el tamizaje a una edad más temprana.

La detección temprana es la mejor defensa contra el cáncer.