



DetECCIÓN oportuna para el cáncer

El cáncer se refiere a un gran número de enfermedades que se caracterizan por el desarrollo de células anormales que se dividen sin control y tienen la capacidad de infiltrarse y destruir el tejido corporal normal. A menudo, el cáncer tiene la capacidad de propagarse por el cuerpo¹.

La OMS destaca la existencia de una amplia serie de medidas probadas para prevenir la aparición de nuevos casos de cáncer. Entre ellas: controlar el consumo de tabaco (responsable de un 25% de las muertes por cáncer), vacunar contra la hepatitis B para prevenir el cáncer de hígado, acabar con el cáncer cérvico-uterino vacunando contra el VPH, realizar pruebas y tratamientos, aplicar medidas de gestión del cáncer de gran calado en las que se aprovechan debidamente los recursos, y hacer que los cuidados paliativos, incluido el tratamiento del dolor, sean accesibles².

Causas

El cáncer se produce cuando células normales se transforman en células tumorales a través de un proceso en varias etapas que suele consistir en la progresión de una lesión precancerosa a un tumor maligno. Esas alteraciones son el resultado de la interacción

entre factores genéticos de la persona afectada y tres categorías de agentes externos, a saber:

- **Carcinógenos físicos** → radiaciones ultravioletas e ionizantes.
- **Carcinógenos químicos** → el amianto, sustancias contenidas en el humo de tabaco, las aflatoxinas que contaminan los alimentos y el arsénico presente en el agua de bebida.
- **Carcinógenos biológicos** → determinados virus, bacterias y parásitos.



Factores de Riesgo para el Cáncer

Los factores de riesgo pueden aumentar las posibilidades de que una persona padezca cáncer, pero también hay factores de protección, que pueden disminuir el riesgo de cáncer.

El consumo de tabaco y de alcohol, la alimentación poco saludable, la inactividad física y la contaminación del aire son factores de riesgo de cáncer y de otras enfermedades no transmisibles. También lo son algunas infecciones crónicas, sobre todo en los países de ingresos bajos y medianos. Cerca del 13% de los casos de cáncer diagnosticados en el mundo durante el 2018 se atribuyen a infecciones carcinógenas.

Prevención

El riesgo de cáncer puede reducirse:

- No consumiendo tabaco.
- Manteniendo un peso corporal saludable.
- Tomando una alimentación saludable que incluya frutas y hortalizas.
- Realizando actividad física con regularidad.
- Evitando o reduciendo el consumo de alcohol.
- Vacunándose contra el virus del papiloma humano y la hepatitis B, en caso de pertenecer a los grupos en los que se recomienda esta intervención.



- Evitando la radiación ultravioleta (principalmente, por la exposición al sol y en los aparatos de bronceado artificial) o protegiéndose de la luz solar.
- Haciendo un uso seguro y adecuado de las radiaciones en la atención de salud (para fines diagnósticos y terapéuticos).
- Minimizando la exposición ocupacional a las radiaciones ionizantes.
- Reduciendo la exposición a la contaminación del aire exterior e interior, incluido el radón (*gas radiactivo que se produce por la descomposición natural del uranio y que puede acumularse en edificios como los hogares, las escuelas y los lugares de trabajo*).

DetECCIÓN PRECOZ

La mortalidad por cáncer se puede reducir si se detecta y trata a tiempo. La detección precoz tiene dos componentes: el diagnóstico precoz y el tamizaje (cribado).

Diagnóstico precoz



Cuando el cáncer se detecta en una fase temprana es más probable que responda al tratamiento, lo que podría aumentar las probabilidades de supervivencia, reducir la morbilidad y abaratar la terapia. Si la enfermedad se detecta pronto y no se retrasa, la atención se puede mejorar significativamente la vida de los enfermos oncológicos.

El diagnóstico precoz consta de tres componentes:

- El conocimiento de los síntomas de los distintos tipos de cáncer y de la importancia de acudir al médico si se observan anomalías que suscitan preocupación.
- El acceso a los servicios clínicos de evaluación y diagnóstico.
- La derivación oportuna del paciente a los servicios de tratamiento.

El diagnóstico precoz de los cánceres sintomáticos se puede y debe hacer en todas las situaciones para la mayoría de los tipos de cáncer.

Tamizaje (cribado)

La finalidad del tamizaje es detectar indicios de un cáncer concreto o una determinada lesión precancerosa en personas asintomáticas. Cuando se encuentran anomalías durante el tamizaje deberán realizarse más pruebas para confirmar o descartar el diagnóstico y para derivar al paciente a tratamiento, si es necesario.

- Las pruebas de detección de virus del papiloma humano (por ejemplo, para detectar su ADN o ARN), como técnica prioritaria para el cáncer de cuello uterino.
- La mamografía para detectar el cáncer de mama en las mujeres de 50 a 69 años, en los lugares donde el sistema de salud pueda ofrecer.

Medidas para mejorar el diagnóstico temprano de cáncer

- Sensibilizar al público acerca de los síntomas del cáncer y alentarlos a recurrir a la asistencia médica cuando los detecten.
- Invertir en el fortalecimiento y el equipamiento de los servicios de salud y la formación del personal sanitario para que se realicen diagnósticos tanto exactos, como oportunos.
- Velar por el acceso a un tratamiento seguro y eficaz para las personas con cáncer, con inclusión del alivio del dolor, sin que ello implique un esfuerzo personal o financiero prohibitivo.



Referencia bibliográfica

1. Organización Mundial de la Salud (2020). La OMS expone en líneas generales los pasos para evitar la muerte 7 millones de personas por cáncer. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news/item/04-02-2020-who-outlines-steps-to-save-7-million-lives-from-cancer>
2. National Cancer Institute (s/f). Cancer Research Resources. Recuperado de: <https://www.cancer.gov>



Sistema de Atención Integral a la Salud
Universidad Veracruzana