

Cáncer: Aspectos básicos

Cáncer es una palabra que se aplica a diferentes tipos de células no saludables y anormales que crecen de manera descontrolada en los tejidos del cuerpo. El cáncer causa **tumores malignos** (proliferaciones anormales) y pérdida de la función orgánica normal del organismo. Las células cancerosas pueden hacer **metástasis** (diseminarse) a los órganos cercanos o bien pueden esparcirse a través del torrente sanguíneo o del sistema linfático a otras zonas del cuerpo, según el tipo de cáncer y la gravedad de la enfermedad. Además de provocar cambios y daños en la zona donde comenzó, el cáncer suele desencadenar otros síntomas, como fatiga, pérdida de peso, **anemia** (recuento sanguíneo bajo), dolor, debilidad, depresión y falta de aliento, y puede estar asociado con infección. Más de 11 millones de personas en los Estados Unidos tienen cáncer. En el mundo entero se diagnostica cáncer a más de 12 millones de personas por año. Los profesionales sanitarios que participan en la atención del cáncer incluyen a los **oncólogos** y **hematólogos** (médicos con educación y capacitación especializadas en el tratamiento del cáncer y las enfermedades del torrente sanguíneo), los cirujanos de distintas especialidades, incluidos los **cirujanos oncólogos** (que se centran en el manejo quirúrgico del cáncer), los **radiólogos oncólogos** (médicos con capacitación especializada en el tratamiento del cáncer con rayos x) y los enfermeros con experiencia especial en la atención a enfermos de cáncer. La edición de *JAMA* del 13 de octubre de 2010 incluye un artículo sobre la detección del cáncer en pacientes con cáncer avanzado. Esta Hoja para el paciente surge de otra publicada anteriormente en la edición de *JAMA* del 17 de marzo de 2010.

TIPOS DE CÁNCER

- El cáncer puede clasificarse según el órgano del cuerpo que afecta o el tipo de células que son cancerosas.
- Los tipos más frecuentes de cáncer, sin contar el de la piel, son el cáncer de mama en las mujeres y el cáncer de próstata en los hombres.
- El cáncer de los glóbulos sanguíneos incluye varios tipos de **leucemia** y el **mieloma múltiple**.
- Los **linfomas** son casos de cáncer del sistema linfático y pueden afectar todas las áreas del cuerpo.

TRATAMIENTO DEL CÁNCER

El tratamiento depende del tipo de cáncer, los órganos afectados, el alcance o la diseminación del cáncer y el estado de salud de la persona. Los tratamientos habituales del cáncer incluyen la **quimioterapia** (medicamentos potentes que se emplean para matar las células cancerosas), la **radioterapia** (uso de rayos x dirigidos para reducir los tumores), los procedimientos quirúrgicos (para extirpar el tejido canceroso), las transfusiones de productos sanguíneos, el trasplante de médula ósea y los programas de apoyo. Se ofrecen **cuidados paliativos** (para aliviar los síntomas) cuando el cáncer es incurable. Los tratamientos paliativos incluyen la cirugía (como una colostomía para reducir la obstrucción del colon o una traqueotomía para ayudar a la persona a respirar con mayor facilidad), medicamentos, tratamiento del dolor, apoyo nutricional (p. ej., líquidos enriquecidos o sondas de alimentación), atención en centros para enfermos terminales y apoyo espiritual y familiar.

PREVENCIÓN DEL CÁNCER

Casi la mitad de los tipos de cáncer pueden prevenirse. Para reducir las probabilidades de enfermarse de cáncer:

- Haga actividad física a diario.
- Siga una dieta balanceada, rica en frutas, vegetales y frutos secos. Limite las grasas saturadas y las de origen animal. Evite los alimentos procesados.
- Reduzca la exposición a la luz solar, en particular durante las horas pico del sol, entre las 10 a. m. y las 4 p. m. y use pantalla solar. No se exponga a camas o lámparas solares.
- No fume.
- Mantenga un peso saludable.
- Siga las pautas para evitar la exposición laboral a sustancias químicas o peligrosas.
- Limite el consumo de alcohol.
- Conozca sus antecedentes familiares y reconozca su riesgo de contraer cáncer con un componente **genético** (heredado).

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer) www.cancer.gov
- American Cancer Society (Sociedad Americana del Cáncer) www.cancer.org
- Organización Mundial de la Salud www.who.int
- National Comprehensive Cancer Network (Red Nacional Integral del Cáncer) www.nccn.org

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de *JAMA* anteriores, vaya al índice de Patient Page (Hoja para el paciente) del sitio web de *JAMA* en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español. En la edición del 11 de junio de 2008 se publicó una Hoja para el paciente sobre quimioterapia contra el cáncer; en la edición del 26 de mayo de 2004 se publicó una Hoja para el paciente sobre la prevención del cáncer; en la edición del 9 de junio de 2004 se publicó una Hoja para el paciente acerca de ensayos clínicos sobre el cáncer; en la edición del 14 de septiembre de 2005 se publicó una Hoja para el paciente sobre radioterapia; y en la edición del 12 de diciembre de 2007 se publicó una Hoja para el paciente sobre dejar de fumar.

Fuentes: National Cancer Institute, American Cancer Society, World Health Organization, National Comprehensive Cancer Network

Janet M. Torpy, MD, Writer

Cassio Lynn, MA, Illustrator

Richard M. Glass, MD, Editor

La Hoja para el paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales sanitarios pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpressiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

JAMA
COPIA PARA
SUS PACIENTES