

Cáncer

- [Cáncer de mama](#)
- [Cáncer de cuello uterino](#)
- [Cáncer colorrectal](#)
- [Recursos](#)

¿Qué es el cáncer?

El cáncer es una afección en la que las células del cuerpo crecen de forma anormal o descontrolada. Normalmente, las células crecen y se dividen para crear nuevas células a medida que se necesitan para mantener el cuerpo sano. A veces, este proceso de crecimiento de nuevas células no funciona correctamente y se forma el cáncer. Dado que el cáncer puede originarse en cualquier parte del cuerpo, existen más de 100 tipos diferentes.

¿Cómo comienza el cáncer?

Las células normales se convierten en células cancerosas debido a un daño en el ADN de una célula. El ADN está en cada célula y dirige todas sus acciones. En una célula normal, cuando el ADN se daña, la célula repara el daño o muere. En las células cancerosas, el ADN dañado no se fija y la célula no muere como debería. En cambio, esta célula continúa produciendo nuevas células que el cuerpo no necesita.

¿Cómo crece el cáncer?

Las células anormales pueden crecer y convertirse en una masa o un tumor. No todos los tumores son cancerosos. Los tumores pueden ser malignos (cancerosos) o benignos (no cancerosos). Un tumor maligno, o cáncer, se puede diseminar a otras partes del cuerpo y formar otros tumores. Algunos tipos de cáncer, como la leucemia, rara vez forman tumores. En cambio, estas células cancerosas se encuentran en la sangre y en los órganos formadores de sangre, y fluyen a través de otros tejidos donde crecen. Algunos tipos de cáncer crecen rápidamente, mientras que otros pueden crecer lentamente a lo largo de muchos años.

¿Cuáles son los signos y los síntomas del cáncer?

Los signos y síntomas son señales de que algo no está bien en el cuerpo. Dado que el cáncer puede comenzar en cualquier parte del cuerpo, puede causar casi cualquier signo o síntoma. Los signos y síntomas del cáncer varían según la ubicación del cáncer en el cuerpo, su tamaño, la medida en que afecte a los órganos o tejidos y si se ha diseminado. Algunos ejemplos de signos y síntomas generales del cáncer son la pérdida de peso inexplicable, la fiebre, el cansancio extremo, el dolor o los cambios en la piel. Tener estos síntomas no significa que tenga cáncer, pero son señales de que algo podría estar mal en su cuerpo y debe examinarlos un proveedor de atención médica.

Es muy importante prestar mucha atención a su cuerpo y a cualquier señal de que algo podría no estar bien.

Esto es especialmente importante para los signos y síntomas del cáncer, ya que el tratamiento del cáncer funciona mejor cuando el cáncer se detecta en sus etapas iniciales.

Sociedad Americana Contra el Cáncer (28 de febrero de 2020). Signos y síntomas del cáncer. www.cancer.org/cancer/cancer-basics/signs-and-symptoms-of-cancer.html

¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer?

Hay muchos factores de riesgo diferentes del cáncer, algunos que se pueden controlar mediante cambios en el estilo de vida y otros que no, como la edad, los antecedentes familiares o la genética de una persona. Los comportamientos y las exposiciones que pueden contribuir a aumentar el riesgo de cáncer incluyen:

- Tabaquismo y otros usos del tabaco.
- Dieta baja en frutas y verduras o alta en alimentos procesados.
- Falta de actividad física regular.
- Obesidad.
- Consumo de alcohol.

Cáncer

- Exposición al sol.
- Exposiciones ambientales (plomo y amianto).
- Exposición a infecciones como la hepatitis, el VPH o el VIH.

Sociedad Americana Contra el Cáncer (28 de febrero de 2020). Preguntas que la gente hace sobre el cáncer. www.cancer.org/cancer/cancer-basics/preguntas-personas-preguntas-sobre-cancer.html

Además de los comportamientos, los factores sociales y económicos, así como los entornos físicos en los que una persona nace, vive, juega y trabaja, desempeñan un papel fundamental en la oportunidad de lograr una salud óptima.

Las barreras socioeconómicas y ambientales, conocidas como determinantes sociales de la salud, son factores que niegan a muchas personas la oportunidad de practicar conductas saludables y acceder a servicios de salud de calidad. Estos factores provocan disparidades en la salud, es decir, diferencias evitables en las oportunidades y los resultados de salud entre los segmentos de la población. El Departamento de Salud del Distrito de Columbia (DC Health) identifica nueve determinantes sociales clave de la salud que operan en el Distrito: la educación, el empleo, los ingresos, la vivienda, el transporte, el entorno alimentario, la atención médica, el entorno al aire libre y la seguridad de la comunidad.

Distrito de Columbia (2018). Informe sobre equidad en la salud: Distrito de Columbia, 2018. dchealth.dc.gov/publication/health-equity-report-district-columbia-2018

¿Debería hacerme un examen de detección del cáncer?

A continuación, se enumeran las recomendaciones de detección del cáncer basadas en las directrices del Grupo Especial de Servicios Preventivos de los Estados Unidos. Se recomienda que hable con su médico acerca de sus factores de riesgo y analice sus decisiones personales con respecto a realizarse un examen de detección.

Pruebas de detección del cáncer de mama.

De 50 a 74 años

- Mamografía de detección cada 2 años.

Pruebas de detección del cáncer de cuello uterino.

De 21 a 29 años

- Prueba de Papanicolaou cada 3 años.

De 30 a 65 años

- Prueba de Papanicolaou cada 3 años.
- Prueba de Papanicolaou y de virus del papiloma humano (hrVPH) de alto riesgo cada 5 años (prueba conjunta).
- Prueba de virus del papiloma humano de alto riesgo (HRVPH) cada 5 años.

Prueba de detección del cáncer colorrectal

De 45 a 75 años

- Prueba de detección del cáncer colorrectal. Para obtener más información sobre las diferentes opciones de pruebas de detección, visite https://www.cdc.gov/cancer/colorectal/basic_info/screening/tests.htm

Prueba de detección del cáncer de pulmón

De 50 a 80 años

- Chequeo anual para el cáncer de pulmón con tomografía computarizada de dosis baja (LDCT) para adultos que tienen un historial de tabaquismo de 20 paquetes al año y que actualmente fuman o que han dejado de fumar en los últimos 15 años.

Prueba de detección del cáncer de próstata

De 55 a 69 años

- Los hombres deben tomar una decisión individual sobre si desean hacerse las pruebas de detección después de una conversación con su médico sobre los posibles beneficios y daños.

Más de 70 años

- No se recomienda la prueba de detección, los beneficios potenciales no superan los daños posibles.

Cáncer

Cáncer de piel

De 6 meses a 24 años

- Asesoramiento sobre la reducción de la exposición a la radiación ultravioleta en pieles claras.

A partir de los 25 años

- Actualmente, no hay pruebas suficientes para recomendar una prueba de detección del cáncer de piel (examen corporal completo realizado por un médico) en personas que no tienen antecedentes de cáncer de piel y que no tienen lunares u otras manchas sospechosas. Informe a su médico sobre cualquier lunar inusual o cambio en la piel. Consulte también a su médico si tiene un riesgo mayor de padecer cáncer de piel.

Incidencia del cáncer

El cáncer es la segunda causa principal de muerte en el Distrito de Columbia. Las partes del cuerpo donde el cáncer causa el mayor número de muertes en el Distrito son la próstata, los pulmones, las mamas y el colon/recto. Las tasas más altas de incidencia y mortalidad por cáncer se observan entre los habitantes de las zonas 5, 7 y 8, así como entre los habitantes afroamericanos.

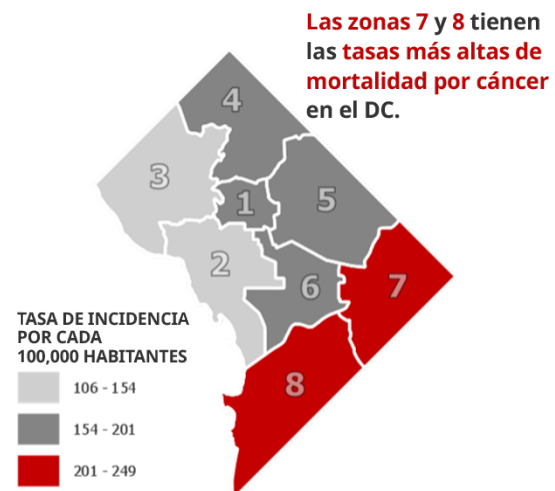
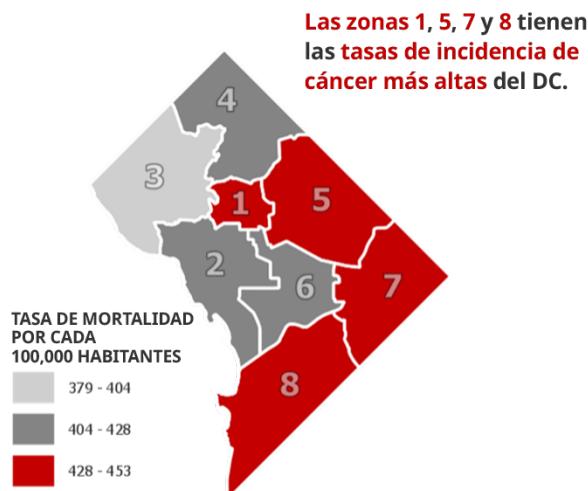
Para obtener más información sobre la incidencia del cáncer, consulte las hojas informativas sobre el cáncer en el DC aquí dchealth.dc.gov/service/cancer

¿Cómo puedo reducir mi riesgo de cáncer?

Hay varias medidas que se pueden tomar para reducir el riesgo de desarrollar cáncer. El riesgo de cáncer se puede reducir si evita el consumo de tabaco, sigue una dieta que evite los alimentos procesados pero que sea rica en frutas y verduras, mantenga un peso saludable, haga ejercicio con regularidad, se haga las pruebas oportunas de detección del cáncer y evite los riesgos ambientales, como el sol o las sustancias químicas.

Genómica del cáncer

Se ha descubierto que las mutaciones genéticas aumentan el riesgo de una persona de desarrollar ciertos tipos de cáncer. Las mutaciones genéticas hereditarias se asocian con entre el 5% y el 10% de todos los tipos de cáncer. En el DC, las personas afroamericanas tienen un porcentaje más alto de antecedentes familiares de cualquier tipo de cáncer; sin embargo, las pruebas genéticas entre los afroamericanos no son óptimas. La detección de mutaciones



Cáncer

genéticas y el uso de los antecedentes familiares de una persona pueden ayudar a identificar a las personas con mayor riesgo de padecer varios tipos de cáncer.

Supervivencia

DC Health se compromete a mejorar los servicios de supervivencia. A través del programa Cáncer: prosperar y sobrevivir, se brindan servicios tanto a los pacientes como a los cuidadores de personas diagnosticadas con cáncer.

Coalición contra el cáncer del DC

Coalición contra el cáncer del Distrito de Columbia es un grupo multidisciplinario de partes interesadas en reducir la incidencia del cáncer en el Distrito identificando y abordando colectivamente las brechas en los servicios oncológicos. Basándose en la mejor evidencia disponible, así como en los datos locales y nacionales y el Plan de Control del Cáncer del Distrito de Columbia, la Coalición apoya programas y políticas para reducir la incidencia del cáncer en el Distrito de Columbia.

Misión

Reducir la incidencia del cáncer mejorando la infraestructura que apoya la prestación equitativa de servicios de educación, prevención, detección, tratamiento y supervivencia basados en la evidencia y culturalmente apropiados.

Involúcrese

Comuníquese con el coordinador del Programa de Control Integral del Cáncer en cancerprograms@dc.gov o al (202) 442-9212 para obtener más información o participar en la Coalición contra el Cáncer.

