



CÁNCER DE PULMÓN

SÍNTOMAS, RIESGOS Y TRATAMIENTO



El cáncer de pulmón es el más común globalmente y es responsable de casi una de cada cinco muertes por cáncer.

Es más común en hombres, contribuyendo al 17% del total de nuevos casos de cáncer diagnosticados en el mundo en 2012, frente al 9% en mujeres en el mismo año.

En muchos casos el cáncer de pulmón es altamente prevenible mediante el conocimiento de los factores de riesgo controlables, y llevando un estilo de vida saludable el riesgo de desarrollar cáncer de pulmón puede reducirse significativamente.

Este mes profundizamos en el cáncer de pulmón, señalando sus síntomas, fases, riesgos y el tratamiento de la enfermedad.

RIESGOS Y CAUSAS DEL CÁNCER DE PULMÓN

Para muchas personas el cáncer de pulmón es prevenible. El riesgo de desarrollar cáncer de pulmón puede reducirse significativamente con el conocimiento de los factores de riesgo y algunos cambios en el estilo de vida.

Fumar:

Es el mayor factor de riesgo de cáncer de pulmón. Cuanto más tiempo fume una persona y cuantos más cigarrillos fume por día, mayor será el riesgo.

Dejar de fumar es la medida más efectiva para prevenir este cáncer.

Historial familiar:

La genética puede aumentar el riesgo de cáncer de pulmón a través de mutaciones genéticas heredadas.

Radón:

La exposición al gas radón puede aumentar el riesgo.

Fumador pasivo:

Los no fumadores expuestos al humo del tabaco tienen un 20% más de riesgo de desarrollar cáncer de pulmón.

Asbesto:

Las personas expuestas al asbesto tienen muchas más probabilidades de desarrollar el cáncer.

Contaminación del aire:

Puede contener restos de sustancias cancerígenas como gasóleo o arsénico.

Cáncer anterior:

El cáncer de pulmón es más común en personas que han sido previamente diagnosticadas con cáncer de boca o garganta.



¿SABÍA QUE...?

Fumar es la principal causa de cáncer de pulmón, se estima que es responsable del 85% de todos los casos



¿SABÍA QUE...?

Solamente fumar unos pocos cigarrillos al día o fumar ocasionalmente aumenta el riesgo de cáncer de pulmón

TIPOS DE CÁNCER DE PULMÓN

El cáncer de pulmón empieza en los pulmones, y de éstos puede extenderse a los ganglios linfáticos u otros órganos. El cáncer puede extenderse también desde otra parte del cuerpo y metastatizar en los pulmones, causando cáncer de pulmón secundario.

Hay dos tipos principales de cáncer de pulmón. **Cáncer pulmonar de células no pequeñas** (CPNM), que es más común y provoca aproximadamente el 85% de los cánceres de pulmón, y el **cáncer pulmonar de células pequeñas** (SCLC). Ambos se desarrollan y se tratan de formas diferentes

Cáncer pulmonar de células no pequeñas

Hay tres tipos de CPNM:

Adenocarcinoma: Empieza en células que producen mucosa en la parte exterior de los pulmones. Éste es el tipo de cáncer de pulmón más comúnmente diagnosticado en no fumadores.

Carcinoma de células escamosas: Se desarrolla en células que cubren las vías respiratorias en las áreas centrales del pulmón. Los hombres tienen más probabilidades que las mujeres de desarrollar el carcinoma de células escamosas, y es más frecuente en fumadores.

Carcinoma de células grandes: Puede darse en cualquier parte de los pulmones pero empieza con más frecuencia en los bordes, y puede crecer bastante antes de que se detecten los síntomas.

Cáncer pulmonar de células pequeñas

El SCLC normalmente se desarrolla en las células de las vías respiratorias grandes y pequeñas, y se asocia al hábito de fumar. Las células cancerosas en el SCLC se dividen más rápidamente que en el CPNM. El SCLC es también más agresivo y es más probable que se extienda antes de detectarse.

SÍNTOMAS DEL CÁNCER DE PULMÓN

El cáncer de pulmón puede no mostrar síntomas hasta que la enfermedad está avanzada, lo que resulta en un diagnóstico tardío.

Cuando los síntomas se muestran, pueden incluir lo siguiente:

Tos persistente	Dolor de pecho, hombro o espalda
Cambios en el volumen y color del esputo	Falta de aire
Ronquera	Sibilancia
Frecuentes bronquitis o neumonías	Expectorar sangre
Hinchazón en el cuello o la cara	Fatiga

Si el cáncer de pulmón se ha extendido, pueden darse otros síntomas. Es crucial consultar con un médico si se experimentan síntomas inusuales o preocupantes.

¿Cómo se diagnostica el cáncer de pulmón?

Para diagnosticar el cáncer de pulmón, puede ser necesario realizar una serie de pruebas. Una vez se ha confirmado la presencia del cáncer, se identificará el tipo y fase del cáncer con pruebas adicionales.

A menudo el primer paso en el diagnóstico es un TAC. Los TAC pueden detectar tumores y determinar si un tumor se ha extendido más allá de los pulmones.

Si la exploración identifica un área problemática, se necesita una biopsia para determinar si un tumor es canceroso.

Se extraen pequeñas muestras de tejido sospechoso y un patólogo las examina al microscopio. La biopsia confirma la presencia de cáncer y también puede determinar el tipo.

Cuando se ha diagnosticado cáncer de pulmón, la extensión del cáncer y las opciones adecuadas de tratamiento se determinan por estadificación.



¿SABÍA QUE...?

En 2012 la mayor incidencia de cáncer de pulmón tuvo lugar en Norteamérica y Europa

ESTADIOS DEL CÁNCER DE PULMÓN

Los estadios del cáncer de pulmón se basan en el tamaño del tumor, ubicación en el pulmón y en si se ha extendido a los ganglios linfáticos u otros órganos del cuerpo. En el CPNM los estadios van de 1 a 4, a mayor número más avanzado está el cáncer.

Estadios del cáncer pulmonar de células no pequeñas

Estadio I: El cáncer está limitado a los pulmones y no se ha extendido a ningún ganglio linfático.

Estadio II: El cáncer está en el pulmón y los ganglios linfáticos próximos.

Estadio III: El cáncer está en el pulmón y los ganglios linfáticos del centro del pecho.
Si el cáncer se ha extendido a los ganglios linfáticos del centro del pecho en el mismo lado que el tumor, se llama estadio IIIA.
Si el cáncer se ha extendido a los ganglios linfáticos del pecho en el lado contrario del tumor, el cuello o por encima de la clavícula, se llama estadio IIIB.

Estadio IV: El cáncer se ha extendido a ambos pulmones, al fluido en el área que rodea los pulmones o a otra parte del cuerpo.

Estadios del cáncer pulmonar de células pequeñas

El SCLC se clasifica en **etapa limitada** y **etapa avanzada**.

La etapa limitada se refiere al SCLC que se limita a un pulmón. La etapa avanzada se refiere al SCLC que se ha extendido al otro pulmón o a otras áreas del cuerpo.

La estadificación es vital para decidir cómo tratar el cáncer y determinar el éxito que puede tener el tratamiento.

TRATAMIENTO DEL CÁNCER DE PULMÓN

El tratamiento del cáncer de pulmón depende de los siguientes factores:

Dónde se ubica el cáncer	Cuánto ha crecido o se ha extendido
El tipo de cáncer	La salud general del paciente y su forma física

Un doctor o equipo especializado en cáncer valorará las mejores opciones de tratamiento con el paciente, después de haber averiguado todo lo posible sobre su cáncer. Ellos explicarán los beneficios y posibles efectos secundarios del tratamiento.

Tipos de tratamiento

Cirugía: La cirugía para el cáncer de pulmón depende de dónde se ubica y de su tamaño.

Quimioterapia: Durante la quimioterapia, se administran fármacos anticancerígenos diseñados para detener el crecimiento de las células cancerosas. Normalmente se da una combinación de fármacos en una serie de sesiones a la semana o al mes.

Radioterapia: Utiliza rayos X de alta energía dirigidos al cáncer. Hay dos tipos principales de radioterapia. Radioterapia externa y radioterapia interna (braquiterapia)

Terapia dirigida: Al contrario que los fármacos de la quimioterapia, que no pueden distinguir entre células normales y células cancerosas, las terapias dirigidas están específicamente diseñadas para atacar las células cancerosas adhiriéndose a, o bloqueando objetivos que aparecen en la superficie de esas células.

La terapia dirigida puede usarse sola o combinada con otros tratamientos.



¿SABÍA QUE...?

En muchas partes del mundo las cifras de cáncer de pulmón están bajando en los hombres y subiendo en las mujeres



¿SABÍA QUE...?

Al mejorar la función pulmonar, la actividad física puede reducir el riesgo de cáncer de pulmón en un 20%

Muchas personas pueden encontrar estresante hablar de las opciones de tratamiento, y les preocupa hacer una mala elección. A menudo no hay una mejor opción, es importante tomarse tiempo para evaluar cada posibilidad y decidir con el médico o el equipo oncológico qué tratamiento o combinación de tratamientos es mejor.



¿SABÍA QUE...?

El tabaco mata aproximadamente 6 millones de personas cada año, más de 5 millones a través del consumo directo de tabaco y 600.000 muertes de fumadores pasivos

10 CONSEJOS PARA AYUDAR A DEJAR DE FUMAR

Las personas que fuman tienen una probabilidad de 15 a 30 veces mayor de desarrollar cáncer de pulmón o morir de él, que las personas que no fuman. Si es usted fumador comprométase ahora a dejarlo. Pruebe estos consejos para ayudarle a dejar el hábito.

1. Déjelo por un motivo

Nuestras motivaciones personales al decidir dejar los cigarrillos son el factor más importante para convertirse en un no fumador. Cualesquiera que sean sus razones personales, escribir una lista de razones por las que desea dejar de fumar y consultarla cada vez que sienta la necesidad de un cigarrillo puede ayudarle a calmar su ansia.

2. Tire la parafernalia

Deshágase de ceniceros, mecheros y cigarrillos que todavía tenga cerca. No necesita nada que se lo recuerde. No caiga en la tentación de guardar algunos cigarrillos "por si acaso", solamente le hará caer en la tentación más fácilmente.

3. Hable con su médico

Su médico puede aconsejarle sobre los distintos medicamentos y terapias disponibles para dejar de fumar.

Su médico también puede aconsejarle sobre grupos de apoyo y clínicas para dejar de fumar.

4. Pida ayuda a sus amigos y familia

Dígales a sus amigos y familia que está dejando de fumar y pídeles su apoyo. Descubrirá que pueden ser una gran fuente de motivación cuando se sienta tentado de fumar.

Considere pedirle a algún familiar o compañero de trabajo que también fume que intente dejarlo con usted. Pueden apoyarse el uno al otro.

5. No se obsesione con el aumento de peso

Muchos fumadores recelan de dejar de fumar o de intentarlo porque temen ganar peso como resultado de ello. Aunque algunas personas pueden ganar unos cuantos kilos en el intento de dejar de fumar, los beneficios resultantes para la salud de ser un no fumador superan ampliamente el peso adicional.

6. Coma mucha fruta y verdura

Su apetito puede aumentar durante el proceso de dejar de fumar, tenga a mano tentempiés saludables y beba mucha agua.

7. Rellene el vacío

Fumar es tanto un hábito como una adicción. Esté preparado para cómo va a rellenar el vacío o mantenerse ocupado en esos momentos del día en los que normalmente fumaría.

Muchas personas fuman para relajarse. Piense cómo se relajará una vez que deje de fumar, empezar a hacer ejercicio a diario es una estupenda forma de relajarse y sentirse positivo sobre la nueva persona más sana en la que se ha convertido.

8. Evitar los desencadenantes

Muchas personas fracasan en su intento de dejar de fumar porque no dan los pasos para evitar los desencadenantes durante las fases iniciales del abandono. Sea consciente de los desencadenantes y evítelos.

9. Dese una recompensa

Fumar es un hábito caro. A medida que lo deje, lleve la cuenta de cuánto dinero ha ahorrado y piense en qué le gustaría gastarlo.

10. Siga intentándolo

Las personas que finalmente dejan de fumar a menudo lo han intentado tres o cuatro veces anteriormente. Por tanto, si no tiene éxito esta vez, siga intentándolo. Sea positivo y aprenda de su anterior intento.



LA COBERTURA DE SU SEGURO INTERNACIONAL DE SALUD

Lamentablemente el cáncer de pulmón sigue siendo uno de los tipos de cáncer más mortales, incluso cuando se detecta temprano.

Puesto que un 85% de casos de cáncer de pulmón pueden evitarse dejando de fumar, la forma de protegernos es simple. Dejar de fumar.

Un estilo de vida saludable que incluya comida sana, ejercicio regular y pasar tiempo al aire libre, ayuda a protegerse contra todos los tipos de cáncer y otras enfermedades.

En Allianz Partners nuestros planes principales cubren tratamiento oncológico en hospitalización, hospital de día y ambulatorio. Existen opciones de tratamiento de alto nivel a su disposición.

Dra. Ulrike Sucher, directora médica de Allianz Partners.