



CÁNCER DE PULMÓN

Los pulmones son un par de órganos que dan oxígeno al cuerpo y expulsan el dióxido de carbono, un producto de desecho producido por las células del cuerpo. Los bronquios, por su parte, son unos tubos a través de los cuales llega el aire inspirado desde la boca a los pulmones; se dividen en otros tubos cada vez más pequeños, denominados bronquiolos), hasta formar los alveolos que es dónde se produce el intercambio de gases con la sangre venosa. El cáncer de pulmón se produce por el crecimiento exagerado de células malignas en este órgano, y que si no se diagnostica a tiempo puede desplazarse hacia otros órganos del cuerpo.

Personas que lo padecen:

Personas mayores de cincuenta años de edad que han fumado cigarrillos durante muchos años.

La incidencia de cáncer de pulmón entre las mujeres en general ha aumentado, lo cual puede atribuirse claramente al aumento del número de mujeres que fuman.

Tipos:

Según la apariencia de las células al ser examinadas a través del microscopio, los cánceres de pulmón pueden dividirse en dos tipos:

Cáncer de pulmón de células no pequeñas: Se asocia con el haber fumado anteriormente, haber convivido con un fumador o fumadores o haber estado expuesto al radón. Los tipos principales de cáncer de pulmón de células no pequeñas reciben su nombre dependiendo del tipo de células encontradas en el cáncer: carcinoma escamo celular (también llamado carcinoma epidermoide), adenocarcinomas, carcinoma de células grandes , carcinoma adeno-escamoso y carcinoma no diferenciado.

Cáncer de pulmón de células pequeñas: Se encuentra en personas que fuman o solían fumar cigarrillos.





CÁNCER DE PULMÓN

Factores de Riesgo del Cáncer de Pulmón:

Cualquier cosa que aumenta la probabilidad de una persona de contraer una enfermedad se llama factor de riesgo. Los factores de riesgo para el cáncer de pulmón incluyen los siguientes:

1. **Tabaquismo:** Fumar cigarrillos, puros y pipas es la causa más común del cáncer de pulmón. Sustancias dañinas, llamadas carcinógenos, en el tabaco, dañan las células de los pulmones. Con el tiempo, las células dañadas pueden hacerse cancerosas. La probabilidad de que un fumador desarrolle cáncer de pulmón se ve afectada por la edad a la que se empezó a fumar, por el tiempo que la persona ha fumado, el número de cigarrillos fumados al día y la fuerza con la que inhala el fumador. El dejar de fumar reduce considerablemente el riesgo de una persona de desarrollar cáncer de pulmón, pero nunca desaparece completamente. Fumar puede aumentar el riesgo de contraer cáncer de pulmón de células no pequeñas.

2. **Humo de tabaco en el ambiente:** La posibilidad de desarrollar cáncer de pulmón aumenta con la exposición al humo de tabaco en el ambiente, el humo en el aire cuando otra persona está fumando. La exposición al humo de tabaco en el ambiente se llama fumar de segunda mano o fumar en forma pasiva o involuntaria.

3. **Radón:** El radón es un gas radiactivo invisible, sin olor y sin sabor, que ocurre en forma natural en la tierra y rocas. Puede dañar los pulmones, lo cual puede llevar al cáncer de pulmón. Las personas que trabajan en las minas pueden exponerse al radón y, en algunas partes del país, hay radón también en las casas. El fumar aumenta el riesgo de cáncer de pulmón todavía más en aquellas personas que ya tienen el riesgo a causa de su exposición al radón. Un estuche para uso doméstico que permite medir los niveles de radón en las casas está en venta en la mayoría de las tiendas de ferretería. La prueba doméstica para el radón es relativamente fácil de usar y no es cara. Una vez que se corrige el problema del radón, el peligro desaparece por completo.

4. **Asbesto:** Asbesto es el nombre de un grupo de minerales que ocurren como fibras en forma natural y se usan en algunas industrias. Las fibras de asbesto tienden a romperse con facilidad en partículas que pueden flotar en el aire y pegarse a la ropa. Cuando las partículas son inhaladas, se pueden alojar en los pulmones, dañando las células y aumentando el riesgo de cáncer de pulmón. Los estudios han demostrado que los trabajadores que han estado expuestos a grandes cantidades de asbesto tienen un riesgo de desarrollar cáncer de pulmón que es 3 ó 4 veces mayor que el de trabajadores que no han estado expuestos al asbesto. Se ha observado esta exposición en tales industrias como la de construcción naval, minería y manufactura del asbesto, trabajo de aislantes y reparación de frenos. El riesgo de cáncer de pulmón es todavía mayor entre los trabajadores del asbesto que fuman también. Los trabajadores del asbesto deberán usar equipo protector que proporciona la empresa y seguir las prácticas laborales y los procedimientos de seguridad recomendados. Otros productos que podrían provocar cáncer son: cromo, arsénico, hollín o alquitrán.



CÁNCER DE PULMÓN

5. Contaminación: Los investigadores han encontrado una relación entre el cáncer de pulmón y la exposición a algunos contaminantes del aire, como los productos que resultan de la combustión del diesel y de otros combustibles fósiles. Sin embargo, esta relación no ha sido definida con claridad y se está llevando a cabo más investigación.

6. Enfermedades de pulmón: Algunas enfermedades de pulmón, como la tuberculosis (TB), aumentan las posibilidades de una persona de desarrollar cáncer de pulmón. El cáncer de pulmón tiende a desarrollarse en las áreas del pulmón que tienen cicatrices de tuberculosis.

7. Antecedentes personales: La persona que ha tenido cáncer de pulmón una vez tiene más probabilidad de desarrollar un segundo cáncer de pulmón cuando se compara con una persona que nunca lo ha tenido. Dejar de fumar después de que se diagnostica el cáncer de pulmón puede prevenir el desarrollo de un segundo cáncer de pulmón.

Los investigadores siguen estudiando las causas del cáncer de pulmón y continúan buscando formas de prevenirlo. Ya sabemos que la mejor forma de prevenir el cáncer de pulmón es dejar de fumar (o no empezar nunca). En cuanto más pronto deja uno de fumar, es mejor. Aun cuando usted haya fumado por muchos años, nunca es demasiado tarde para beneficiarse de dejar de fumar.

8. Radioterapia: Ser tratado con radioterapia aplicada a la mama o el pecho.





CÁNCER DE PULMÓN

Síntomas del Cáncer de Pulmón:

Los signos posibles de cáncer de pulmón de células no pequeñas incluyen una tos que no desaparece y falta de aliento.

A veces, el cáncer de pulmón no causa ningún síntoma y se encuentra durante una radiografía de tórax de rutina. Los síntomas pueden deberse al cáncer de pulmón o a otros trastornos. Se debe consultar con un médico si se presenta alguno de los siguientes problemas:

- 1- Tos que no desaparece.
- 2- Dificultad para respirar.
- 3- Molestias en el pecho.
- 4- Silbido respiratorio.
- 5- Sangre en el esputo (moco que se expulsa de los Pulmones).
- 6- Ronquera.
- 7- Pérdida de apetito.
- 8- Pérdida de peso por razón desconocida.
- 9- Mucho cansancio.

Las pruebas para examinar los pulmones se usan para detectar (encontrar), diagnosticar y estadificar el cáncer de pulmón de células no pequeñas.





CÁNCER DE PULMÓN

Prevención en el Cáncer de Pulmón:

Dejar de fumar o evitar el humo del tabaco, en el caso de no fumadores, prolongará su vida, más que cualquier actividad física y no desarrollará este tipo de enfermedades.

Si es fumador debe realizarse un TAC torácico de alta resolución o una resonancia magnética nuclear periódicamente mínimo dos veces al año, teniendo en cuenta la velocidad de duplicación del cáncer de pulmón.

Una hora de caminata rápida, puede ser más que suficiente para disminuir el riesgo de cáncer de pulmón hasta un 40%, algo que hace un número importante y muy significativo. La posibilidad de practicar deportes cualquiera sea el que elijamos, aumenta las posibilidades de mantener una vida saludable y reducir el riesgo de padecer enfermedades como esta.

Se deben tener siempre en cuenta la edad de los pacientes, la masa corporal y la cantidad del consumo de cigarrillo a diario, para determinar ciertos índices estadísticos que se relacionan con el cáncer de pulmón, pero ha quedado comprobado en estudios realizados que aquellos hombres que gastan al menos 3000 calorías en actividad física en la semana, obtienen mejores beneficios sobre aquellos que llevan una vida sedentaria y sin algún tipo de actividad.

Para llegar a ese gasto calórico es necesario que a diario se practiquen ejercicios de intensidad moderada como correr, nadar, andar en bicicleta, bailar o subir escaleras entre otros.

Mantenga una dieta balanceada y saludable. Una alimentación rica en frutas y vegetales puede ayudar a proteger contra el cáncer de pulmón.

Evitar la excesiva exposición al sol que puede causar melanomas.

Evitar los posibles productos cancerígenos que puedan haber en el ambiente habitual (trabajo y hogar).