



CÁNCER ORAL

Cómo protegerse

A pesar de que la incidencia de cáncer oral ha disminuido en los últimos 20 años, las agencias de salud aún anticipan que más de 30,000 norteamericanos serán diagnosticados con cáncer oral este año. De los 30,000, dos terceras partes serán hombres. El conocer los factores de riesgo así como los signos del cáncer oral ayuda grandemente a limitar la influencia que esta enfermedad podría tener en su vida.

SEPA QUÉ BUSCAR

Como en muchas formas de cáncer, la detección temprana de las lesiones cancerosas pueden mejorar las probabilidades de éxito en el tratamiento.

Usted puede asumir un rol activo en la detección temprana de los signos del cáncer oral examinándose los tejidos orales periódicamente. Tome unos minutos para examinarse los labios, las encías, el interior de las mejillas y la lengua, así como la parte inferior y la superior de la boca. Deberá notar cualquiera de los siguientes:

- cambio en el color de los tejidos orales (por ejemplo, áreas blancas o rojas);
- una protuberancia, engrosamiento, superficie áspera, costra o área pequeña erosionada;
- una úlcera que sangra o que no sana;
- dolor, sensibilidad o adormecimiento en cualquier parte de la boca o de los labios;
- dificultad al masticar, al tragar, al hablar o al mover la mandíbula o la lengua;
- cambios en la voz;
- cambio en la manera en que sus dientes entran en contacto.

Además, observe otros cambios en el cuerpo que podrían ser signos de cáncer oral:

- pérdida drástica de peso;
- una masa o nódulo en el cuello.

Si cualquiera de estas condiciones persiste, comuníquese con su dentista para que lo examine.

MINIMICE EL RIESGO

Usted puede tomar medidas para reducir el riesgo de desarrollar cáncer oral evitando ciertos comportamientos que los investigadores han asociado claramente con el desarrollo del cáncer oral.



American Dental Association
www.ada.org

El uso de cualquier tipo de tabaco (cigarrillos, tabaco de pipa, cigarros o aquellos sin humo como el rapé y el tabaco de mascar), especialmente cuando se combina con un alto consumo de alcohol, ha sido identificado como el factor de mayor riesgo para el cáncer oral en los Estados Unidos. Aunque esta combinación presenta el riesgo principal para el desarrollo de cáncer oral, se han detectado químicos asociados con cáncer en todas las formas de tabaco.

Al igual que con algunas formas de cáncer de la piel, exponerse repetidamente y por largo tiempo al sol, puede aumentar el riesgo de cáncer en los labios, especialmente el inferior. Trate de mantenerse fuera del sol lo más que pueda. Si su profesión o sus actividades recreativas requieren que pase largos periodos al aire libre, tome precauciones para minimizar los efectos que el sol podría tener en sus labios.

Otros posibles factores de riesgo en el desarrollo de cáncer oral incluyen los factores genéticos, la función hepática y ciertos medicamentos. La dieta también puede tener un papel; algunos estudios sugieren que una dieta baja en frutas y vegetales frescos puede aumentar el riesgo general de desarrollar cáncer.

LA IMPORTANCIA DE LOS CUIDADOS DENTALES PROFESIONALES

Las visitas regulares al dentista son importantes para protegerse de los efectos del cáncer oral. Como parte de su examen dental rutinario, su dentista puede examinar los tejidos orales para buscar los signos de las lesiones cancerosas y precancerosas.

Detectar y tratar los tejidos cancerosos tan pronto como sea posible es crítico para ayudarlo a derrotar esta enfermedad potencialmente mortal.

¿QUIERE SABER MÁS?

Hay, al alcance de sus manos, una mina de información relacionada con el cuidado dental. Sólo vaya al sitio web de la Asociación Dental Americana en www.ada.org y teclee en el área de Pacientes y Consumidores para ver una discusión más a fondo de la higiene dental, salud oral y el Sello de Aceptación de la ADA (*ADA Seal of Acceptance*).

Preparado por la División de Comunicaciones de la ADA. Al contrario de otras partes de *JADA*, esta página puede ser cortada, copiada y repartida a los pacientes sin obtener antes el permiso de reproducción de *ADA Publishing*, una división de *ADA Business Enterprises Inc.*

JADA, Vol.131, septiembre 2000

[first illustration] Cáncer oral—lengua



American Dental Association
www.ada.org

[second illustration] Cáncer oral—labio