

(Nota: Recomendamos la lectura previa del apartado “Introducción a la Prevención del Cáncer”)

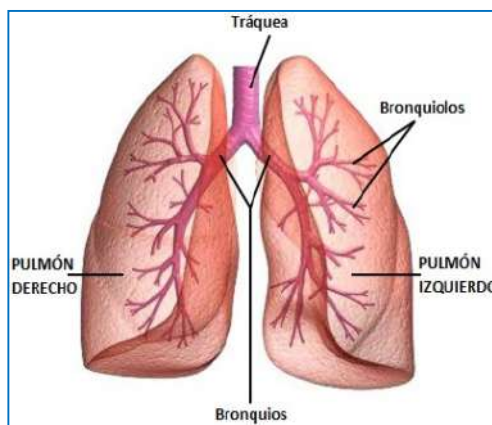
## INFORMACION CLINICA Y PREVENTIVA SOBRE CÁNCER DE PULMÓN

### INFORMACION SOBRE CÁNCER DE PULMÓN

#### ¿Qué es el cáncer de pulmón?

El cáncer de pulmón (CP) es el tumor que se produce por la transformación maligna de las células que revisten las capas del árbol respiratorio (tráquea, bronquios y alveolos).

El pulmón es un órgano doble que se sitúa en la caja torácica. Están separados el pulmón derecho del izquierdo por una estructura formada por ganglios y vasos que se



llama mediastino. El pulmón derecho es mayor y se divide en lóbulo superior, medio e inferior; en cambio el pulmón izquierdo sólo tiene los lóbulos superior e inferior. Cada pulmón está recubierto por una fina membrana llamada pleura. El pulmón es la parte final y más importante del sistema respiratorio; el aparato respiratorio comienza en la faringe donde llega el aire desde la cavidad oral o desde las fosas nasales, sigue con la laringe que está en el cuello, a continuación, la tráquea que es un tubo conductor de aire, ya situada en el tórax. El tubo traqueal se divide en bronquio principal izquierdo y derecho que se introducen en su pulmón correspondiente. A su vez se dividen en forma de ramificaciones en bronquios secundarios y bronquiolos para terminar en alveolos que son unos saquitos circulares que es donde se efectúa el intercambio de gases. La función pulmonar es permitir la respiración. En el momento de la inspiración, que es cuando tomamos aire, llega el oxígeno a los alveolos pulmonares, y con la espiración se expulsa el dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) de desecho de las células.

Según el tipo de célula de que se contenga el tumor se pueden distinguir dos grandes tipos de CP; si las células son pequeñas en forma de granos de avena será el cáncer de pulmón microcítico o de célula pequeña, y si no contiene estas células será el cáncer de pulmón de célula no pequeña. Este a su vez se compone de otras variedades

diferenciadas como son el carcinoma epidermoide, el adenocarcinoma o el carcinoma de células grandes, pero todos son “no microcíticos”. Aunque el tratamiento y evolución clínica de estos dos tipos de CP es muy diferente, en lo relativo a la prevención vamos a referirnos siempre al CP en su conjunto para conseguir que la información sea comprensible.

Es más frecuente en el sexo masculino (80%) pero en los últimos años se está duplicando en mujeres debido al alarmante tabaquismo femenino. Es el segundo tumor más frecuente en el hombre, superado solo por el cáncer de próstata, y el tercero en la mujer, pero es el tumor más frecuente en el mundo. En nuestro país supone unos 28.000 casos nuevos (23000 hombres y unas 5000 mujeres) y dada su elevada mortalidad unas 22.000 muertes anuales. Es la primera causa de muerte en el hombre y la segunda en la mujer. Es la principal causa de mortalidad por cáncer en el mundo llegando al 30% del total. Tanto la incidencia como la mortalidad están descendiendo en el sexo masculino, pero siguen subiendo cada año en las mujeres. Las tasas de supervivencia a 5 años dependen de muchos factores como la fase en que se encuentre al diagnóstico (el estadio o fase de la enfermedad) o el estado general del paciente, pero pueden situarse en torno al 25% a los 5 años. Para los estadios I rondan el 50%, para los estadios II el 30%, para los III el 20-15% y menos del 10% para estadios metastásicos (IV).

La edad más frecuente de diagnóstico es en torno a los 65 años, pero teniendo en cuenta una edad temprana de incorporación al tabaquismo, con frecuencia puede darse en personas menores de 50 años.

Su pronóstico global es malo ya que es habitual que se diagnostique en estadios avanzados e inoperables donde existe afectación de ganglios o metástasis en algún órgano (pleura, pulmón, hígado, hueso, etc). Queda claro pues, que un tumor tan frecuente y con mal pronóstico constituye un problema sanitario de gran magnitud y por tanto se hace prioritario cualquier enfoque preventivo. Paradójicamente es también el cáncer más fácilmente prevenible. Por este motivo es fundamental conocer su prevención y los signos de alarma ya que un diagnóstico temprano es la única forma de curar la enfermedad.

### ¿Cuáles son los Factores de Riesgo?

El factor implicado y causa de más del 90% de los CP es el Tabaco, este factor ocupa el 1º y 2º puntos del Código Europeo Contra el Cáncer, teniendo en cuenta que es el carcinógeno más potente que existe. El riesgo depende del consumo de tabaco diario y de la cantidad de años de exposición. Las personas exfumadoras van disminuyendo su riesgo progresivamente hasta situarse tras 10 a 15 años cercano al riesgo de los no fumadores. También acumulan un riesgo los fumadores pasivos, estas personas están de forma continuada expuestos en ambientes cerrados al humo de tabaco por lo que a pesar de no ser fumadores su riesgo puede duplicarse.

A mucha distancia del tabaco se han identificado otros factores de riesgo para el CP, que exponemos a continuación;

#### Otros Factores

- Exposición natural a Radón; es un material radiactivo derivado del uranio, existente en el subsuelo de algunas zonas como en el noroeste de España.
- Exposición al asbesto; es un mineral que se utilizaba como aislante o material de construcción. Las personas expuestas al asbesto en el trabajo o que convivan en edificios construidos con ese material corren un riesgo mayor de desarrollar cáncer de pulmón. Se debe evitar la inhalación directa y **es obligatorio el uso de equipos de protección respiratoria.**
- La exposición laboral química (fibra de vidrio, hidrocarburos, arsénico, cromo níquel, disolventes, polvo de sílice, pinturas etc)
- Los antecedentes familiares de primer grado.
- Contaminación atmosférica; supone un aumento del 5% de mortalidad por CP y se compone de polución industrial, gases del tráfico y combustión del carbón. Este efecto es mayor en áreas poco desarrolladas como Asia o África.
- Enfermedades pulmonares previas; la aparición de enfermedades pulmonares crónicas (bronquitis, enfisema, fibrosis, tuberculosis, etc) o el antecedente de un cáncer de pulmón anterior, son factores de riesgo para desarrollar un CP.

### ¿Cuáles son los Factores Protectores?

- ✓ Dieta mediterránea; consumo de frutas y verduras. Consumo de pescado.
- ✓ Realizar actividad física de forma regular.

### ¿Cómo se Presenta Clínicamente?

Aunque en algunos casos el diagnóstico pueda ser casual al detectarse el tumor en una radiografía de tórax realizada por otro motivo, en la mayoría de las ocasiones se diagnostica cuando la enfermedad está desarrollada y en fase sintomática. Suele comenzar con síntomas vagos respiratorios en un paciente fumador por lo que éste no les da importancia; se trata de crisis de tos más intensas de lo habitual, un catarro que no se quita, algo más de dificultad respiratoria, etc. Generalmente cuando se acude al médico y se realiza el diagnóstico, el tumor ya está muy desarrollado localmente; con afectación de estructuras pulmonares, de vasos sanguíneos, de la pleura o de los ganglios. También pueden existir metástasis en algún órgano.

El diagnóstico inicial se suele realizar con una RX tórax y se completa con un TAC de tórax y con una broncoscopia. A veces para el diagnóstico definitivo se realizan otras pruebas como punciones guiadas por radiología, gammagrafías, PET, o intervenciones torácicas como la mediastinoscopia.

Dado que como ya hemos dicho, el CP es un tumor que suele dar la cara cuando está muy avanzado, debemos estar muy atentos cuando aparecen los primeros síntomas, ya que en estas primeras fases es un tumor operable y curable. Estos signos de alarma cuando aparecen en un fumador y persisten más allá de 3 semanas deben consultarse rápidamente con su médico. Los principales **signos de alarma** del CP son;

- Sangrado en el esputo (hemoptisis)
- Cambio en las características de la tos
- Disnea (dificultad para respirar) mayor de la habitual.
- Dolor persistente torácico, espalda u hombro
- Aparición de silbidos o estridores al inspirar
- Ronquera duradera
- Síndrome constitucional (pérdida de apetito y peso, cansancio)

## ¿Cómo se previene el Cáncer Pulmón?

En cuanto a **Prevención Primaria** destacamos que el problema se resolvería con abandonar el tabaquismo. Una medida tan sencilla eliminaría la primera causa de mortalidad por cáncer en el mundo. Otra medida importante es el seguimiento estricto de las medidas de protección en el trabajo para personas expuestas a sustancias químicas.

Como **Diagnóstico Precoz** se ha demostrado en algunos estudios que la realización periódica de un TAC de baja radiación en fumadores activos mayores de 55 años puede conseguir detectar casos de CP en fases precoces. Actualmente no está aún bien definido quien serían los candidatos adecuados ni los riesgos a largo plazo de someter a personas sanas a radiaciones periódicas.

### Lo más importante en la prevención del CP es:

- ✓ Abandonar el Tabaquismo.
- ✓ Proteger a los no fumadores de la exposición pasiva.
- ✓ Seguir de forma estricta las normas de protección laboral en el entorno de las actividades de riesgo (minería, carpintería, vidrio, polvo de sílice, industria química, etc).
- ✓ Acudir al médico en caso de que un fumador o exfumador note síntomas respiratorios distintos de los habituales.
- ✓ Realizar dieta mediterránea y actividad física regular.

### **ADVERTENCIA**

***¡No tiene ningún sentido plantearse la “prevención del cáncer” en una persona fumadora que no esté dispuesta a dejar de fumar!***

*Si usted es fumador, le pedimos que cumpla las normas vigentes y que sea muy respetuoso con su entorno; no fume en ambientes cerrados, ni el coche, ni en presencia de niños. Y sobre todo propóngase ya dejar de fumar, si no lo hace por usted hágalo para evitarle un drama a su familia. Busque ayuda y podrá dejarlo. Pregunte a su médico de familia y le asesorará. También hay organismos como la AECC (Asociación Española Contra el Cáncer) que dispone de programas gratuitos para dejar de fumar. Esta medida preventiva es sin duda alguna, la mejor de todas las que pueda adoptar para mejorar globalmente su salud y por tanto su vida.*

