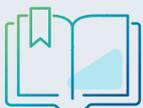
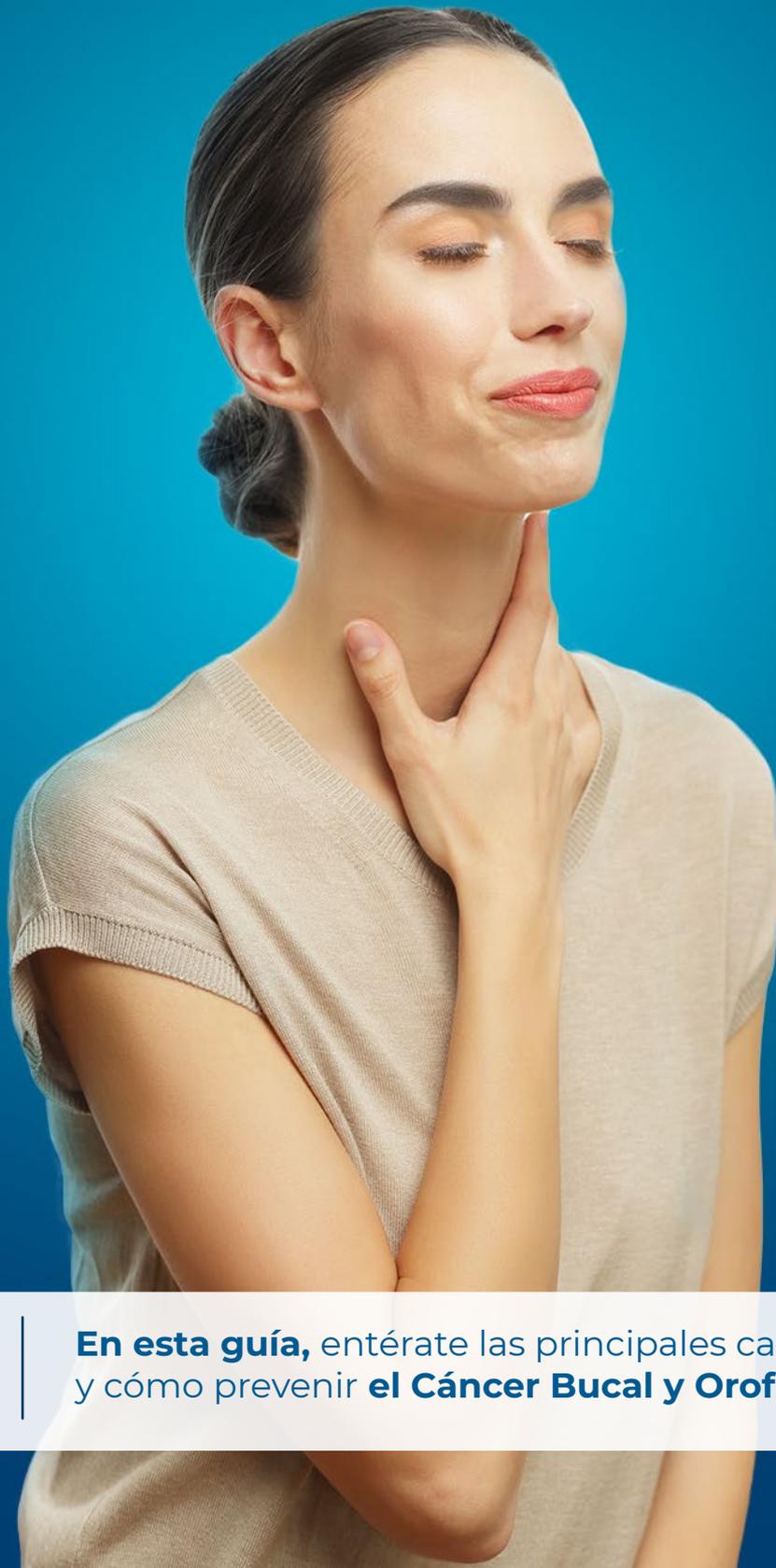


Cáncer Bucal y Orofaringeo

Prevención, detección y vida después del tratamiento



En esta guía, entérate las principales causas y cómo prevenir **el Cáncer Bucal y Orofaringeo.**

Índice

Cáncer Bucal y Orofaringeo

Prevención, detección y vida
Después del tratamiento

Pág.	03	Introducción
Pág.	04	¿Qué es el Cáncer Bucal y Orofaringeo?
Pág.	05	Tipos de Cáncer Bucal y Orofaringeo
Pág.	06	Causas y factores de riesgo
Pág.	07	¿Se puede prevenir el Cáncer Bucal y Orofaringeo?
Pág.	08	Síntomas y signos de alerta
Pág.	09	¿Cómo detectar el Cáncer Bucal y Orofaringeo?
Pág.	10	Tratamientos y efectos secundarios
Pág.	11	Vida después del tratamiento



INTRODUCCIÓN

El Cáncer Bucal y Orofaringeo (o de cavidad bucal y orofaringe) tiene un impacto profundo en la salud y calidad de vida de quienes lo padecen, ya que afecta funciones básicas como hablar, comer o respirar, pero también es una enfermedad muy prevenible cuando se adoptan algunos hábitos saludables adecuados.

Por eso, en esta guía te explicaremos cuáles son los factores de riesgo y síntomas a los que debes prestar atención, así como consejos para el camino hacia una recuperación que preserve la calidad de vida del paciente.

**¡Empecemos juntos este viaje
hacia una vida más saludable!**

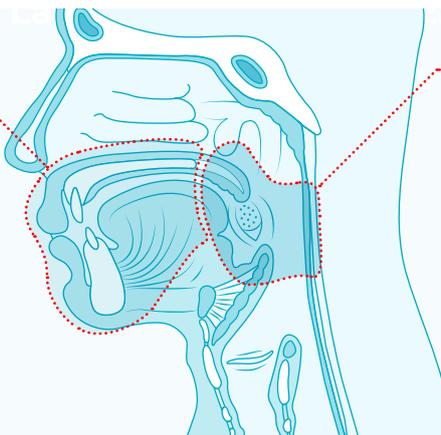
¿QUÉ ES EL CÁNCER BUCAL Y OROFARÍNGEO?

El Cáncer Bucal, conocido como Cáncer de Cavidad Bucal, comienza en la boca, mientras que el Cáncer Orofaringeo empieza en la parte media de la garganta (orofaringe) que está detrás de la cavidad bucal.

Se desarrolla en diferentes áreas de la boca y garganta

Cavidad Bucal

Incluye labios, dientes, encías, dos tercios frontales de la lengua, mucosa bucal, base de la boca y paladar duro.



Orofaringe

Incluye paladar blando, amígdalas, base de la lengua y paredes laterales y posteriores de la garganta.

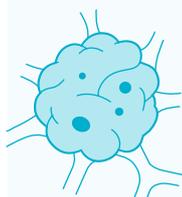


En ambos casos puede comprometer funciones como comer, hablar y respirar. Un diagnóstico temprano puede marcar gran diferencia en la calidad de vida de quienes lo padecen.

Situación actual del Cáncer Bucal y Orofaringeo

El Cáncer de Cavidad Bucal y de Orofaringe es el decimotercer Cáncer más común en el mundo. Afecta principalmente a hombres y, en quienes lo padecen, tiene un impacto significativo en términos de salud y calidad de vida.

La OMS reportó en 2022



Alrededor de **496 mil** nuevos casos



Aproximadamente **240 mil** muertes

Afecta más a hombres que a mujeres



355 mil | nuevos casos
173 mil | muertes



140 mil | nuevos casos
67 mil | muertes

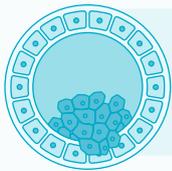
TIPOS DE CÁNCER BUCAL Y OROFARÍNGEO

Debido a que la cavidad bucal y la orofaringe están compuestas por diferentes tipos de células, se pueden desarrollar distintos tipos de Cáncer en estas zonas del cuerpo.

Tipos de Cáncer de Cavidad Bucal y Orofaringe

Carcinoma de células escamosas

Es el más común y afecta a las células planas y delgadas que cubren boca y garganta.



Carcinoma in situ

Está en la capa superficial de las células.
> Etapa temprana



Carcinoma invasivo

Crece a capas más profundas de las células.
> Riesgo de metástasis



Las infecciones de VPH de alto riesgo causan la mayoría de cánceres de orofaringe de células escamosas.

Otros tipos menos comunes

Carcinoma verrucoso

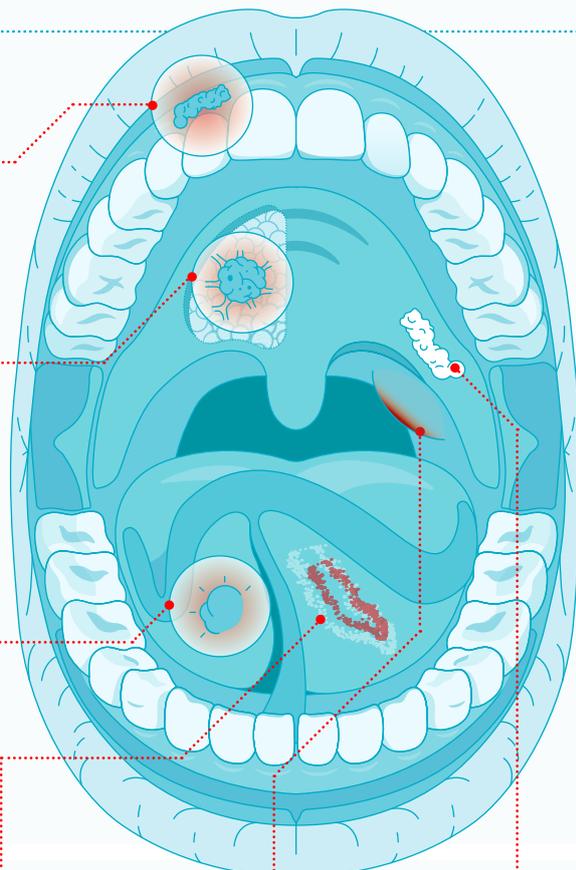
Suele afectar a encías y el revestimiento de las mejillas. Es de crecimiento lento.

Linfomas

Se originan en el tejido linfóide, en la base de la lengua y en las amígdalas.

Cánceres de Glándulas salivales menores

Afecta las glándulas dentro del revestimiento de la boca y la garganta.



Posibles afecciones precancerosas

Eritroleucoplasia

Mancha con áreas rojas y blancas.

Eritroplasia

Área roja, plana o un poco elevada.

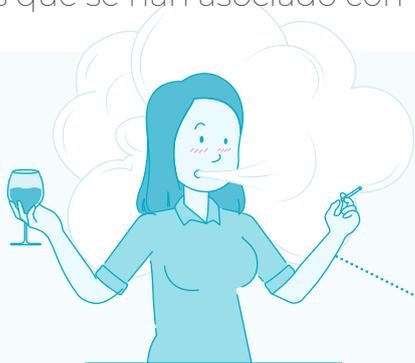
Leucoplasia

Área blanca o gris que no se desprende.

Estas manchas podrían ser una afección precancerosa o un cambio inofensivo. Por eso, si notas alguna de ellas, **es importante que consultes a tu dentista y/o médico tratante**

CAUSAS Y FACTORES DE RIESGO

El Cáncer Bucal y Orofaringeo es el resultado de cambios celulares en los tejidos de la boca y la garganta. Y si bien la causa exacta varía en cada persona, existen ciertos factores que se han asociado con un mayor riesgo de padecerlo.

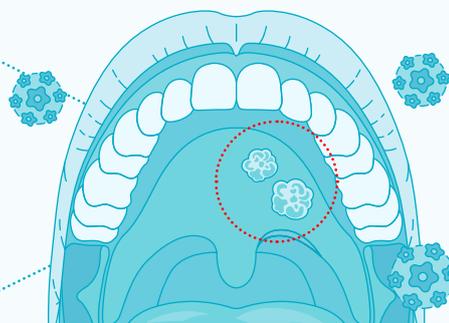


Consumo de tabaco y alcohol

Fumar y consumir alcohol en exceso puede dañar el ADN de las células que revisten el interior de la boca y la garganta, lo que incrementa el riesgo de desarrollar Cáncer.

Infecciones de VPH

El VPH crea las proteínas E6 y E7 que inhiben algunos genes supresores de tumores. Por eso, algunas infecciones de VPH, en especial VPH16, causan la mayoría de Cánceres de Orofaringe.

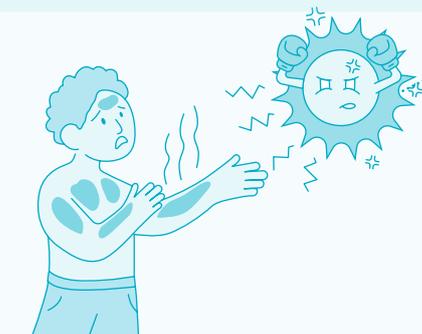
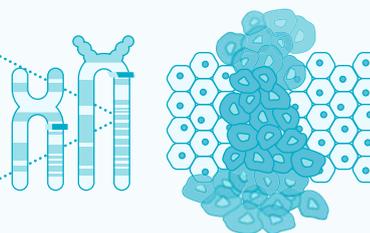


Mascar betel y/o tabaco

El hábito de mascar tabaco y nuez de betel (areca) combinados o por separado aumenta el riesgo a desarrollar cáncer en la cavidad bucal.

Mutaciones genéticas

Algunas mutaciones del ADN heredadas de los padres o adquiridas por la exposición a sustancias químicas (como el humo del tabaco) aumentan el riesgo de desarrollar Cáncer.



Exposición a radiación UV

Aquellos que pasan mucho tiempo al sol sin protección contra los rayos UV tienen mayor riesgo de desarrollar Cáncer de Labio y este riesgo aumenta si, además, fuman.

¿SE PUEDE PREVENIR EL CÁNCER BUCAL Y OROGARÍNGEO?

Aunque no siempre es posible evitar por completo la aparición del Cáncer de Cavidad Bucal y Orofaringe, existen algunas recomendaciones que puedes poner en práctica para reducir el riesgo de desarrollar este tipo de Cáncer.

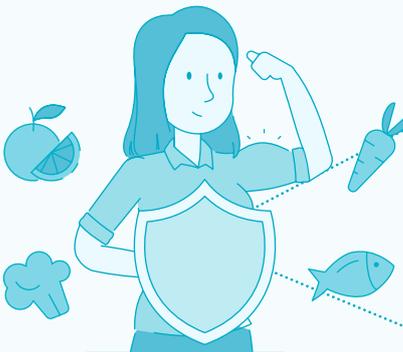
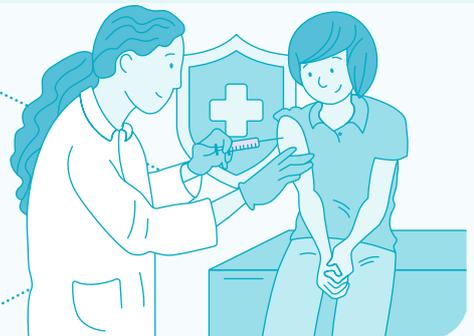


Evitar el tabaco y el alcohol

Las personas que consumen tabaco y alcohol tienen un riesgo 30 veces mayor a desarrollar Cáncer Bucal y Orofaringeo que las personas que no fuman ni beben.

Vacúnate contra el VPH

La vacuna contra el VPH es muy efectiva para prevenir infecciones de VPH de alto riesgo y es más efectiva en personas que aún no han tenido contacto con el virus.

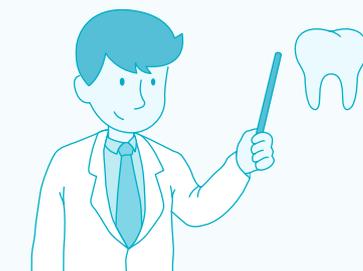
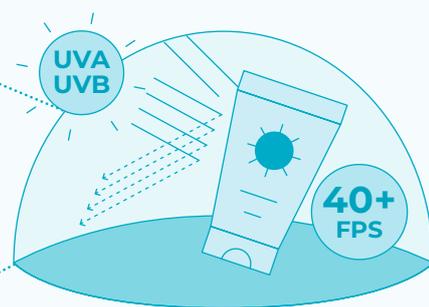


Lleva una dieta saludable

Una alimentación baja en carnes procesadas y grasas trans y, además, rica en frutas y verduras es beneficiosa para la salud en general y puede reducir el riesgo de Cáncer.

Protégete de la radiación UV

Usar un protector solar de 30 FPS, como mínimo, en los labios y otras medidas para evitar la exposición prolongada al sol pueden reducir el riesgo de Cáncer de Labio.



Visita regularmente al dentista

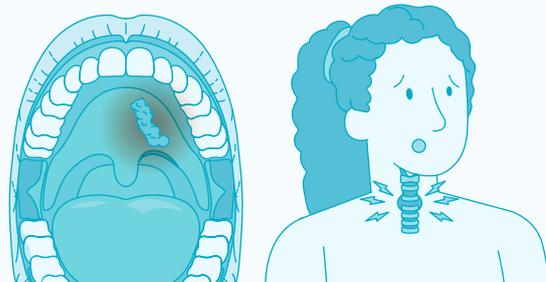
Consultar al dentista regularmente permite la detección temprana de cambios sospechosos en la cavidad bucal que pueden indicar lesiones precancerosas.

SÍNTOMAS Y SIGNOS DE ALERTA

El Cáncer Bucal y de Garganta presenta distintos síntomas según el área afectada y a menudo puede pasar desapercibido en las etapas iniciales. Aquí te presentamos los signos y síntomas más comunes que podrían indicar la presencia de un tumor.

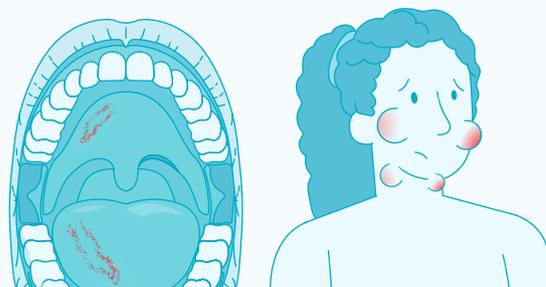
Dolor y úlceras

- ▶ Úlcera en la boca que no sana.
- ▶ Dolor persistente en boca o garganta.
- ▶ Sensación de obstrucción en garganta.



Cambios en tejidos

- ▶ Bultos o masas en mejillas y garganta.
- ▶ Área blanca o roja en encía, lengua, amígdalas o revestimiento de boca.



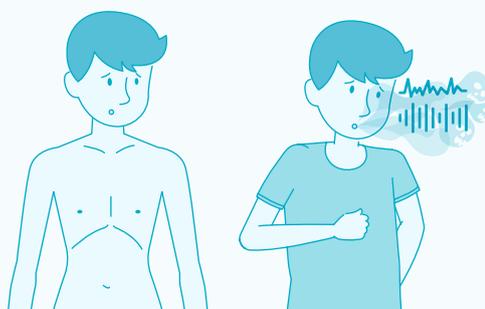
Problemas de movilidad y sensación

- ▶ Dificultad para masticar o tragar.
- ▶ Dificultad para mover mandíbula o lengua.
- ▶ Entumecimiento de lengua o áreas de la boca.
- ▶ Hinchazón de mandíbula.



Otros cambios

- ▶ Cambios en la voz (más ronca o áspera).
- ▶ Pérdida de peso inexplicable.
- ▶ Mal aliento que no se va.



Estos síntomas también pueden estar relacionados con otras enfermedades. Sin embargo, si alguno de estos signos persiste más de dos semanas, se recomienda consultar con un médico o dentista para determinar la causa.

¿CÓMO DETECTAR EL CÁNCER BUCAL Y OROFARÍNGEO?

Si bien no existen pruebas de detección temprana de rutina para el cáncer bucal y de orofaringe, se pueden identificar señales de alerta en exámenes orales regulares.

Se recomiendan los siguiente chequeos, en especial si se consume alcohol o tabaco, ya que esto aumenta el riesgo de Cáncer



Autoexamen mensual en busca de signos de alerta.



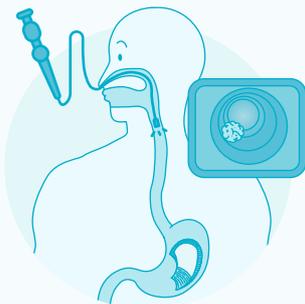
Revisiones de rutina con tu dentista.



Si hay alguna sospecha tu dentista te derivará con un médico de cabeza y cuello u otorrinolaringólogo

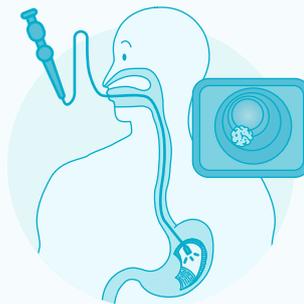
En esta etapa el médico realizará pruebas más específicas

Laringoscopia y Faringoscopia



Se usa examinar visualmente garganta, base de la lengua, laringe y nasofaringe.

Panendoscopia



Se usa para examinar el esófago y pulmón en caso exista riesgo de cáncer en esas zonas.

Biopsias



Se usa para confirmar el diagnóstico de cáncer analizando una muestra de tejido.



Si bien un dentista puede encontrar algunos signos de alerta durante un examen de rutina, muchos de estos cánceres se detectan porque el paciente nota algún síntoma y lo señala.

TRATAMIENTOS Y EFECTOS SECUNDARIOS



El tratamiento del Cáncer de Orofaringe y Cavity Bucal combina varias opciones para eliminar el tumor y mejorar la calidad de vida del paciente.

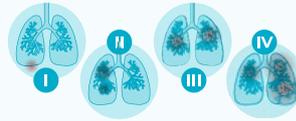
La elección del tratamiento depende de varios factores



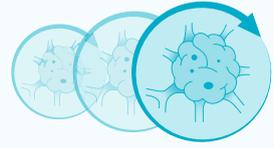
Edad del paciente



Salud del paciente



Estadio del Cáncer



Recurrencia del Cáncer

Tipos de tratamiento



Cirugía

Extirpación de tumor y área afectada por el Cáncer.



Quimioterapia

Medicamentos para destruir células cancerosas.



Radioterapia

Haces de radiación dirigidos para eliminar células cancerosas.



Inmunoterapia

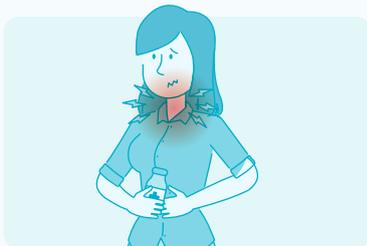
Medicamentos que estimulan al sistema inmunitario para combatir el Cáncer.



Este tipo de tratamientos tienen efectos secundarios como fatiga, náuseas, sequedad en la boca, dolor al tragar, pérdida de apetito y caída del cabello, entre otros, por lo que es importante brindar cuidados paliativos al paciente para mejorar la calidad de vida.

Tratamiento paliativo para Cáncer Bucal y Orofaringeo

Tiene el objetivo de aliviar el dolor, otros síntomas físicos y preservar el bienestar emocional del paciente.



Manejo del dolor

Medicamentos para aliviar el dolor constante asociado al Cáncer.



Nutrición

Dieta equilibrada y uso de sonda en caso no se pueda ingerir alimentos.



Apoyo emocional

Acompañar y brindar soporte al paciente durante tratamiento.

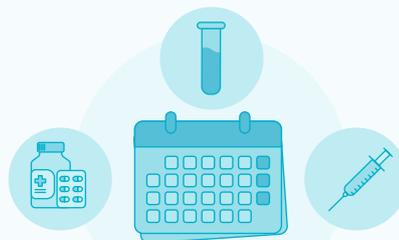
VIDA DESPUÉS DEL TRATAMIENTO

Es común que los sobrevivientes de Cáncer tengan inquietudes sobre su recuperación y la posibilidad de recurrencia. Por eso, aquí brindamos algunas recomendaciones que pueden practicar después de un tratamiento oncológico.

Desarrollar un plan de atención junto al médico



Resumen del tratamiento que recibió el paciente.



Calendario de pruebas y estudios de seguimiento.



Sugerencias para mejorar la salud y reducir el riesgo de recurrencia del Cáncer.

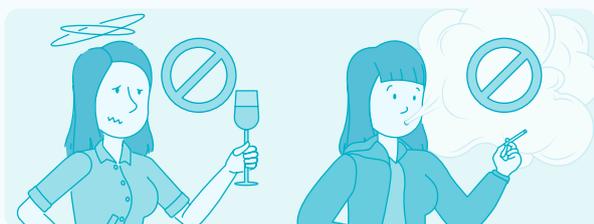


Lista de posibles efectos secundarios tardíos del tratamiento.

Prevenir la aparición de segundos Cánceres



Los sobrevivientes de Cáncer Bucal u Orofaringeo tienen **mayor riesgo de desarrollar:** Cáncer de pulmón, Cáncer de Esófago, Cáncer de Laringe, entre otros.



¿Cómo reducir este riesgo? Limitar el consumo de alcohol y no consumir tabaco.

Practicar hábitos saludables y reducir el riesgo de Cáncer

Mantener un peso saludable previene factores de riesgo de Cáncer como el sobrepeso y la obesidad.

Seguir una dieta balanceada

Proteínas magras
carne de pollo, pavo y
pescados.



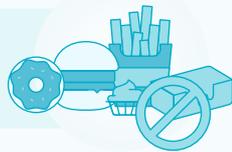
Frutas y Verduras
de varios colores.



Granos integrales
no refinados.



Evita grasas saturadas
y alimentos procesados.



Hacer ejercicio regularmente



150/300 min
intensidad moderada
semanales.



75/150 min
intensidad vigorosa
semanales.

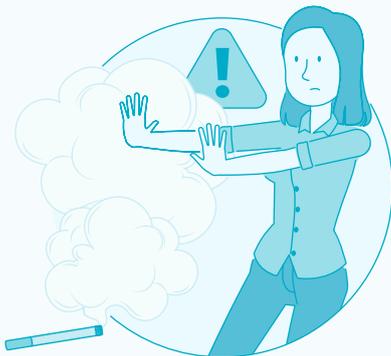


1 hora actividad
física al día.



Evita hábitos
sedentarios.

Evitar el consumo de tabaco



El humo del cigarro tiene aproximadamente 70 sustancias cancerígenas y está asociado a 17 tipos de Cáncer.

Reducir el consumo de bebidas alcohólicas



Cuando el cuerpo metaboliza el etanol del alcohol, crea acetaldehído, una sustancia que puede dañar el ADN y aumentar el riesgo de Cáncer.



Con estos prácticos consejos los sobrevivientes de cáncer pueden llevar una vida saludable y reducir el riesgo de nuevos problemas de salud.

1

Salud bucodental

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/oral-health>

2

¿En qué consisten los tipos de cáncer de orofaringe y de cavidad oral?

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/acerca/que-es-cancer-de-cavidad-oral.html>

3

¿Qué causa los tipos de cáncer de orofaringe y de cavidad oral?

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/causas-riesgos-prevencion/que-lo-causa.html>

4

El VPH y el cáncer orofaríngeo

<https://www.cdc.gov/cancer/es/hpv/oropharyngeal-cancer.html>

5

¿Es posible detectar los tipos de cáncer de orofaringe y de cavidad oral en sus comienzos?

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/deteccion-diagnostico-clasificacion-por-etapas/deteccion.html>

6

Pruebas para diagnosticar los tipos de cáncer de orofaringe y de cavidad oral

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/deteccion-diagnostico-clasificacion-por-etapas/como-se-diagnostica.html>

7

Agrandamiento de la próstata: ¿influye la dieta?

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/benign-prostatic-hyperplasia/expert-answers/enlarged-prostate-and-diet/faq-20322773>

8

Tratamiento del cáncer de orofaringe y de cavidad oral

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/tratamiento.html>

9

Guías de la American Cancer Society para la detección temprana del cáncer

<https://www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contr-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html>

10

Vida después del diagnóstico de cáncer de orofaringe y de cavidad oral

<https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-orofaringe-y-de-cavidad-oral/despues-del-tratamiento/cuidado-de-seguimiento.html>

11

OMS: el betel y la nuez de areca producen cáncer

<https://news.un.org/es/story/2003/08/1018931>

Ahora que sabes
cómo vivir

**una vida más
saludable,**

**súmate a la
prevención**



Infórmate más en:
Oncosalud.pe

