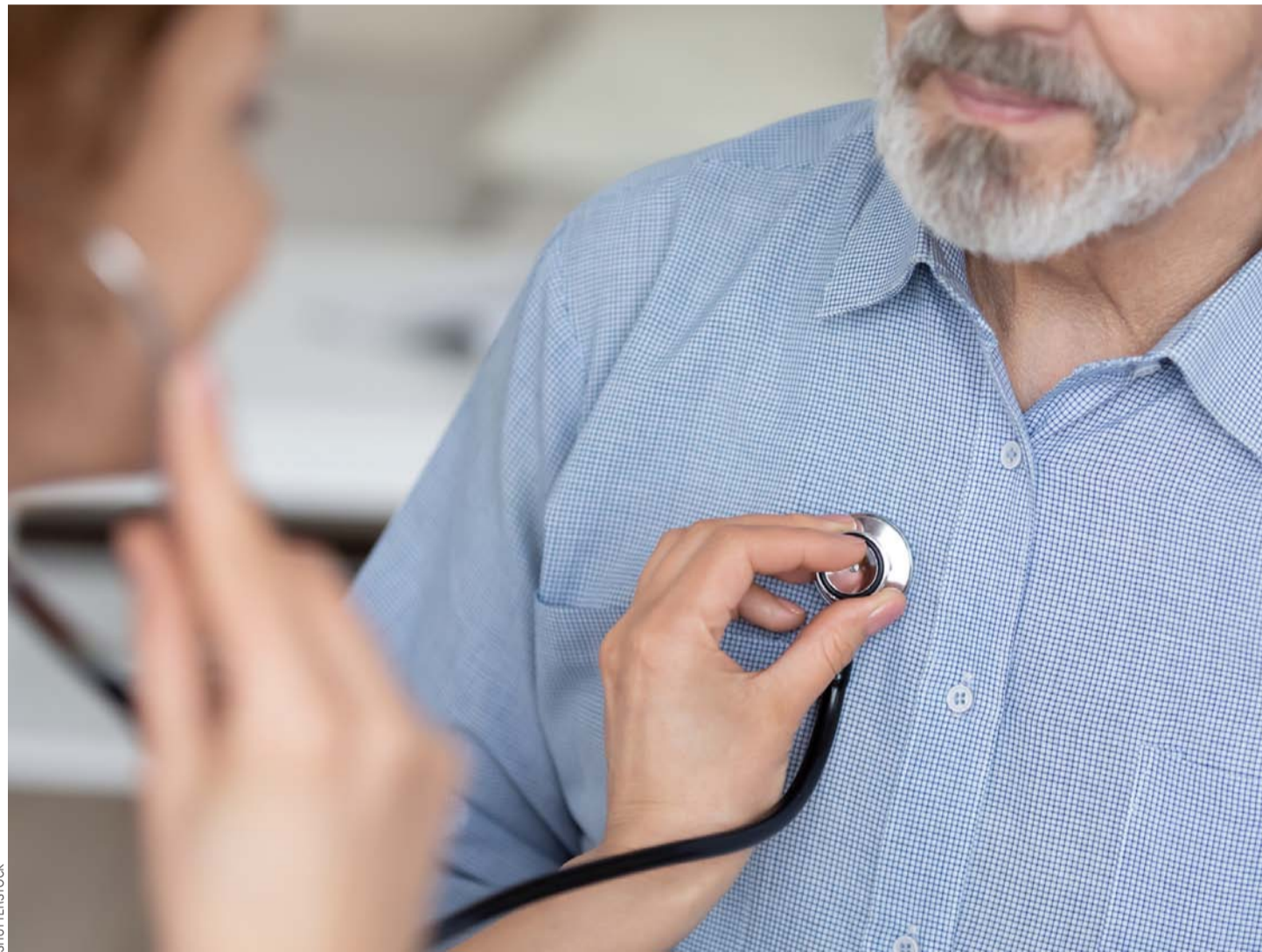


PRIMERA CAUSA DE MUERTE POR CÁNCER EN CHILE

# Da un respiro a tus pulmones: tú puedes prevenir y detectar a tiempo el cáncer de pulmón

Cerca del 90% de estos tumores se asocian al tabaco. En el autocuidado son fundamentales la decisión de no fumar y la realización de un examen para el diagnóstico precoz en las personas con mayor riesgo.

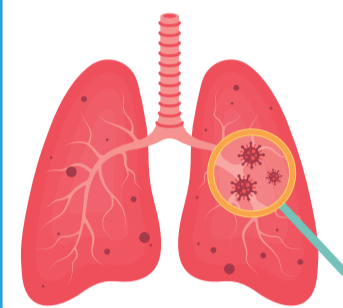


SHUTTERSTOCK



Revise un **video** sobre este tema con nuestros especialistas. **Escanee el código QR** acercando su celular con la cámara encendida.

**Cáncer de Pulmón**



El cáncer de pulmón consiste en el crecimiento descontrolado de las células de los pulmones, dando origen a la formación de un tumor. Los dos grandes tipos son el de células no pequeñas, el más común, y el de células pequeñas.

**Factores de riesgo**

- Fumar: 9 de cada 10 personas con cáncer de pulmón fuman.
- Ser fumador pasivo (expuesto al humo ambiental del tabaco).
- Tener antecedentes familiares directos de cáncer de pulmón (padre, madre o hermanos).
- Haber recibido radioterapia en el pecho.
- Estar expuesto al arsénico en el agua potable.
- Exponerse al radón y al asbesto.

**CIRUGÍA ROBÓTICA**

Una de las técnicas quirúrgicas más novedosas que ocupa el equipo de Cirugía de Tórax de FALP es el sistema robótico Da Vinci Xi, que permite hacer resecciones muy delicadas en tumores de pulmón. Muy precisa y menos invasiva que otros métodos, extrae exactamente el área comprometida, sin afectar el tejido que está alrededor. Se indica particularmente para tumores pequeños, pero también extirpa otros más complejos, con menos dolor y garantizando una recuperación más rápida. Da Vinci consta de cuatro brazos articulados que se controlan desde una consola. "La pantalla ofrece una visión tridimensional y los brazos replican el movimiento de la mano, con la ventaja de que eliminan el temblor y permiten ángulos de giro mayores a los de la mano", describe el Dr. Cheyre.

El cáncer pulmonar es la principal causa de muerte por cáncer en Chile y en el mundo. Sin embargo, es también la patología oncológica más prevenible de todas y tiene, en casi el 90% de los casos, un gran culpable: el hábito tabáquico. "Si sacáramos el tabaco de la ecuación, lo más probable es que nuestras cifras de cáncer de pulmón constituirían una enfermedad casi anecdótica", señala el Dr. Juan Emilio Cheyre, jefe del equipo de Cirugía de Tórax del Instituto Oncológico FALP.

Por ello, la invitación es a no fumar y a realizarse exámenes de detección precoz para este cáncer si se ha sido fumador por muchos años. Ello marca la diferencia entre la vida y la muerte, porque esta neoplasia da síntomas cuando está en una etapa muy avanzada, generalmente después de los 45 a 55 años de edad, dependiendo de la carga tabáquica. En Chile, se diagnostican cerca de 3.900 nuevos casos al año y aproximadamente 3.500 personas mueren por esta causa en un mismo período, según las proyecciones de Globocan 2020. "Cuando diagnosticamos este cáncer en etapas precoces, está la posibilidad de realizar tratamientos locales: podemos hacer cirugía mínimamente invasiva, reseca pequeñas cantidades de pulmón, e incluso desarrollar radioterapia localizada en tumores más pequeños", afirma el especialista. Según comenta, 9 de cada 10 personas con la enfermedad podrían curarse si se detecta a tiempo.



Dr. Juan Emilio Cheyre, jefe del equipo de Cirugía de Tórax del Instituto Oncológico FALP.

El examen para este fin es el escáner de baja dosis y baja intensidad, recomendado para las personas de entre 50 y 80 años que han fumado una o más cajetillas al día por al menos 20 años. Con esta prueba se puede analizar precozmente si aparecen nódulos pulmonares, hacerles seguimiento y, de esa forma, detectar antes el cáncer. "Lamentablemente, no hay una codificación de Fonasa para este examen —precisa el Dr. Cheyre—. Si tuviéramos una política nacional de detección precoz, probablemente evitaríamos mil muertes al año".

**DAÑO COMPLETO**

El tabaco produce un daño general en el cuerpo. El humo y

**Síntomas**

- Tos persistente.
- Tos con sangre.
- Sibilancia (sonido como un silbido agudo al respirar).
- Fatiga.
- Dolor en el pecho.
- Pérdida importante e inexplicable de peso.

los tóxicos que resultan de su combustión dañan directamente los pulmones, provocando una respuesta inflamatoria en ellos y lesionando su estructura. Luego, cuando se absorben las sustancias tóxicas que tiene el cigarro —más de 70 son cancerígenas—, éstas no se quedan sólo en los pulmones. "Muchas de ellas recorren el aparato circulatorio y se eliminan mediante la orina, produciendo cáncer de la vía urinaria y de la vejiga. Parte del componente tóxico del humo lo ingerimos por el tubo digestivo y es asociado a los cánceres de estómago y de colon. Y el tabaco que se concentra en la faringe aumenta su riesgo de cáncer, además del bucal", describe el especialista.

Además, aclara que "no existe una dosis segura de consumo de tabaco. Un cigarro al día durante 10 años, por ejemplo, es una cantidad importante".

**ADICCIÓN PODEROSA**

¿Cómo se explica la dependencia del tabaco? "La nicotina genera una adicción muy intensa en el cerebro —explica el cirujano—. Estimula el centro de placer y el de recompensa, produce un alivio del estrés, la angustia y la ansiedad, además de algunos otros efectos, como la idea de que quita el apetito. Y hay detrás una industria que se encarga de mantener adictas a las personas permanentemente". Lo complejo es que produce un estado de bienestar que dura muy poco tiempo, y esto hace que el fumador necesite enseguida volver a fumar para volver a sentirse bien. Cuando aumentaron las restricciones para los fumadores, el mercado ofreció los vapeadores. Se pensó en un principio que sería una solución al hábito tabáquico, pero —dice el Dr. Cheyre— ocurrió lo contrario: "La gente se hizo más adicta y en Chile uno ve daño pulmonar por los vapeadores. No es una forma segura de administrar la nicotina, porque igual aumenta la presión arterial, el daño cardiovascular, y otros problemas". Está la falsa premisa de que el tabaco enrollado es más

seguro que un cigarro. "El tabaco que viene dentro de la bolsa es igual al que está dentro del cigarro —enfatisa—, no fue sometido a un proceso distinto, es exactamente el mismo. Además, usa un filtro de peor calidad. En síntesis, el tabaco enrollado es igual o más peligroso que un cigarro industrial de una cajetilla".

**CÓMO DEJAR EL HÁBITO**

Dejar de fumar, en cualquier momento, tiene una serie de beneficios. El gusto es lo primero que se recupera. Luego, el olfato. "A los exfumadores les llama mucho la atención que la comida es más sabrosa, que las cosas huelen y huelen bien. Dentro de la primera semana hay una recuperación de la capacidad física, los pacientes caminan más sin cansarse, pueden subir escaleras, tienen más energía". ¿Cómo se logra abandonar el cigarro? "Lo más efectivo es querer dejar de fumar —asegura el Dr. Cheyre—, darse cuenta de que le está haciendo mal a su vida. Cuando la persona se da cuenta de esto es capaz de tener ganas de abandonar el hábito y soportar lo difícil que puede llegar a ser. Una vez que se toma la decisión puede ir al médico y buscar orientación para acceder a una terapia de cesación tabáquica".



**Solo 1 de cada 5 casos**

de cáncer de pulmón se diagnostica en etapa inicial.



**8 de cada 10 muertes**

por cáncer de pulmón están asociados al tabaco.

## Llegar a tiempo es clave en el diagnóstico y tratamiento del cáncer.

