

Cáncer

Cancer

Cancer is caused by abnormal cells that grow quickly. It is normal for your body to replace old cells with new ones, but cancer cells grow too fast.

Some cancer cells may form growths called tumors. All tumors increase in size, but some tumors grow quickly, others slowly.

Types of Tumors

- Sometimes tumors are not cancerous. These are called **benign** tumors. They are made up of cells much like those of healthy tissue. This kind of tumor stays in one area and does not spread to healthy tissues and organs.
- Cancer tumors are also called **malignant** tumors. Cancer from these tumors spread through the blood and lymph systems to other parts of the body.

When cancer spreads, it is called **metastasis**. Cancer cells travel through the blood or lymph system from the tumor, called the primary site, to other parts of the body.

El cáncer es causado por células anormales que se reproducen rápidamente. Es normal que su cuerpo reemplace las células antiguas por células nuevas; el problema es que las células cancerosas se reproducen demasiado rápido.

Algunas células cancerosas pueden desarrollar formaciones llamadas tumores. Todos los tumores aumentan de tamaño, pero algunos crecen rápidamente y otros más lento.

Tipos de tumores

- En ocasiones, los tumores no son cancerosos. Éstos se llaman tumores **benignos**. Se componen de células muy similares a las del tejido sano. Este tipo de tumor permanece en un área y no se propaga a los tejidos y órganos sanos.
- A los tumores cancerosos también se los llama tumores **malignos**. El cáncer de estos tumores se propaga por la sangre y el sistema linfático a otras partes del cuerpo.

La propagación del cáncer se llama **metástasis**. Las células cancerosas viajan por el aparato circulatorio o el sistema linfático desde el tumor, el que se denomina punto primario, a otras partes del organismo.

Types of Cancer

There are many kinds of cancers.

- Carcinoma is the most common type of cancer. Lung, colon, breast and ovarian cancers are often this type of cancer.
- Sarcoma is found in bone, cartilage, fat and muscle.
- Lymphoma begins in the lymph nodes of the body's immune system. They include Hodgkin's and Non-Hodgkin's Lymphomas.
- Leukemia starts in the blood cells that grow in the bone marrow and are found in large numbers in the bloodstream.

Signs of Cancer

Signs of cancer depend on the type and location of the tumor. With some cancers, there may not be any signs until the tumor is large. Common signs include:

- Feeling very tired
- Weight loss that occurs without knowing why
- Fever, chills or night sweats
- Lack of hunger
- Physical discomfort or pain
- Coughing, shortness of breath or chest pain
- Diarrhea, constipation or blood in the stool

When cancer is found, tests will be done to see if the cancer has spread to other parts of your body. Scans, x-rays and blood tests may be needed.

Tipos de cáncer

Existen varios tipos de cáncer.

- El carcinoma es el tipo de cáncer más común. Normalmente, los cánceres de pulmón, colon, seno y ovarios son de este tipo.
- El sarcoma se encuentra en huesos, cartílagos, grasa y músculos.
- El linfoma comienza en los ganglios linfáticos del sistema inmunológico del cuerpo. Entre ellos se encuentran los linfomas de Hodgkin y los no hodgkinianos.
- La leucemia comienza en las células sanguíneas que se reproducen en la médula ósea y que se encuentran en grandes cantidades en el torrente sanguíneo.

Signos de cáncer

Los signos de cáncer dependen del tipo y la ubicación del tumor. Con algunos tipos de cáncer, es posible que no se presenten signos hasta que el tumor sea grande. Entre los signos comunes se encuentran:

- sensación de cansancio;
- pérdida de peso que ocurre sin saber el motivo;
- fiebre, escalofríos o sudoración nocturna;
- falta de apetito;
- molestias físicas o dolor;
- tos, dificultad para respirar o dolor en el pecho;
- diarrea, estreñimiento o deposiciones con sangre.

Cuando se detecta cáncer, se realizan exámenes para saber si se ha propagado a otras partes del cuerpo. Es posible que se deban realizar tomografías, radiografías y exámenes de sangre.

Your Care

Your doctor will decide what care is needed based on:

- The type of cancer
- How fast the cancer is growing
- Whether the cancer has spread to other parts of your body
- Your age and overall health

The most common cancer treatments are:

- Surgery to remove the tumor and nearby tissue
- Radiation in controlled amounts to shrink or destroy the tumor and cancer cells
- Chemotherapy medicine to slow the growth or destroy cancer cells
- Other medicines to treat side effects and help you heal better

Cuidados

Su médico decidirá el cuidado que necesite basándose en:

- el tipo de cáncer;
- la rapidez con que se reproduce el cáncer;
- si el cáncer se ha propagado a otras partes de su cuerpo;
- su edad y estado de salud general.

Los tratamientos más comunes contra el cáncer son:

- cirugía para extirpar el tumor y el tejido circundante;
- radioterapia en cantidades controladas para reducir el tamaño del tumor y de las células cancerosas o destruirlos;
- medicamentos de quimioterapia para disminuir la reproducción de células cancerosas o destruirlas;
- otros medicamentos para tratar los efectos secundarios y ayudar a que se recupere mejor.

Prevention

You can reduce your risk of cancer by:

- Not smoking or using tobacco.
- Using sunscreen, hats and clothing to protect your skin when outside.
- Limiting the amount of alcohol you drink.
- Limiting the amount of high fat foods you eat, especially from animal sources.
- Eating plenty of fruits, vegetables and high fiber foods.
- Being physically active.
- Seeing your doctor each year. Cancer screenings may help find cancers at their early, most treatable stages.

Talk to your doctor or nurse about your cancer risks.

Prevención

Puede reducir el riesgo de tener cáncer si:

- no fuma ni consume tabaco;
- usa protector solar, sombreros y ropa para proteger su piel cuando esté al aire libre;
- limita la cantidad de alcohol que bebe;
- limita la cantidad de alimentos con alto contenido graso que consume, especialmente de fuentes animales;
- come abundante frutas, verduras y alimentos con alto contenido de fibra;
- se mantiene físicamente activo;
- visita a su médico una vez al año. Los exámenes de detección del cáncer pueden ayudar a detectar el cáncer en las etapas más tempranas, cuando es más tratable.

Hable con su médico o enfermera sobre los riesgos de tener cáncer.