

## PERLAS DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE ESTÓMAGO - PARA PACIENTES

### QUE ES LA PREVENCIÓN EN GENERAL

La prevención del cáncer es una acción que se toma para reducir la probabilidad de contraer cáncer. Para evitar que comiencen nuevos cánceres, los científicos analizan los **factores de riesgo y los factores protectores**. Se están estudiando diferentes formas de prevenir el cáncer, que incluyen: **cambiar el estilo de vida o los hábitos alimenticios; evitar las cosas que se sabe que causan cáncer; y tomar medicamentos para tratar una afección precancerosa o para evitar que el cáncer comience.**

### INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL CÁNCER DE ESTÓMAGO. PUNTOS CLAVE:

- Es una enfermedad en la que se forman células malignas en el estómago
- En los EEUU, el número de nuevos casos, se ha mantenido casi igual en los últimos años. Los hombres tienen el doble de probabilidades que las mujeres de ser diagnosticados.
- Es el quinto cáncer más común en el mundo.  
El número de muertes ha disminuido durante muchos años, especialmente en los EEUU. Los hombres negros tienen más del doble de morir que los hombres blancos allá.

### PREVENCIÓN DE CÁNCER DE ESTÓMAGO . PUNTOS CLAVE:

1. EVITAR LOS FACTORES DE RIESGO
2. AUMENTAR LOS FACTORES DE PROTECCIÓN.

### I. FACTORES DE RIESGO:

#### 1. CIERTAS CONDICIONES MÉDICAS :

- Infección por *Helicobacter pylori* en el estómago.
- Metaplasia intestinal: es una afección en la que las células que recubren el estómago son reemplazadas por células que normalmente recubren los intestinos.
- Gastritis atrófica crónica: es un adelgazamiento del revestimiento del estómago causado por la inflamación a largo plazo del estómago.
- Anemia perniciosa: anemia causada por la deficiencia de vitamina B12.

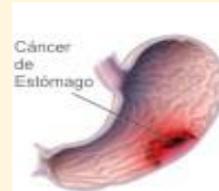
- Pólipos estomacales.

#### 2. CIERTAS CONDICIONES GENÉTICAS :

- Familiares: Cáncer de estómago en la madre, padre, hermana o hermano
- Sangre tipo A. Síndrome de Li-Fraumeni Poliposis adenomatosa familiar (PAF)
- Cáncer de colon hereditario sin poliposis (HNPCC); Síndrome de Lynch .

#### 3. DIETA: puede aumentar en personas que coman

- Dieta baja en verduras y frutas; alta en alimentos salados o ahumados; o de alimentos que no hayan sido preparados o almacenados de la manera que deberían.



#### 4. CAUSA AMBIENTALES :

Incluyen :

1. Estar expuesto a la Radiación
2. Trabajar en la industria del caucho o del carbón. Provenir de países donde el cáncer de estómago es común.

### II. FACTORES PROTECTORES :

1. DEJAR DE FUMAR : Los estudios demuestran que fumar está relacionado con un mayor riesgo de cáncer de estómago. Dejar de fumar o nunca fumar disminuye el riesgo.
2. TRATAMIENTO DE LA INFECCIÓN POR *Helicobacter pylori*: reduce el riesgo de cáncer.

### III. FACTORES QUE SE DESCONOCE SI REDUCEN EL RIESGO DE CÁNCER O SI NO

**TIENEN NINGÚN EFECTO:** La DIETA: Comer suficientes frutas y verduras frescas, cereales integrales, carotenoides, té verde y ajo. Comer comida con mucha sal.

- Sinopsis elaborada en el Depto. de Certificación Hospitalaria y Protocolos-CSS-Panamá. Referencia : NIH National Cancer Institute, September 29,2021. <https://www.cancer.gov/types/stomach-prevention-pdq>