

Cáncer de boca

La prevención y la detección temprana salvan vidas

La mayoría de los cánceres de boca se pueden prevenir. La detección temprana es fundamental.

Conozca sus riesgos y hágase un examen anual de cáncer de boca

- En Estados Unidos se estima que hay aproximadamente 40,000 casos nuevos de cáncer de boca por año.
- El cáncer de boca puede aparecer en la lengua, en la boca y las encías, debajo de la lengua y en la parte posterior de la boca y la garganta.

Conozca los riesgos y prevenga el cáncer de boca

Estos son los factores de riesgo para el cáncer de boca:

- **Sexo:** el cáncer de boca es dos veces más frecuente en hombres.
- **Consumo de tabaco:** evite los cigarrillos, el tabaco de mascar, el rapé, las pipas, los cigarros, etc. El noventa por ciento de los pacientes con cáncer de boca consumen tabaco.
- **Consumo de alcohol:** reduzca el consumo de alcohol. El ochenta por ciento de los pacientes con cáncer de boca consumen alcohol con frecuencia.
- **Alimentación:** comer al menos cinco porciones de frutas y vegetales al día puede brindar cierta protección contra el cáncer de boca.
- **Exposición solar prolongada:** use un bálsamo labial que tenga un factor de protección solar de al menos 15. El treinta por ciento de los pacientes con cáncer de boca realizan trabajos al aire libre asociados con una exposición solar prolongada.
- **Virus del papiloma humano (VPH):** sea consciente de las conductas sexuales que favorecen la exposición al VPH.

¿Necesita ayuda para dejar de fumar?



- La línea telefónica para dejar de fumar de Maryland es un servicio gratuito proporcionado por el Departamento de Salud de Maryland (MDH, en inglés) para ayudar a las personas a dejar el consumo de tabaco.
- Llame al 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) para recibir asesoramiento telefónico gratuito, apoyo y consejos que lo ayudarán a dejar de fumar para siempre. También puede ingresar a smokingstopshere.com.

Consulte al dentista

Consulte al dentista o al médico sobre cómo la vacuna contra el VPH podría prevenir el cáncer de orofaringe (cáncer en la parte media de la garganta).

Consulte al dentista o al médico si tiene cualquiera de los siguientes síntomas durante más de dos semanas.

1. Una llaga en el labio o en la boca que no se cura. Ese es el síntoma más común del cáncer de boca.
2. Manchas blancas o rojas y blancas dentro de la boca o en los labios.
3. Dolor de garganta o sensación de tener algo atascado en la garganta.
4. Entumecimiento de la lengua o de otras partes de la boca.
5. Dificultad para mover la mandíbula o la lengua.
6. Dificultad para usar dentaduras postizas.
7. Dificultad para tragar o masticar.
8. Dientes flojos o dolor en los dientes o en la mandíbula.

La detección temprana y la prevención son fundamentales

Hágase un examen bucal una vez al año. Pídale al dentista que le indique un examen de cáncer de boca cuando vaya a la consulta.

