



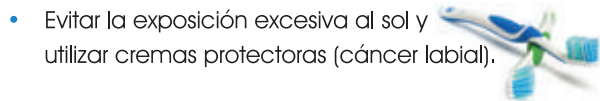
## Cómo prevenir el cáncer oral

La presencia de alguna de las lesiones anteriores durante más de dos semanas debe hacernos acudir inmediatamente al dentista para que realice las investigaciones oportunas.

### Factores de prevención:



- Evitar el consumo de tabaco.
- Moderar el consumo de alcohol.
- Mantener una buena higiene oral.



- Evitar la exposición excesiva al sol y utilizar cremas protectoras (cáncer labial).
- Mantener una dieta equilibrada con un alto contenido en frutas y verduras frescas.



- Acudir al dentista para una revisión al menos cada 6 meses. Es el profesional más capacitado para detectar cualquier lesión sospechosa.



C/ Mauricio Legendre, 38. 28046 Madrid  
 Tel.: 91 561 29 05 / Fax: 91 563 28 30  
[www.coem.org.es](http://www.coem.org.es) @dentistasCOEM



Este folleto ha sido editado gracias a la colaboración de los Dres. Germán C. Esparza Gómez y Rocio Cerero Lapiedra, del Dpto. de Medicina y Cirugía Bucofacial de la Facultad de Odontología, Universidad Complutense de Madrid.



Ilustre Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la 1ª Región

## Consejos para la prevención del Cáncer Oral



- El cáncer oral se considera el **5º cáncer más frecuente para el hombre y el 7º para la mujer** a nivel mundial.

- La mayoría de los casos se producen en **varones** entre 40-60 años, pero en los últimos años la tendencia ha variado y aparece en personas más **jóvenes**, en **ancianos** y también en **mujeres**.

- Su importancia radica en su **alto índice de mortalidad** y en las **secuelas físicas y psicológicas** que origina si no se detecta a tiempo.

- Los lugares más frecuentes son la **lengua** y el **suelo de la boca**. También puede aparecer en el **labio**.

- Un **diagnóstico precoz** aumenta significativamente la tasa de supervivencia.

- Es fundamental visitar al dentista al menos cada 6 meses.



### Las causas del cáncer oral

- En su aparición intervienen diferentes factores. El más conocido es el **tabaco**. Numerosos estudios han demostrado que el riesgo de aparición es mayor a medida que se fuma más y durante más tiempo, y a su vez este efecto puede verse potenciado si además se consume **alcohol** habitualmente.



- En el caso del cáncer en el labio, el factor más importante es la **exposición excesiva al sol** sin la debida protección.



- Además, juegan un papel a tener en cuenta la predisposición **genética** y otros factores (virus, inmunosupresión, tóxicos, etc.).

### Lesiones que pueden indicar presencia de cáncer oral



- El cáncer oral puede presentarse como:
  - Una **úlcer**a.
  - Un **bulto**.
  - Una **mancha blanca, roja o mezcla de ambas**.
- Corren el riesgo de **pasar inadvertidas**, ya que pueden no doler, lo que explica en muchos casos el retraso en la detección de la enfermedad.
- El **dentista es el mejor profesional para valorar este tipo de lesiones**, por lo que las revisiones periódicas y las consultas ante cualquier sospecha ayudarán a un buen diagnóstico precoz.

**Una detección a tiempo puede salvar una vida**

