

Cáncer de cabeza y cuello: cómo prevenirlo y cuándo consultar a un especialista

Cada 27 de julio se conmemora el **Día Mundial del Cáncer de Cabeza y Cuello**, y el **Hospital Regional de Talca (HRT)** hace un llamado a la comunidad a informarse sobre esta enfermedad, conocer sus síntomas de alerta y acudir tempranamente a consulta médica, ya que el diagnóstico precoz puede marcar la diferencia en el tratamiento y calidad de vida de los pacientes.

La **Dra. Dahiana Pulgar**, cirujano de cabeza y cuello del HRT, explica:

«Entendemos por cánceres de cabeza y cuello aquellos que afectan la vía aereodigestiva superior. En el 90% de los casos son ocasionados por carcinomas escamosos y comprometen la cavidad oral, nariz, garganta y estructuras cercanas. Se clasifican en este grupo porque comparten factores de riesgo, métodos y tratamientos similares».

A nivel mundial, este tipo de cáncer es el **sexto más frecuente**, con cerca de **500.000 casos nuevos al año**. Sin embargo, el gran desafío sigue siendo el diagnóstico tardío:

«La gran mayoría de los casos se diagnostica en etapas avanzadas, sobre el 60%. Por eso, el diagnóstico precoz para nosotros es fundamental» enfatiza la especialista.

Factores de riesgo y prevención

Dentro de los principales factores de riesgo destacan el consumo de **tabaco y alcohol**, cuya combinación aumenta significativamente la posibilidad de desarrollar este tipo de cáncer, además de la **infección por Virus Papiloma Humano (VPH)**.

«En la última década hemos visto un cambio en el perfil epidemiológico, con un aumento de casos asociados al VPH. La prevención siempre estará dada por reducir la exposición a estos factores y, en el caso del virus vacunarse. Actualmente recomendamos que adolescentes y jóvenes reciban la vacuna contra el VPH antes el inicio de su vida sexual», sostiene la Dra. Pulgar.

Síntomas de alerta

La especialista advierte que los pacientes deben prestar atención a:

- **Lesiones en la cavidad oral que no sanan**
- **Aumento de volumen cervical (bultos en el cuello)**
- **Cambios en la voz o disfonía persistente**

- Dolor o dificultad para tragar

«Si estos síntomas persisten más de dos semanas, se deben consultar inmediatamente con un especialista», recalca la cirujana de cabeza y cuello.

Abordaje y tratamiento multidisciplinario

El diagnóstico se realiza mediante **biopsia**, que puede efectuarse en un box dental o por equipos especializados en pabellón. Según la etapa, el tratamiento puede incluir **cirugía, radioterapia, quimioterapia o inmunoterapia**, con acompañamiento de un equipo multidisciplinario.

En este punto, la **fonoaudióloga María Elena Vera** destaca el rol de la rehabilitación:

«El cáncer de cabeza y cuello puede afectar funciones vitales como la deglución, la comunicación, la voz y el habla. Desde la fonoaudiología trabajamos en prehabilitación, educación y rehabilitación para que los pacientes puedan recuperar estas funciones y desenvolverse de manera segura en su entorno».

La especialista agrega que el inicio temprano de la terapia favorece significativamente los resultados:

«Mientras antes comenzamos el trabajo fonoaudiológico, mejor es el proceso de recuperación funcional y emocional del paciente».

Impacto en la calidad de vida

El cáncer de cabeza y cuello tiene un alto impacto emocional y social, pudiendo generar aislamiento y cuadros depresivos.

«Nuestra cara es nuestra carta de presentación al mundo. Estos cánceres generan secuelas visibles y alteraciones que afectan la autoestima, la alimentación y la comunicación. Por eso el acompañamiento emocional y social es tan importante como el tratamiento médico», señala la Dra. Pulgar.

Mensaje a la comunidad

El HRT recalca la importancia de la consulta precoz:

«El que no lo sospecha, no lo diagnostica. Hablar de este cáncer nos permite que tanto el personal de salud como los pacientes estén alertas y consulten a tiempo. La detección temprana puede salvar vidas» concluye la especialista.

El Hospital Regional de Talca invita a la comunidad a priorizar el autocuidado, reducir los factores de riesgo y acudir a control ante cualquier signo de alerta.