



Prevención del cáncer de esófago

El cáncer de esófago es una patología que merece atención. Lo anterior, ya que presenta síntomas difíciles de detectar en sus etapas iniciales, lo que puede complicar su diagnóstico y tratamiento. Los principales factores de riesgo son el tabaco y consumo excesivo de alcohol. La enfermedad de reflujo gastroesofágico, obesidad y una dieta rica en carnes procesadas y enlatadas también están asociados a una mayor probabilidad de padecerlo. Así como antecedentes de cáncer de pulmón, boca y garganta. Los signos de esta enfermedad suelen ser sutiles, pero es crucial estar alerta a ellos. La dificultad para tragar o disfagia es uno de los indicios más comunes, lo que puede llevar a una sensación de que la comida se queda atascada en la garganta. Otras señales incluyen dolor en el pecho, pérdida de peso inexplica-

ble, ronquera, tos crónica, vómitos y sangrado en el esófago.

Para comprobar su diagnóstico los médicos pueden realizar una serie de pruebas, como endoscopias, ecografías y tomografías. El tratamiento puede incluir cirugía, quimioterapia y radioterapia, aunque en algunos casos se opta por un enfoque paliativo para aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida del paciente.

Para prevenirlo es esencial evitar el consumo de tabaco y alcohol. Asimismo, una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras y fibras, junto con la práctica regular de actividad física, puede ayudar a reducir el riesgo de obesidad, un factor de riesgo importante para esta patología. Además, el tratamiento adecuado para el reflujo gastroesofágico puede ayudar a prevenir su desarrollo.

La educación y conciencia sobre el cáncer de esófago son fundamentales para su detección temprana. Es importante tomar medidas preventivas y mantenerse atento a cualquier síntoma, para así abordar esta enfermedad de manera proactiva y mejorar las posibilidades de recuperación y supervivencia.

Ariadna Garros
Académica Carrera de Enfermería
Universidad de Las Américas