LifeMatters®
de Empathia

Las Señales de Advertencia del Cáncer

El cáncer se manifiesta de formas diferentes dependiendo de su tipo y severidad. Estar consciente de las señales de advertencia comunes y buscar atención médica si aparecen te ayudará a detectar el cáncer de forma temprana.

- **Cáncer de piel.** Un lunar que cambia de color o de forma podría indicar un cáncer de piel, así como lo haría una llaga o una úlcera que no termina de sanar. El cáncer de piel a menudo es fácilmente tratable si se detecta a tiempo.

- **Cáncer de seno o cáncer testicular.** Una bolita, una masa dura o el engrosamiento en la textura es una señal común para ambos tipos de cáncer. Si notas alguna anormalidad, llama a tu médico.

- **Cáncer colorrectal.** Un cambio en los hábitos de evacuación, tener sangre en las heces o sufrir de estreñimiento crónico deben de ser evaluados inmediatamente.

- **Cáncer de pulmón.** Una tos o ronquera persistentes podrían ser una señal de cáncer de pulmón, así como lo sería un esputo frecuente o con sangre.

- **Cáncer de próstata o cáncer de vejiga.** Sangre en la orina, dificultad para orinar y dolor de espalda son señales de alerta para ambos tipos de cáncer.

- **Cáncer de boca o cáncer de lengua.** Estas formas de cáncer, las cuales son más comunes en las personas que consumen tabaco, a menudo se manifiestan a través de una llaga o úlcera en la boca que no termina de sanar.

- **Leucemia o linfoma.** Las infecciones frecuentes y los moretones o el sangrado fáciles son señales comunes de estos tipos de cáncer de la sangre y de los tejidos.

Manejar tus riesgos específicos es la mejor forma de prevenir el cáncer o de detectarlo a tiempo. Los pasos claves que puedes tomar incluyen:

- Tener un chequeo anual con tu médico general y tener citas médicas con especialistas conforme se vaya necesitando

- Permanecer al día con tus citas recomendadas para tu chequeo de cáncer de acuerdo a tu edad y a tu historial de salud

- Comer una dieta rica en fibra y baja en grasas y hacer ejercicio en forma regular

- Evitar el tabaco y limitar tu ingesta de alcohol

El cáncer tiene un impacto negativo en todas las personas. Ya sea que hayas recibido un diagnóstico de cáncer o que estés preocupada o preocupado sobre un ser querido que tiene esta enfermedad, LifeMatters te puede ayudar. A través de LifeMatters puedes hablar con un consejero o consejera en cualquier momento, de día o de noche. También puedes accesar Togetherall*, el cual te proporciona apoyo de colegas y amistades para una variedad de situaciones y circunstancias.

Los servicios de ayuda en los idiomas hablados y escritos que usted prefiera están disponibles en forma gratuita llamando al 1-800-367-7474.
La información anterior tiene propósitos educativos solamente y no tiene la intención de reemplazar el consejo médico.
*Togetherall está disponible en inglés.

© 2025 Empathia, Inc.