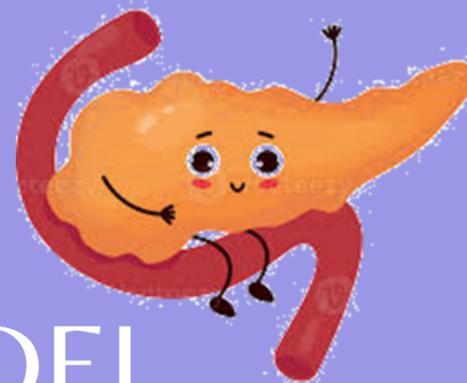




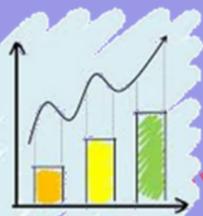
21 DE NOVIEMBRE



DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PÁNCREAS

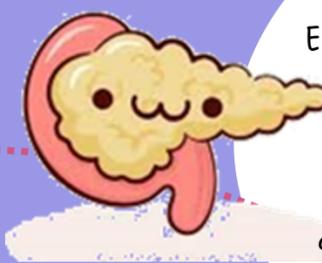
¿Qué es?

Es el noveno tumor en frecuencia en España y, sin embargo, debido a su alta letalidad, supone la tercera causa de muerte por cáncer.



CAUSAS

El desarrollo del cáncer de páncreas se debe a la interacción de diversos factores como el tipo de alimentación, el estilo de vida y la herencia genética, pero no existe ningún factor de riesgo concreto.



Factores de Riesgo

Alimentación: Se debe evitar el consumo excesivo de carne roja y carne procesada.

Estilos de vida: La falta de ejercicio físico, el sobrepeso, la obesidad y el consumo de alcohol y tabaco favorecen la aparición del cáncer páncreas.



Pancreatitis crónica: La existencia de pancreatitis crónica durante varias décadas aumenta el riesgo de que aparezca un adenocarcinoma pancreático.

Historia familiar de cáncer de páncreas: La herencia genética juega un papel importante en el desarrollo del cáncer de páncreas y representa el 4% de todos los casos.

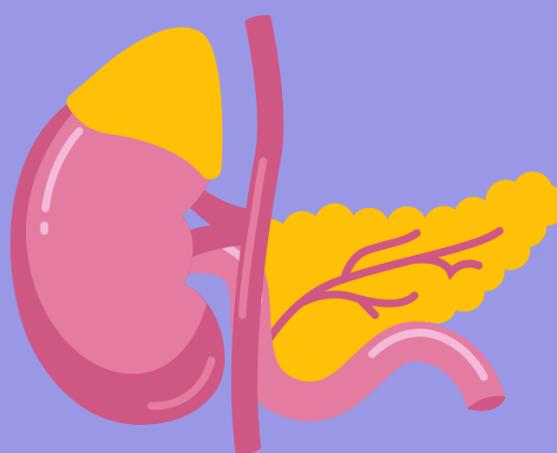


Historia de diabetes: Los pacientes con diabetes de larga evolución tienen un riesgo aumentado de tener un cáncer de páncreas. Por otra parte, en algunos casos la aparición de diabetes puede ser una manifestación temprana del cáncer pancreático y no un factor de predisposición.



Síntomas

Ictericia
Dolor abdominal
Pérdida de peso, pérdida de apetito y/o cansancio
Esteatorrea: tipo de diarrea caracterizada por heces grasas (flotantes)
Diabetes o pancreatitis como primer síntoma



Prevención

Dejar de fumar
Peso equilibrado: Evitar el sobrepeso, es aconsejable combinar el ejercicio físico diario con una dieta saludable.
Alimentación saludable: Debe consistir en una dieta variada de frutas, legumbres, verduras, carnes no procesadas y pescado, abundante agua y cereales integrales