

Prevención del Cáncer Oral

¿Qué se puede hacer?

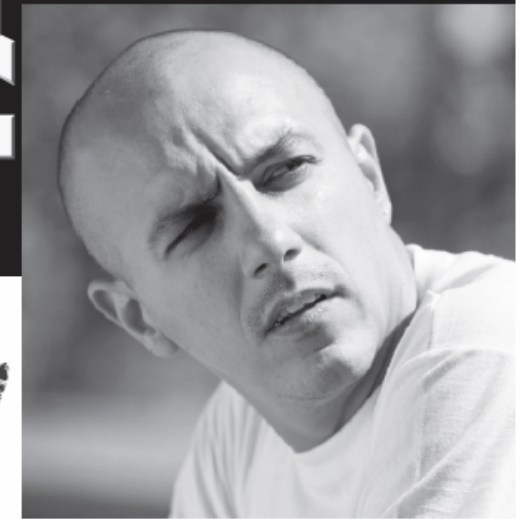
- Dejar de fumar o disminuir el uso de tabaco (cigarrillos y picadura de tabaco)
- Parar o disminuir el uso de alcohol
- Comer cinco porciones o más de frutas y verduras diariamente
- Usar bálsamo para labios que contenga protector solar
- Chequear su boca en busca de manchas blancas o rojas, aunque no duelan
- Tener un examen para la detección de cáncer oral cada año

Detenga a Tiempo el Cáncer Oral

- Pídale a su dentista o a su médico que le hagan un examen de cáncer oral una vez al año
- Pregúntele a su dentista o a su médico si vio o sintió algo inusual
- Regrese a donde su dentista o médico si tiene un dolor de garganta o cualquier mancha en la boca que dure por más de dos semanas

TAKE

5



Si busca ayuda dejar de fumar llame al:

1-800-ACS-2345 o 1-800-277-2345



**Cinco Minutos
para seguir vivo**

**Hágase un examen
de cáncer oral**

Datos sobre el Cáncer Oral

Estadísticas sobre el cáncer oral

- El cáncer oral afecta a los hombres dos veces más que a las mujeres.
- De 30.000 casos nuevos cada año en los Estados Unidos, mueren cerca de 7.500 personas.
- En cinco años, la mitad de la población diagnosticada hoy con cáncer oral habrá muerto.
- El 90% de los pacientes con cáncer oral usa tabaco
- Cada hora todos los días alguien muere de cáncer oral
- La clave para ganarle al cáncer oral es prevenirlo o detectarlo a tiempo.

El Cáncer Oral Puede Prevenirse

¿Qué causa el cáncer oral?

- El uso de tabaco y de alcohol son las causas más comunes para contraer el cáncer oral
- Son más peligrosos juntos, que si se usa el uno sin el otro
- Es posible que el Virus del Papilloma Humano (VPH) sea uno de los factores que causan el cáncer oral.
- Demasiada exposición al sol puede causar cáncer de los labios
- Una mala nutrición puede facilitar la adquisición del cáncer oral
- Las personas de cualquier edad pueden contraer el cáncer oral, pero tienen más riesgo los mayores de 40 años



¿Qué es un examen de cáncer oral?

Sólo demora cinco minutos.

Su dentista o su médico le examinan la boca:

- Mira debajo de la lengua
- Examina los lados de la lengua usando una gaza para presionar un poco la lengua hacia afuera
- Le palpa el cuello y alrededor de la boca
- Examina las encías, las mejillas y el paladar
- Observa la garganta y revisa las amígdalas

Si se encuentra algo inusual en el área, Ud. será remitido a un especialista.

¡Eso es todo!

*¡No duele para nada!
Lo único que el médico o el dentista le hacen es mirar y palpar.*