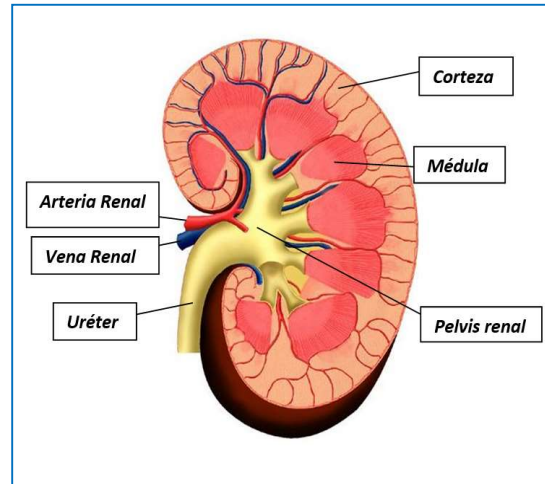


(Nota: Recomendamos la lectura previa del apartado “Introducción a la Prevención del Cáncer”)

INFORMACION CLÍNICA Y PREVENTIVA SOBRE CÁNCER RENAL

¿Qué es el cáncer de Renal?

El riñón es un órgano doble del tamaño de un puño, situado en las fosas renales izquierda y derecha (a ambos lados de la columna lumbar). Cada riñón tiene una capa externa llamada corteza y otra interna llamada médula. Este órgano forma parte del sistema excretor urinario. La función principal de los riñones es filtrar la sangre que proviene de las arterias renales para



eliminar el exceso de agua y desechos del organismo. Estas sustancias filtradas se transforman en orina. La orina sale de los riñones a través de unos conductos largos llamados uréteres que se conectan a la vejiga. El punto en el que cada uréter sale de su riñón se denomina pelvis renal.

El cáncer de renal (CR) es el tumor que se genera por la transformación maligna de las células que componen los túbulos renales que forman el interior del riñón. En estas primeras fases el tumor se localiza en el riñón y la extirpación del mismo puede curar la enfermedad sin mayor problema. Pero, si la enfermedad sigue evolucionando, estas células pueden atravesar las capas del riñón y afectar a una capa de grasa que lo recubre por fuera, o a las arterias y venas o a los ganglios, o a la fosa renal que es el cubículo donde se encuentra. Si la enfermedad evoluciona más, puede provocar metástasis (siembras en otros órganos distantes) que sobre todo son frecuentes en el pulmón. Los tumores de la pelvis renal o de los uréteres no son cánceres renales ya que se producen sobre el mismo tipo de células que los tumores de vejiga y, por tanto, se engloban en el apartado de cáncer de vejiga.

El CR es más frecuente en el sexo masculino siendo el doble de los casos, es un tumor poco frecuente ya que supone en torno al 2,5% de todos los tumores en España (unos 5600 casos anuales). La mortalidad es media suponiendo un total de unas 2000 muertes al año. La supervivencia de este tumor es aceptable, en torno al 70% y como es habitual,

depende del estadio o fase en que se diagnostique; así encontramos supervivencias a 5 años aproximadas del 80% para el estadio I, del 75% para el estadio II, del 55% para el estadio III y del 10% para el estadio IV. No obstante, en los últimos años se han desarrollado numerosos tratamientos biológicos y de inmunoterapia muy eficaces para este tumor, esta situación está permitiendo que pacientes con enfermedad avanzada consigan supervivencias muy elevadas y con buena calidad de vida. El CR comienza a diagnosticarse a partir de los 50 años, siendo la edad más frecuente de diagnóstico entre los 50 y 70 años, aunque pueden darse casos en personas jóvenes.

Como siempre, el pronóstico global es muy diferente si se diagnostica la enfermedad en fase inicial que, en fase avanzada, por lo que es muy importante realizar un diagnóstico rápido de este tumor cuando aparecen los primeros síntomas. En esta información aprenderemos cuales son esos signos iniciales de la enfermedad.

¿Cuáles son los Factores de Riesgo?

Los principales factores de riesgo son ambientales ya que más del 95% de los casos no tienen base familiar. Estos factores son;

- Tabaquismo: los fumadores cuentan con mayor riesgo.
- Obesidad: tanto el sobrepeso como la obesidad son claros factores de riesgo.
- Exposición laboral a distintas sustancias tóxicas como el tricloroetileno contenido en muchos disolventes.
- Talla elevada (mayor altura de la media)
- Hipertensión arterial
- Histerectomía (extirpación del útero)
- Pacientes en insuficiencia renal terminal que realizan tratamiento de hemodiálisis.
- Pacientes con Diabetes tipo 2
- El consumo habitual de antiinflamatorios.

Grupos de Riesgo

No existe un grupo de riesgo claramente definido, por lo que podemos asumir que las personas de riesgo son las que acumulan los principales factores de riesgo. El prototipo de paciente podría ser un hombre obeso, con hipertensión arterial o diabetes y fumador.

¿Cuáles son los Factores Protectores?

- ✓ El consumo de vitamina E.
- ✓ Realizar actividad física de forma regular.
- ✓ Controvertidamente, el consumo moderado de alcohol podría tener algún efecto protector, pero por los importantes riesgos que conlleva para el resto de tumores no podemos considerarlo como factor protector en sí.

¿Cómo se Presenta Clínicamente?

En muchos casos este tumor pasa desapercibido y no produce signos de alarma que permitan diagnosticarlo en fase precoz. Otras veces es un diagnóstico casual al realizarse una ecografía o un TAC abdominal por otros motivos. El primer síntoma suele ser la presencia de sangre en la orina (**hematuria**) a veces acompañado de dolor lumbar y/o notarse una masa en la zona lumbar renal. También puede producir anemia motivado por una hematuria continuada y microscópica no detectable a la vista, fiebre o síndrome constitucional (pérdida de apetito y de peso). Así pues, los principales **signos de alarma** del CR son;

- △ Sangre en la orina (hematuria) o anemia sin causa conocida.
- △ Dolor lumbar continuado y progresivo
- △ Aparición de bulto en la zona lumbar.

El **diagnóstico inicial** se suele realizar con una ecografía o TAC abdominal y posteriormente puede precisarse una punción con aguja a través de la piel o una biopsia quirúrgica para confirmar la existencia de un tumor. Posteriormente el diagnóstico puede completarse con Resonancia magnética, con TAC de tórax y a veces con PET.

¿Cómo se previene el Cáncer Renal?

Lo más importante es la **Prevención Primaria**. Dejar de fumar y controlar la obesidad evitarían gran parte de los casos. Otra medida importante es el seguimiento estricto de las medidas de protección en el trabajo para personas expuestas a sustancias químicas implicadas. La realización de ejercicio físico y el consumo de verduras y frutos secos también son importantes. El control y tratamiento correcto de la hipertensión arterial y de la diabetes son actuaciones a tener en cuenta.

Como **Diagnóstico Precoz** no se han demostrado estrategias eficaces para llevar a cabo. Por ello únicamente insistir en la realización de un diagnóstico rápido en caso de que surjan signos de alarma como la hematuria.

Desde nuestra web le ayudamos a conocer los factores de riesgo y le animamos a que adopte medidas correctoras para disminuir el mismo. No obstante, recuerde que en este tumor las medidas de vida saludable son importantes, sobre todo controlar la obesidad y dejar de fumar.

Lo más importante en la prevención del CR es:

- ✓ Abandonar el Tabaquismo.
- ✓ Controlar la obesidad.
- ✓ Realizar ejercicio físico de forma regular.
- ✓ Seguir de forma estricta las normas de protección laboral en el entorno de las actividades de riesgo (disolventes, pinturas, etc)
- ✓ Acudir al médico en caso de tener hematuria, anemia o dolor lumbar de reciente aparición.