

# Cómo Elegir Sabiamente®

*Una iniciativa de la Fundación ABIM*

ConsumerReportsHealth

CHEST™  
AMERICAN COLLEGE  
of CHEST PHYSICIANS



We help the world breathe®  
PULMONARY • CRITICAL CARE • SLEEP



## Tomografías (CT scans) para detectar cáncer de pulmón en fumadores Cuándo se necesitan y cuándo no

Una tomografía axial computarizada, o CT scan (se pronuncia “cat”) de dosis baja, es un tipo de prueba médica. Se usa para detectar indicios tempranos de cáncer de pulmón. Si la prueba detecta cáncer, el tratamiento puede comenzar temprano.

No obstante, la prueba no es benéfica para las personas que fuman poco o las que dejaron de fumar hace más de 15 años, y por lo general, no se recomienda para las personas menores de 55 o mayores de 80 años de edad. Incluso las personas que fuman mucho reciben solo un pequeño beneficio de la prueba, así que usted debe pensarlo dos veces antes de realizarse la prueba. A continuación se dan las razones:

### Es posible que la prueba ayude a las personas con alto riesgo.

Los estudios muestran un pequeño beneficio de las CT scans para:

- Personas de 55 a 80 años de edad, que fumaron dos o más cajetillas de cigarrillos al día por 15 años.
- Personas que fumaron una o más cajetillas de cigarrillos al día por 30 años.

Si 1,000 fumadores con alto riesgo se hacen la prueba, a unos 3 se les detectará cáncer de pulmón temprano y no morirán. A otros 13 también se les detectará cáncer de pulmón y morirán de todas formas.



### La prueba no ayuda a las personas con bajo riesgo.

Las CT scans no tienen beneficios para las personas con bajo riesgo. No hay evidencia en la investigación de que la prueba ayude a salvar vidas en los grupos con bajo riesgo.

### La prueba crea falsas alarmas.

Las CT scans causan muchas falsas alarmas, incluso en personas con alto riesgo. Si a 100 fumadores con alto riesgo se les hace la prueba, unos 40 mostrarán algo que puede causar preocupación. Pero, en realidad solo 2 o 3 tienen cáncer de pulmón.

## Cómo reducir su riesgo de cáncer

Los exámenes de detección pueden detectar el cáncer temprano, pero muchos cánceres no pueden curarse. Incluso pequeños cambios en el estilo de vida pueden ayudarlo a reducir su riesgo de cáncer.

**No fume.** Fumar causa la mayoría de las muertes por cáncer de pulmón. Si a 100 personas les da cáncer de pulmón, 90 de esos casos son a causa del cigarrillo. Fumar también aumenta el riesgo de contraer otros cánceres, incluyendo el cáncer de laringe, boca, garganta, vejiga, riñón y páncreas. Fumar aumenta las muertes de estos cánceres en un 60 a 70%.

No obstante, su riesgo de cáncer se reduce rápidamente después de que deja de fumar. Por esa razón no se recomienda un examen de detección para las personas que dejaron de fumar hace más de 15 años.

Usted puede pedirle a su médico recursos que le ayuden a dejar de fumar, como parches de nicotina u otras medicinas.

**Mantenga un peso saludable.** La obesidad se vincula a unos 7 de 100 cánceres nuevos en las mujeres y a 4 de 100 nuevos casos en los hombres. La obesidad aumenta las muertes a causa de algunos cánceres en un 40%, especialmente ciertos cánceres del útero y de la garganta.

**Sea activo.** Ser activo puede reducir el riesgo de cáncer de colon en un 30 a 40%. Hacer ejercicio más tiempo, más duro y con más frecuencia, reduce su riesgo. Al mantenerse activas, las mujeres podrían reducir su riesgo de cáncer de seno en un 20% o más.

**Haga pruebas para detectar radón en su casa.** El radón es un gas invisible. No tiene ningún olor, pero es radioactivo. Puede aumentar el riesgo de cáncer de pulmón, especialmente si usted es fumador. Si los niveles de radón en su casa son altos, pídale a un contratista certificado en la corrección de radón que instale un sistema para extraer el gas del edificio.



Con frecuencia, las falsas alarmas llevan a pruebas de seguimiento. En general, usted necesitará hacerse otras CT scans, o es posible que necesite una biopsia, o incluso cirugía. A veces, esto puede causar complicaciones, como sangrado o el colapso de un pulmón.

Si su riesgo es bajo, una falsa alarma causa preocupación innecesaria.

### Las CT scans lo exponen a radiación.

Una CT scan en espiral de baja dosis usa aproximadamente 20 veces más radiación que una radiografía de tórax normal. Entre más radiación reciba, mayor es su riesgo de contraer cáncer, así que es buena idea evitar la radiación cuando pueda hacerlo.

### La prueba es cara.

Una tomografía computarizada en espiral cuesta de \$100 a \$300 o hasta más. Por lo general, el seguro paga por la prueba para detectar el cáncer de pulmón, solo si usted tiene un riesgo muy alto de desarrollar cáncer de pulmón. Y con frecuencia, la prueba lleva a otros costos. Muchas personas tienen falsas alarmas que llevan a más pruebas y procedimientos.

### ¿Cuándo valen la pena los riesgos de una CT scan?

Usted debe considerar que le hagan una CT scan si:

- Tiene de 55 a 80 años de edad y ha fumado por lo menos una cajetilla de cigarrillos al día durante 30 años.
- Ha fumado dos cajetillas de cigarrillos al día durante 15 años, y sigue fumando o ha dejado de hacerlo hace menos de 15 años.

En los fumadores con alto riesgo, es posible que los beneficios de las CT scans sean mayores que los riesgos, pero eso no es cierto para otras personas. La prueba no tiene ningún beneficio comprobado para otras personas.

### La mejor manera de prevenir el cáncer de pulmón.

Si usted quiere prevenir el cáncer de pulmón, deje de fumar. Dejar de fumar le da mucho más protección que las tomografías computarizadas.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe bajo su propio riesgo.

©2014 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con el Colegio Estadounidense de Médicos del Tórax y la Sociedad Estadounidense Torácica. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite

[ConsumerHealthChoices.org/about-us/](http://ConsumerHealthChoices.org/about-us/)