

Les causes del càncer

Informació addicional pel professorat

Diferents factors poden interactuar d'una forma multifactorial i seqüencial per produir tumors malignes. El càncer és un procés genètic. Les alteracions genètiques poden ser heretades o produïdes en la cèl·lula per elements externs anomenats mutàgens. Els mutàgens poden ser agents físics, químics o biològics. Entre els agents físics estan les radiacions ionitzants produïdes per radiografies, gas radó, raigs còsmics, radiacions ultraviolades del Sol. Entre els mutàgens químics es troben el benzopiré present al fum de les cigarretes, i el quitrà, els nitrits, nitrosamides, metalls pesats com el plom, el cadmi o el mercuri, i aflatoxines, entre altres. Entre els biològics estan certs bacteris i virus com el Virus del Papiloma Humà, el Epstein-Barr, el de l'Hepatitis B i l'*Helicobacter pylori*.

Es calcula que menys del 20% dels càncers són per causa hereditària. Entre aquests destaquen el càncer de mama, de colon, de retina,...

Respostes a les qüestions:

1.- Quin percentatge dels casos de càncer són hereditaris? 20%

2.- Què podem fer per reduir la incidència d'aquest tipus de càncer?

Si hi ha sospites sobre un càncer hereditari, els familiars haurien de plantejar-se l'assessorament i els exàmens genètics per determinar el risc. Es recomanen exàmens regulars de detecció de càncer per a les famílies amb un alt risc; d'aquesta manera, si el càncer apareix, serà diagnosticat a les fases inicials, moment en què el tractament respon millor

3.-

	Causes ambientals	Hàbits saludables per evitar-ho
Edat	Més comú en gent major de 50 anys	Revisions periòdiques per detectar els càncer més habituals
Dieta	Dietes amb elevat contingut de grasses i colesterol	Menjar fruites, verdures i cereals
Obesitat	No hi ha relació clara, però l'obesitat incrementa la incidència de càncers	Menjar fruites, verdures i cereals Eviteu l'obesitat Feu exercici
Tabac	El fum conté substàncies causants del càncer	No fumeu
Productes químics	Amiant, radó, bencè,...	Eviteu les substàncies cancerígenes
Radiació	Especialment la radiació ultraviolada	Compte amb el Sol
Virus	Virus de l'hepatitis B i C, del papiloma,...	Vacuneu-vos contra l'hepatitis B
Alteració del sistema immunitari	La SIDA pot provocar major sensibilitat a certs càncer	