

11. Linfoma

11.1. ¿Qué es el linfoma? ¿Qué tipos existen?

El linfoma es una proliferación maligna de linfocitos, que son las células que defienden al organismo en el sistema inmunitario. Dicha proliferación tiene lugar en los nódulos o ganglios linfáticos, aunque a veces también afecta al bazo o el hígado. Es, entonces, un cáncer que se origina en el tejido linfático.

Como consecuencia de la enfermedad, se da una afectación del sistema inmunitario, que se acentúa cuanto más se disemina la enfermedad. Asimismo, si la médula ósea se ha visto afectada puede derivar en anemia u otros cambios en las células sanguíneas.

Se calcula que el linfoma afecta a entre tres y 6 personas por cada 100.000 habitantes al año, siendo la edad media de aparición de la enfermedad los 60 años.



Fuente: www.medicaltimes.com

Existen dos tipos principales de linfoma:

- Linfoma de Hodgkin o enfermedad de Hodgkin.

- Linfomas no Hodgkin

No obstante, existe una nueva clasificación llamada Sistema REAL, que divide los tipos de linfoma según su comportamiento clínico en tres categorías:

- Linfomas indolentes: Son aquellos que crecen de forma lenta. Los pacientes con este tipo de linfoma pueden vivir muchos años sin ningún tratamiento y sin presentar los problemas derivados de la enfermedad. De hecho, en muchos de estos pacientes se desaconseja tratamiento si no desarrollan síntomas.
- Linfomas agresivos o altamente agresivos: Crecen más rápido que los anteriores. Es imprescindible tratar a los enfermos con este tipo de linfoma, ya que, de lo contrario, la esperanza de vida se reduce a semanas o meses. Por suerte son linfomas que responden bien a quimioterapia, curándose muchos de ellos.

11.2. ¿Qué síntomas presenta?

Normalmente los linfomas se manifiestan con protuberancia de los ganglios linfáticos, que aumentan de tamaño y son visibles en zonas como el cuello, las axilas o las ingles. Sin embargo, cuando aparecen en zonas menos accesibles, como el abdomen o el mediastino, pueden pasar desapercibidos, siendo difícil el diagnóstico hasta que no suelen manifestarse síntomas. Dichos síntomas comprenden, entre otros:

- Fiebre superior a 38 grados
- Sudoración profusa durante la noche
- Pérdida inexplicable de peso (superior al 10% en seis meses)
- Agrandamiento del bazo

11.3. Prevención

El cáncer no es una enfermedad única, ni se genera por una causa única. En ella coexisten varias alteraciones simultáneas del organismo. En muchas ocasiones existen factores genéticos facilitadores, en otras, nos condiciona nuestro modo de vida y hábitos de alimentación, autocuidado.

La constante investigación sobre la enfermedad está permitiendo encontrar una serie de factores de prevención que ayudan a evitar el desarrollo de la misma. En algunas ocasiones tiene que ver con el diagnóstico precoz y la identificación temprana de afecciones precancerosas y en la eliminación de estas mediante cirugía o tratamientos concretos. En otras ocasiones se trata sencillamente de aplicar los mismos factores de protección y autocuidado que se nos aconseja en la conservación de nuestra salud general.

- Hábitos de alimentación saludable
- Disminución de conductas de riesgo, (tabaquismo, obesidad, sedentarismo...)

Guía de Promoción de la Salud

Familiar y comunitaria

- Incorporación en nuestra rutina de actividades que fomenten el contacto social, el contacto con la naturaleza, la creatividad, los espacios de relajación o disfrute, la recuperación de aficiones.