

¿Qué causa el cáncer? Cómo entender los factores de riesgo

Resumen en español de ¿Qué causa el cáncer? Cómo entender los factores de riesgo, con pasos prácticos y preguntas para la visita.

La versión sencilla

Por lo general no es posible saber exactamente por qué una persona desarrolla cáncer y otra no. Pero la investigación ha demostrado que ciertos factores de riesgo pueden aumentar las probabilidades de que una persona desarrolle cáncer.

También hay factores que están relacionados con un menor riesgo de cáncer. A veces se les llama factores de riesgo protectores, o simplemente factores protectores.

Un factor de riesgo aumenta las probabilidades de cáncer; no es lo mismo que una causa, y no significa que el cáncer sea seguro.

Qué cuenta como factor de riesgo

Los factores de riesgo de cáncer incluyen la exposición a sustancias químicas u otras sustancias, así como ciertos comportamientos. También incluyen cosas que las personas no pueden controlar, como la edad y los antecedentes familiares.

Los antecedentes familiares de ciertos cánceres pueden ser una señal de un posible síndrome de cáncer hereditario. La información del Instituto Nacional del Cáncer sobre los síndromes de cáncer hereditario abarca los cambios genéticos heredados que pueden causar cáncer.

Cómo encuentran los científicos los factores de riesgo

La mayoría de los factores de riesgo (y protectores) de cáncer se identifican primero en estudios de epidemiología. En estos estudios, los científicos observan a grandes grupos de personas y comparan a quienes desarrollan cáncer con quienes no lo desarrollan. Estos estudios pueden mostrar que las personas que desarrollan cáncer tienen más o menos probabilidades de comportarse de ciertas maneras, o de estar expuestas a ciertas sustancias, que las personas que no desarrollan cáncer.

Por sí solos, estos estudios no pueden probar que un comportamiento o una sustancia cause cáncer. Por ejemplo, un hallazgo podría ser resultado del azar, o el verdadero factor de riesgo podría ser algo distinto del que se está estudiando. Hallazgos como estos a veces reciben

atención en los medios de comunicación, y esto puede llevar a ideas equivocadas sobre cómo empieza y se disemina el cáncer.

Los científicos ganan más confianza sobre una relación cuando:

- muchos estudios apuntan a una asociación similar entre un posible factor de riesgo y un mayor riesgo de cáncer, y
- existe un posible mecanismo que podría explicar cómo el factor de riesgo podría realmente causar cáncer.

Ningún estudio por sí solo prueba una causa. La confianza aumenta cuando muchos estudios coinciden y existe una manera creíble en que el factor podría causar cáncer.

Los factores de riesgo más estudiados

La lista siguiente incluye los factores de riesgo conocidos o sospechados más estudiados para el cáncer. Algunos de estos se pueden evitar, mientras que otros —como envejecer— no. Limitar su exposición a los factores de riesgo evitables puede reducir su riesgo de desarrollar ciertos cánceres.

- **Edad**
- **Alcohol**
- **Sustancias que causan cáncer**
- **Inflamación crónica**
- **Alimentación**
- **Hormonas**
- **Inmunosupresión** (un sistema inmunitario debilitado)
- **Agentes infecciosos**
- **Obesidad**
- **Radiación**
- **Luz solar**
- **Tabaco**

El Instituto Nacional del Cáncer tiene una página separada y detallada para cada uno de estos factores.

Factores de riesgo que puede y no puede cambiar

Algunos factores de riesgo se pueden evitar o reducir. Otros no. Envejecer, por ejemplo, es un factor de riesgo que nadie puede cambiar.

El punto clave es el equilibrio y la comprensión. Tener un factor de riesgo no significa que una persona vaya a tener cáncer, y no tener ningún factor de riesgo conocido no garantiza que no lo

tenga. Limitar la exposición a los factores de riesgo evitables es una manera de reducir el riesgo de ciertos cánceres.

Concentrarse en los factores de riesgo en los que puede influir, mientras comprende los que no, es una forma práctica de pensar sobre el riesgo de cáncer.

Basado en una fuente confiable

Esta es una explicación en lenguaje sencillo de contenido educativo basado en Instituto Nacional del Cáncer. Lea la fuente original para obtener información completa y actualizada. Solo con fines educativos: no es un consejo médico. Hable siempre con su propio equipo de atención médica.

Instituto Nacional del Cáncer: cancer.gov/about-cancer/causes-prevention/risk

Última actualización: 2026-07-21

Usted tiene derecho a un intérprete gratuito. Los hospitales y clínicas de los Estados Unidos que reciben fondos federales deben ofrecerle un intérprete calificado sin costo. Puede pedirlo en la recepción o antes de su cita. No tiene que traer a un familiar ni a un niño para que le interprete.

En línea: cancerexplained.org/es/temas/que-causa-el-cancer

Traducido del artículo en inglés de cancerexplained.org. La versión en inglés es la que se revisa contra la fuente.

Solo información educativa, no consejo médico. Un sistema editorial asistido por IA ayudó a preparar esta página. Ningún revisor médico identificado la ha revisado, a menos que se indique uno.

Puede imprimir, copiar y compartir esta hoja gratis y sin cambios. No necesita pedir permiso. Por favor, no modifique el contenido médico. Cite: cancerexplained.org. Información educativa, no consejo médico.