

## GUÍA DE AUTOEXAMEN DE BOCA, CABEZA Y CUELLO

Revise su boca y cuello todos los meses. Hable con su dentista o doctor si nota un bulto o cualquier otro cambio que dure más de 2 semanas.



Use un espejo o una linterna para ver sus mejillas, lengua, encías, el fondo de la garganta y el paladar.




Palpe si hay bultos detrás de las orejas y por el cuello, de ambos lados.



Palpe a lo largo del cuello y baje hasta la clavícula.



Eleve el mentón y palpe hacia arriba para revisar debajo de la mandíbula.



### PREVENGA EL CÁNCER LISTA DE CONTROL

- ¡Vacúnese!
- Visite al doctor y al dentista periódicamente
- Revise cualquier cambio en su boca todos los meses
- Deje de fumar y limite las bebidas alcohólicas
- Hable con su médico sobre el examen de cáncer de



Para más información sobre el VPH visite:  
[cdc.gov/hpv](http://cdc.gov/hpv)  
[mahpvcoalition.org](http://mahpvcoalition.org)  
[teammaureen.org](http://teammaureen.org)

PREVENCIÓN DEL CÁNCER

# ¡En el dentista!



### Detenga el cáncer antes de que comience

Hable hoy con su dentista sobre la vacuna del VPH.



**NJ HPV Vaccination  
Action Team**

Working to Prevent HPV Cancers



## VACUNA PARA LA PREVENCIÓN DEL CÁNCER

La vacuna del VPH ofrece protección contra los tipos de VPH más cancerígenos. Se recomienda para todos aquellos entre los 9 y 26 años.

El mejor momento para vacunarse contra el VPH es entre los 9 y 12 años. Es cuando los niños tienen una mayor respuesta inmune.

La vacuna se aplica en 2 o 3 dosis en varios meses. Los niños menores de 14 años necesitan 2 dosis. Después de los 14, se necesita un refuerzo para estar completamente protegido.

La vacuna contra el VPH es muy segura. Se administraron más de 120 millones de dosis de la vacuna contra el VPH desde 2006. Como cualquier otra vacuna, el efecto secundario más común es dolor en la zona de la inyección. Consulte a su doctor si tiene alguna alergia aguda.

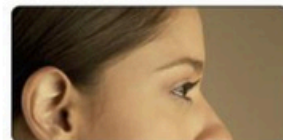
## ¿QUÉ ES EL VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)?

El virus del papiloma humano (VPH) es un virus muy común que se contagia por el contacto de la piel. Casi todos tendrán VPH en algún momento de la vida. El VPH no suele presentar síntomas; la mayoría de la gente con VPH no sabe que lo tiene. La mayoría de los casos de VPH desaparecen solos, pero otros, pueden desarrollar cáncer.

El VPH puede causar diferentes tipos de cáncer, como de cuello uterino y orofaríngeo. Mientras que el cáncer de cuello uterino afecta a las mujeres o las personas con cuello uterino, más del 80 % de los casos de cáncer orofaríngeo se da en hombres.

La orofaringe es la parte posterior de la lengua y la garganta. Los síntomas del cáncer orofaríngeo incluyen:

- Ronquera o cambio de voz
- Dolor de garganta que no desaparece
- Dolores de oído
- Inflamación o bulto en el cuello
- Dolor o dificultad para tragar
- Pérdida de peso imprevista
- Dolor o bultos en la boca que duran más de 2 semanas



La orofaringe es el área en azul en la parte posterior de la lengua y garganta



La vacuna contra el VPH es para **todos**.