



RECOMENDACIONES A TENER EN CUENTA PARA INCREMENTAR NUESTRO BIENESTAR.

En el marco del **PROGRAMA de PREVENCIÓN en SALUD**, OSOEFERNyN, afiliados y profesionales colaboran en un proceso continuo de mejora para promover y proteger la salud, la seguridad y el bienestar de todos.

MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN

PREGUNTAS FRECUENTES. Accede a la sección de preguntas frecuentes.

TELÉFONO GRATUITO [0800-222-1002](tel:0800-222-1002) recibe tus consultas.



PREGUNTAS FRECUENTES. Accede a la sección de preguntas frecuentes.

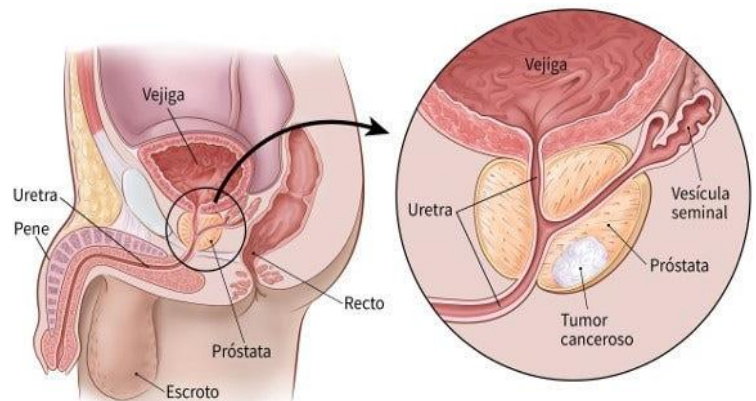
CONSULTAS TELÉFONO GRATUITO [0800-222-1002](tel:0800-222-1002)

INTRODUCCIÓN

El cáncer de próstata es la proliferación de células que comienza en la próstata. La próstata forma parte del sistema reproductor masculino, es una pequeña glándula que ayuda a producir el semen que se encuentra justo debajo de la vejiga.

El cáncer de próstata es uno de los tipos más comunes de cáncer. Se suele detectar temprano y a menudo prolifera lentamente.

Las personas con un diagnóstico precoz de cáncer de próstata tienen muchas opciones de tratamiento para considerar. Los tratamientos pueden incluir cirugía, radioterapia o un seguimiento minucioso del cáncer de próstata para ver si prolifera.



¿Qué es?

El cáncer de próstata comienza cuando se presentan cambios en el ADN de las células de la próstata. El ADN de una célula contiene las instrucciones que le indican lo que debe hacer, que crezcan y se multipliquen a un determinado ritmo, en qué momento deben morir. Los cambios en el ADN hacen que las instrucciones sean diferentes. Las células cancerosas pueden formar un bulto que se conoce como tumor.

Síntomas

Es posible que el cáncer de próstata no cause ningún síntoma al principio. La mayoría de los tipos de cáncer de próstata se detectan en una etapa temprana. Esto significa que el cáncer se encuentra solamente en la próstata. En general, un cáncer de próstata en etapa temprana no causa síntomas.

Cuando aparecen signos y síntomas del cáncer de próstata, estos incluyen los siguientes:

- Sangre en la orina, que puede hacer que la orina tenga un color rosa, rojo o similar al de una gaseosa cola.
- Sangre en el semen.
- Necesidad de orinar con mayor frecuencia.
- Dificultad para iniciar la micción.
- Levantarse con más frecuencia a orinar por la noche.

Si el cáncer de próstata se disemina, pueden aparecer otros síntomas.

Signos y síntomas de cáncer de próstata avanzado:

- Fuga accidental de orina, aumento en la frecuencia al orinar, flujo urinario débil.
- Dolor de espalda, pélvico o lumbar, en los huesos.
- Dificultad para conseguir una erección, lo que se llama disfunción eréctil.
- Mucho cansancio, debilidad en los brazos y las piernas.
- Pérdida de peso involuntaria.

Causas

Las causas del cáncer de próstata se desconocen. Los médicos han identificado algunos factores que aumentan el riesgo de tener este tipo de cáncer: edad avanzada, obesidad y antecedentes familiares de cáncer de próstata.

Factores de riesgo

- **Edad avanzada.** El riesgo de cáncer de próstata aumenta con la edad. Es más común después de los 50 años.



- **Raza y origen étnico.** Las personas de piel negra tienen mayor riesgo de cáncer de próstata que las personas de otras razas y orígenes étnicos. También hay más probabilidades de que el cáncer prolifere rápidamente o esté en una etapa avanzada cuando se detecta.
- **Antecedentes familiares de cáncer de próstata.** Si se le diagnosticó cáncer de próstata a un pariente consanguíneo (padre o un hermano/ abuelos y tíos), es posible que el riesgo sea mayor. El riesgo también podría aumentar si otros parientes cercanos tuvieron cáncer de próstata.
- **Antecedentes familiares de cambios en el ADN.** Los hijos pueden heredar de los padres o madres cambios en el ADN (BRCA1 y BRCA2) que aumentan el riesgo de desarrollar cáncer. Estos cambios en el ADN son más conocidos por aumentar el riesgo de cáncer de mama y cáncer de ovario.
- **Obesidad.** Las personas con obesidad podrían tener un mayor riesgo de cáncer de próstata que las personas que se considera que tienen un peso saludable. En las personas con obesidad, el cáncer de próstata tiene más probabilidades de proliferar rápidamente y de volver después del tratamiento.
- **Fumar tabaco.** Algunas investigaciones han demostrado la existencia de un vínculo entre el hábito de fumar y el cáncer de próstata. Las personas con cáncer de próstata que fuman podrían tener un mayor riesgo de que el cáncer vuelva a aparecer y que se disemine más allá de la próstata.

Complicaciones

- **Cáncer que se disemina.** El cáncer de próstata se puede diseminar a otras partes del cuerpo, como los huesos u otros órganos. Cuando el cáncer de próstata se disemina, se llama cáncer metastásico.
- **Incontinencia.** El cáncer de próstata y sus tratamientos pueden causar pérdidas de orina, o incontinencia urinaria.
- **Disfunción eréctil.** La dificultad para conseguir una erección se denomina disfunción eréctil. Puede deberse al cáncer de próstata o su tratamiento.

Prevención

Consejos para reducir el riesgo de cáncer de próstata:

- **Elige una alimentación saludable.** Come una variedad de frutas, verduras, y granos o cereales integrales. Limita la cantidad de grasa animal que consumes. Las frutas y las verduras contienen muchas vitaminas y nutrientes que pueden hacerle bien a tu salud.

Algunos alimentos que se han asociado a un menor riesgo de cáncer de próstata incluyen el tomate, el brócoli, la coliflor y la soya. Ningún estudio ha demostrado que estos alimentos previenen el cáncer.

- **Haz ejercicio la mayoría de los días de la semana.** Puede ayudarte a mantener un peso saludable. El ejercicio también puede mejorar el estado de ánimo y la salud en general. Trata de hacer ejercicio la mayoría de los días de la semana. Si no solías hacer ejercicio, comienza despacio y aumenta gradualmente el tiempo de ejercicio cada día.
- **Mantén un peso saludable.** Si tu peso actual es saludable, procura mantenerlo. Lleva una alimentación saludable y haz ejercicio la mayoría de los días de la semana.
- **No fumes.** Si fumas, habla con un profesional de atención médica acerca de estrategias para dejar de hacerlo. Los medicamentos, los productos de reemplazo de nicotina y el asesoramiento pueden ser útiles.
- **Medicamentos para reducir el riesgo de cáncer de próstata.** Si tienes un riesgo alto de cáncer de próstata, junto con el profesional de atención médica, pueden considerar medicamentos para reducir ese riesgo: la finasterida (Propecia, Proscar) y la dutasterida (Avodart). Suelen usarse para tratar el agrandamiento de la glándula prostática.

Detección temprana

Los exámenes para detectar el cáncer de próstata en estadios tempranos consisten en la realización de un análisis de sangre para medir el Antígeno Prostático Específico (PSA LIBRE y TOTAL) y en un examen digital a través del recto. El diagnóstico definitivo se determina a través de una biopsia prostática.

Diagnóstico y tratamiento

- **Diagnóstico:** Se utilizan el examen rectal digital, un análisis de PSA (libre y total) en sangre y, de ser necesario, biopsias y resonancias magnéticas.
- **Tratamiento:** Las opciones incluyen cirugía, radioterapia, terapia hormonal, quimioterapia y monitoreo activo, dependiendo del estadio de la enfermedad y la salud del paciente.