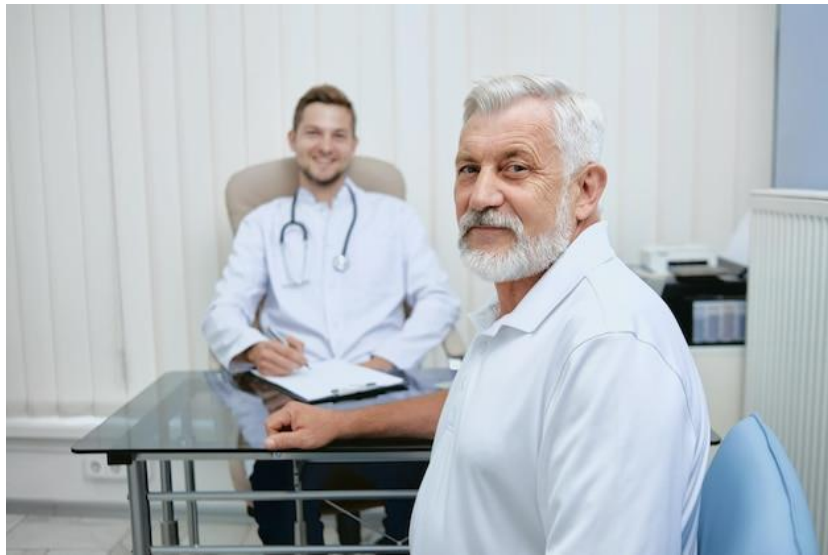


Cáncer de próstata: qué es, factores de riesgo, síntomas y prevención



¿Qué es el cáncer de próstata?

El cáncer de próstata se da cuando las células de este órgano empiezan a reproducirse de forma anormal. Es una de las enfermedades más comunes en hombres. Detectarlo a tiempo es fundamental para lograr un tratamiento exitoso y salvar vidas. La próstata es una pequeña glándula en forma de nuez y se encarga de producir el líquido seminal y transportar el esperma según la Organización Mundial de Salud (OMS).

¿Cuáles son los factores de riesgo del cáncer de próstata?

Los factores de riesgo del cáncer de próstata son:

- A medida que la edad aumenta, el riesgo de padecerlo es mayor. Es poco frecuente en personas menores de 50 años.
- Los hombres afroamericanos suelen presentar mayor riesgo de padecerlo. Se ha determinado que la raza influye.
- Es hereditario. Si en la familia hay antecedentes familiares de esta enfermedad o, incluso, de cáncer de mama, la probabilidad de sufrir la enfermedad aumenta.
- Igualmente, los hombres con problemas de obesidad también representan un factor de riesgo.

Aunque no hay una manera segura de prevenirlo, como lo expone Minsalud, si existen factores de riesgo que puedes identificar para cuidar y detectar la salud.

Conoce los síntomas del cáncer de próstata

Los síntomas del cáncer de próstata son:

- Problemas para orinar o disminución en la fuerza del flujo de la orina.
- Presencia de sangre en el semen.
- Molestia en la zona pélvica.
- Dolor en los huesos.
- Disfunción eréctil.

Identificarlas son fundamentales para su tratamiento.

¿En qué consiste el tamizaje de cáncer de próstata?

El tamizaje de cáncer de próstata consiste en pruebas de detección para este tipo de cáncer, las cuales se hacen de forma preventiva, aun cuando no se note ningún síntoma evidente. Los hombres entre los 50 y 75 años, o mayores de 40 años con factores de riesgo que explicamos anteriormente, pueden acceder al tamizaje antes de que presenten cualquier tipo de síntoma.

En una consulta de control puedes solicitarle a tu médico que te practique el examen clínico de próstata (tacto rectal) y el Antígeno prostático (PSA) según MedlinePlus.

- Examen del antígeno prostático (PSA): Consiste en un examen de sangre que mide el nivel de PSA. Esta es una sustancia que produce la próstata. Cuando los niveles de PSA en la sangre se encuentran por encima de lo normal se puede estar ante un cáncer de próstata.
- Examen clínico de la próstata (tacto rectal): Es una exploración simple y sencilla que no necesita elementos tecnológicos, se lleva a cabo en la misma consulta médica. Consiste en la introducción de un dedo del explorador, protegido por un guante y lubricado a través del ano. Eso permite palpar la superficie de la próstata situada en la parte anterior del recto. Si bien puede llegar a ser incomodo, no es para nada doloroso.

¿Cómo puedes prevenir el cáncer de próstata?

Sigue estas recomendaciones y prevén el cáncer de próstata:

- Lleva una dieta balanceada con alimentos ricos en minerales y vitaminas como frutas y verduras e, igualmente, evita los alimentos grasosos para mantenerte saludable.
- Muévete, realiza actividad física tanto como puedas, ya que al mejorar tu salud en general, también te ayudará con tu estado de ánimo y a controlar tu peso.

- Consulta tu médico si presentas factores de riesgo, realízate el examen de próstata de acuerdo con indicaciones médicas.

Identifica los factores de riesgo y sigue las recomendaciones de prevención para cáncer de próstata. Infórmate y protégete.

¡Un examen a tiempo te salva la vida!