

Cómo vivir más tiempo y más saludable



Existe una crisis en la salud masculina.

En promedio, los hombres viven menos que las mujeres. Un mayor porcentaje de hombres fallece como consecuencia de 9 de las 10 principales causas de muerte. Esto incluye muertes por cáncer, diabetes, suicidio y accidentes, así como enfermedades cardíacas, renales y hepáticas.

Tome el control de su salud haciendo ejercicio, comiendo bien, visitando a su proveedor de atención médica con regularidad y consultando GetItChecked.com.

Obtenga ayuda e información sin costo en:

Men's Health Network

202-543-MHN-1 (6461)

www.MensHealthNetwork.org

Biblioteca de Salud Masculina

www.MensHealthLibrary.com

Guía para la salud de la próstata

www.ProstateHealthGuide.com

Mes de la Concientización sobre el Cáncer de Próstata

www.ProstateCancerAwarenessMonth.com

American Urological Association

www.auanet.org

American Cancer Society

www.cancer.org

National Cancer Institute

1-800-4-CÁNCER (línea gratuita)

www.cancer.gov

Mes de la Salud Masculina

www.MensHealthMonth.org

Centro de Recursos sobre la Salud Masculina

www.MensHealthResourceCenter.com

Los ensayos clínicos y usted

Al analizar las opciones de tratamiento con su proveedor de atención médica, pregunte sobre la participación en ensayos clínicos. Más información en:

www.clinicaltrials.gov

Financiamiento y apoyo proporcionado por



¿Desea obtener más información?

Para obtener más información sobre otros problemas de salud que afectan a los hombres, consulte a un proveedor de atención médica o comuníquese con Men's Health Network. Para obtener información sobre lineamientos de pruebas de detección, solicite nuestro folleto "Get It Checked" ("Hágase una revisión").

MEN'S HEALTH NETWORK

P.O. Box 75972

Washington, DC 20013

202-543-MHN-1

info@MensHealthNetwork.org

www.MensHealthNetwork.org

SÍGANOS EN TWITTER

twitter.com/menshlthnetwork

REGÁLENOS UN LIKE EN FACEBOOK

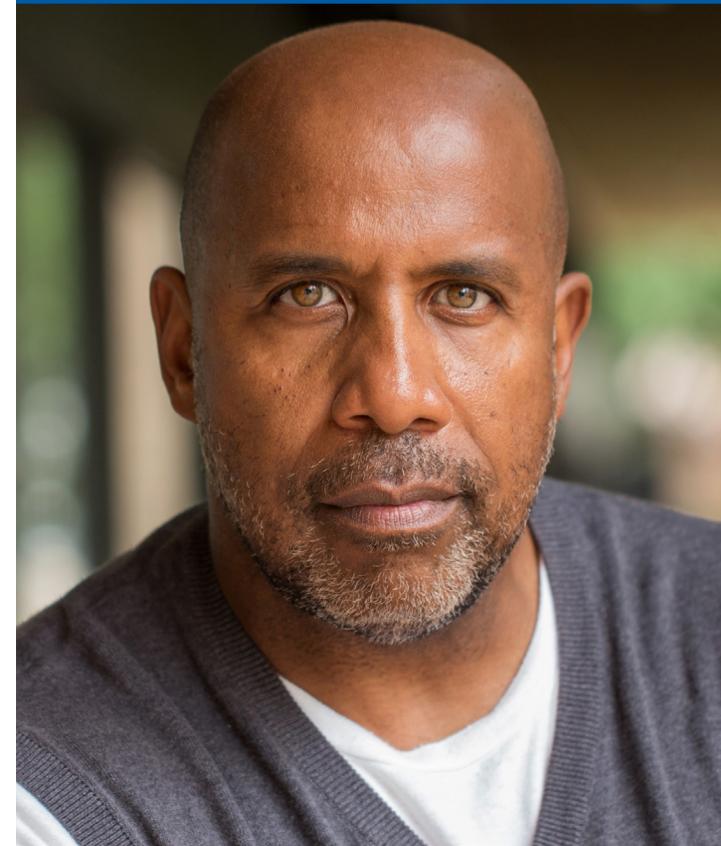
facebook.com/menshealthnetwork



© Men's Health Network

Información sobre el cáncer de próstata

Debido a los efectos que causa en los seres queridos, el cáncer de próstata no es solo un problema del hombre, sino un problema familiar.



Guía rápida de Men's Health Network

MHN Men's Health Network™
www.menshealthnetwork.org

Cerca de 30,000 hombres en los EE. UU. fallecen de cáncer de próstata cada año.

Más de 170,000 hombres en los EE. UU. son diagnosticados con cáncer de próstata cada año.

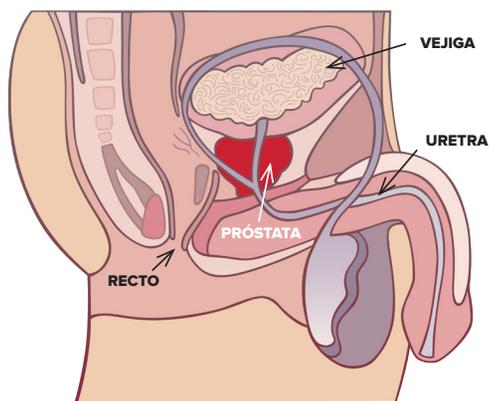
- Los hombres de origen afroamericano representan la tasa más alta de pacientes con cáncer de próstata.
- El cáncer de próstata puede curarse si se detecta en forma temprana.
- El cáncer de próstata es el tipo de cáncer más común en los hombres, de acuerdo con el National Cancer Institute.
- Los hombres con alto riesgo de padecerlo deberían consultar a su proveedor de atención médica sobre la prueba de detección del cáncer de próstata a los 40 años de edad o antes, y los demás a los 50 años.
- Los hombres con alto riesgo de padecer esta enfermedad incluyen a aquellos con antecedentes familiares de cáncer de próstata, los de origen afroamericano y los hombres expuestos al Agente Naranja y a algunas otras sustancias químicas.

Recuerde:

El cáncer de próstata puede presentarse sin ningún síntoma. ¡Consulte a su proveedor de atención médica!

¿Qué es la próstata?

La próstata es una glándula del tamaño de una nuez que provee el líquido que ayuda a transportar el espermatozoides. Se encuentra ubicada frente al recto.



¿Qué es el cáncer de próstata?

El cáncer de próstata es un grupo de células que crecen de manera anormal en la próstata, y que pueden invadir y destruir tejidos y órganos sanos. El cáncer de próstata puede crecer de manera diferente en cada persona. Algunos tipos de cáncer crecen y se diseminan rápidamente, mientras que otros crecen lentamente.

¿Cuáles son los factores de riesgo?

Edad: 40 años o más para hombres con antecedentes familiares de cáncer de próstata y afroamericanos, 50 o más para otros hombres.

Antecedentes familiares: el padre, el hermano u otro miembro masculino de la familia ha sido diagnosticado con cáncer de próstata.

Raza: los hombres de origen afroamericano tienen mayor riesgo de padecer la enfermedad.

Veteranos de guerra: exposición al Agente Naranja o a algunas otras sustancias químicas.

Valor inicial del antígeno prostático específico (Prostate-Specific Antigen, PSA): los hombres de 40 años deben hablar con su proveedor de atención médica para realizarse una prueba del valor inicial del PSA.

El cáncer de próstata en etapa temprana generalmente no presenta síntomas.

Hágase revisiones regulares y consulte a su proveedor de atención médica si experimenta alguno de los siguientes síntomas:

- dolor persistente de espalda o cadera
- dificultad al orinar
- dolor o ardor al orinar
- sangre en la orina

Pruebas de detección disponibles en la actualidad

PSA: antígeno prostático específico

Análisis de sangre que a menudo puede detectar un problema relacionado con la próstata. Una prueba con resultados anormales puede significar que es necesario realizar pruebas adicionales.

DRE: examen rectal digital

Prueba en la que el proveedor de atención médica coloca un dedo cubierto por un guante en el recto para palpar la próstata.

Se están desarrollando nuevas pruebas, así que puede preguntar si hay otras pruebas disponibles al consultar a su proveedor de atención médica.



Los hombres de origen afroamericano representan la tasa más alta de pacientes con cáncer de próstata: hasta un 50 % más alta que el hombre estadounidense promedio.



Etapas del cáncer de próstata

Etapa M0: el cáncer no se ha diseminado fuera de la próstata y es posible que no se perciba mediante un DRE o que no se vea con un ultrasonido o con otras técnicas de diagnóstico por imágenes.

Etapa M1: el cáncer se ha diseminado fuera de la próstata a otras partes del cuerpo, como los huesos, órganos y ganglios linfáticos.

Etapa I: esta es la etapa temprana cuando el cáncer se encuentra solo en la próstata.

Etapa II: el tumor está más avanzado, pero no se extiende más allá de la próstata.

Etapa III: el tumor se extiende más allá de la próstata, puede haber invadido la(s) vesícula(s) seminal(es), pero no se ha diseminado a los ganglios linfáticos.

Etapa IV: es el cáncer de próstata avanzado. El tumor puede haberse diseminado a la vejiga, el recto, los ganglios linfáticos, los huesos u otras partes del cuerpo.

Opciones de tratamiento

- supervisión activa o espera vigilante
- extirpación de la próstata (prostatectomía)
- terapia de radiación
- terapia hormonal
- crioterapia

Los hombres, junto con sus familias, y en consulta con su proveedor de atención médica necesitan conocer los hechos para tomar decisiones informadas sobre las pruebas de detección y las opciones de tratamiento.

Muchos hombres mayores desarrollan agrandamiento de la próstata, llamado hiperplasia prostática benigna (HPB). La HPB NO es cáncer y puede tratarse si causa problemas, tales como la dificultad para orinar. La detección temprana es importante para tomar decisiones sobre el tratamiento.