

# LÍNEA DE SALUD MASCULINA

## ¿Qué necesidad hay de una línea de salud masculina?

- Los hombres mueren de las principales causas de muerte a tasas más altas.
- Varones entre las edades de 15 a 19 años tienen cinco veces más probabilidad, y entre las edades 20 a 24, siete veces más probabilidad de suicidarse que las mujeres.
- Unos 30 mil hombres mueren al año de cáncer de próstata.
- Los hombres están cada vez más aislados de sus familias debido a trabajo o divorcio.
- Los hombres sufren el 92% de lesiones fatales en el trabajo.
- Es menos probable que muchachos completen la educación secundaria que las muchachas.
- Más del 80% de muertes por suicidio son hombres.
- El 80% de los sin casa en Estados Unidos son varones.
- Los varones tienen mayor probabilidad que las mujeres de sufrir de problemas psicológicos y males mentales y tienen 25 veces más probabilidad de ser condenados a cárcel.
- Más del 75% de todas las víctimas de homicidio son varones. El 50% de violencia doméstica se comete contra varones.
- La expectativa de vida de varones es casi 6 años menos que para mujeres.
- Entre las edades de 45 a 54, los hombres tienen 3 veces más probabilidad que mujeres de morir de ataques al corazón.

## CELEBRE SEMANA DE SALUD MASCULINA

Para más información, visita: [www.menshealthweek.org](http://www.menshealthweek.org)

Información sobre cáncer testicular provista por el:  
**NATIONAL CANCER INSTITUTE**  
(INSTITUTO NACIONAL DEL CÁNCER)

Para informarse más sobre este tema, llame gratis al número del Cancer Information Service (Servicio de Información del Cáncer)

**1 • 800 • 4 • CANCER**

*Pida hablar con personal que hable español.*

**MHN Men's Health Network**  
(La Red de Salud Masculina)  
[www.menshealthnetwork.org](http://www.menshealthnetwork.org)

Una organización informativa y educativa para reconocimiento de salud masculina como una preocupación social específica.

P.O. Box 75972, Washington, D.C. 20013

**202-543-MHN-1**

[info@menshealthnetwork.org](mailto:info@menshealthnetwork.org)

## AUTOEXAMEN EL CÁNCER TESTICULAR



LÍNEA DE SALUD MASCULINA

# AUTOEXAMEN TESTICULAR

1 • 888 • MEN • 2 • MEN



**MHN Men's Health Network**  
(La Red de Salud Masculina)  
[www.menshealthnetwork.org](http://www.menshealthnetwork.org)

# AUTOEXAMEN TESTICULAR

Los testículos son órganos masculinos de reproducción. Producen y guardan esperma. Además producen testosterona, una hormona que causa tales rasgos masculinos como pelo facial y voz más profunda. Los testículos son lisos, ovals, y algo firmes al tacto. Están bajo el pene en una bolsa de piel llamada escroto.

Los testículos normalmente bajan al escroto antes del nacimiento. Padres deben hacer examinar a sus hijos infantes por un médico para estar seguros que los testículos han bajado correctamente. Si no fuera así, esto fácilmente se corrige con cirugía.

## ¿QUIÉN ESTÁ A RIESGO?

El cáncer testicular es el tipo de cáncer más común en hombres de edades de 15 a 35 años. Sin embargo, ya que es sólo el 1 por ciento de todos los cánceres en el hombre, mucha gente ni siquiera sabe de este tipo de cáncer.

El cáncer testicular especialmente es de cuidado en hombres jóvenes. Es menos común en hombres de edad media y de más edad. En hombres blancos, la probabilidad de cáncer testicular es cinco veces mayor que entre hombres negros. La probabilidad entre hombres hispanos está entre los de negros y blancos.

### Los factores de riesgo de cáncer testicular son:

- Testículo no bajado. El riesgo aumenta si un testículo no bajó al escroto.
- Desarrollo testicular anormal. Hombres cuyos testículos no se desarrollaron en forma normal.
- Historia familiar de cáncer testicular. Corren mayor riesgo hombres cuyos hermanos o padre tuvo la enfermedad.

## ¿ES CURABLE

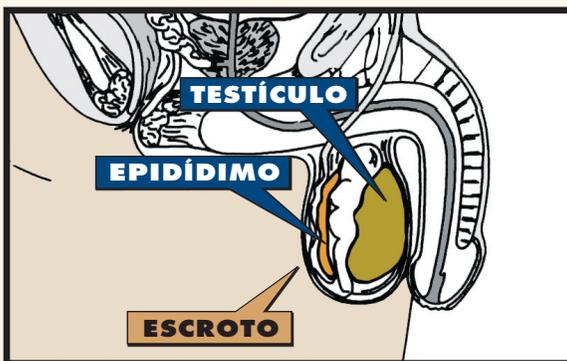
### EL CÁNCER TESTICULAR?

Hace muchos años, el cáncer testicular a menudo era fatal, ya que se extendía rápidamente a órganos vitales, como los pulmones. Hoy, debido a avances en tratamiento, el cáncer testicular es uno de cánceres más curables, especialmente si se descubre y trata prontamente.

- Historia de cáncer testicular. Hombres que han tenido cáncer testicular corren mayor riesgo de desarrollar cáncer en el otro testículo.
- Síndrome de Klinefelter. Hombres con síndrome de Klinefelter (enfermedad del cromosoma sexual) corren mayor riesgo.

## SÍNTOMAS

La manifestación más común de cáncer testicular es un pequeño nudo indoloro en un testículo, o un testículo levemente agrandado. Es importante que hombres se familiaricen con el tamaño y sensación de los testículos normales, para que puedan detectar cambios si llegaran a ocurrir.



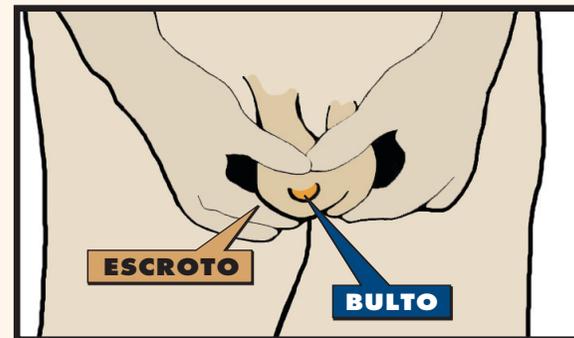
Entre otros síntomas posibles están una sensación de pesadez en el escroto, un dolor sordo en la parte baja del estómago o la ingle, un cambio en la sensación del testículo, o una repentina acumulación de sangre o fluido en el escroto. Estos síntomas también pueden ser a causa de infecciones u otras condiciones que no son cáncer. El médico puede decirle si tiene cáncer y lo que sería el tratamiento que corresponde.

## FORMA DE HACERSE EL TSE

Un sencillo proceso llamado autoexamen testicular (siglas en inglés, TSE) puede aumentar la posibilidad de encontrar un tumor en forma temprana.

Los hombres deben hacerse TSE una vez al mes – después de un baño o ducha templados. El calor hace relajarse la piel del escroto, lo que facilita encontrar cualquier cosa inusual. TSE es sencillo y toma solamente un par de minutos:

- Examine cada testículo delicadamente con ambas manos. Los dedos índice y medio se colocan bajo el testículo mientras los pulgares se ponen encima.



- Haga rodar delicadamente el testículo entre pulgares y dedos. Un testículo puede ser más grande que el otro. Esto es normal.
- El epidídimo es una formación parecida a un cordel en la parte superior de atrás del testículo, que guarda y transporta la esperma. No confunda el epidídimo con un nudo anormal.
- Palpe por cualquier nudo anormal – del tamaño de una arveja – en la parte de adelante o el lado del testículo. Generalmente son indoloros.

## SI ENCUENTRA UN NUDO

Si encuentra un nudo, debe contactar a su médico inmediatamente. El nudo podría deberse a una infección, y el médico puede decidir el tratamiento correspondiente. Si el nudo no es una infección, podría ser cáncer. Recuerde que el cáncer testicular es altamente curable, especialmente si se detecta y trata con prontitud. Cáncer testicular casi siempre ocurre en solamente un testículo, y el otro testículo es todo lo que se necesita para funcionamiento sexual completo.

## VISITAS ANUALES

# AL MÉDICO

Los autoexámenes testiculares de rutina son importantes, pero no remplazan al examen médico. El médico debe examinarle el testículo en un examen físico. También usted puede pedirle al médico que examine la forma en que usted se hace el TSE.

**FAVOR DE NOTAR:** La Red de Salud Masculina (Men's Health Network) no provee servicios médicos. Proveemos esta información para alentarle a comenzar un diálogo informado con su médico. Averigüe con su proveedor de cuidado de salud si es necesario que usted se haga exámenes médicos específicos.