

ABRE TU **y** ABRAZA
CORAZÓN ESTA CAUSA

 eurofarma

TENGO CÁNCER
¿y ahora?

INFORMACIONES
ÚTILES SOBRE EL
CÁNCER DE
PRÓSTATA

TODOS JUNTOS APOYANDO LA PREVENCIÓN.
TODOS JUNTOS APOYANDO A LA VIDA.

Tengo cáncer, ¿y ahora?

- 1.** ¿Qué es el cáncer de próstata?
- 2.** ¿Cuál es su impacto en la vida?
- 3.** ¿Cuáles son los factores de riesgo?

Diagnóstico

- 4.** ¿Qué es el PSA?
- 5.** ¿Cómo es diagnosticado el cáncer de próstata?
- 6.** ¿Cuál es la etapa del cáncer?
- 7.** ¿Qué exámenes debo realizar?

Tratamiento

- 8.** ¿Todos los cánceres de próstata necesitan tratamiento inmediato?
- 9.** ¿Cuáles son las opciones de tratamiento?
- 10.** ¿Cuáles son los efectos colaterales del tratamiento?

Cura o supervivencia

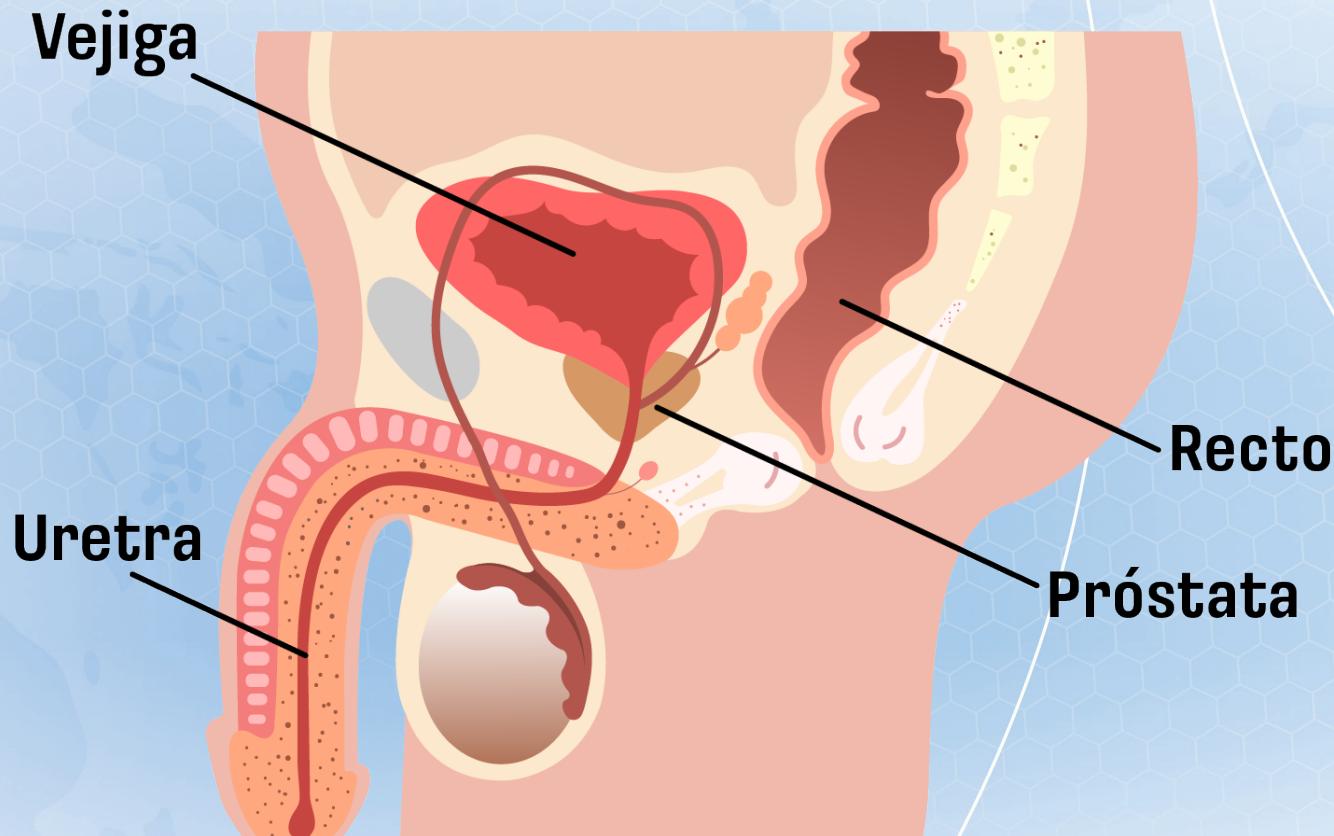
- 11.** ¿Qué se debe considerar en relación con hábitos saludables y el factor de riesgo para el cáncer de próstata?
- 12.** ¿Cuáles son las posibilidades de supervivencia?

1.

¿Qué es el cáncer de próstata?



El cáncer de próstata es un tipo de cáncer que se desarrolla en la próstata, una pequeña glándula situada debajo de la vejiga (como se muestra en la figura), encargada de producir parte del líquido seminal. Este tipo de cáncer es más común en hombres mayores de 50 años y suele ser asintomático en sus primeras etapas. Cuando aparecen los síntomas, pueden incluir dificultad para orinar, flujo de orina débil o presencia de sangre en la orina o el semen. Los factores de riesgo incluyen edad avanzada, antecedentes familiares y, en algunos casos, factores genéticos. El diagnóstico generalmente se realiza mediante pruebas, como el tacto rectal y la medición del antígeno prostático específico (PSA).



¿Qué impactos puede tener un diagnóstico de cáncer?



Recibir un diagnóstico de cáncer de próstata puede tener un impacto significativo en la vida de una persona, tanto física como emocionalmente. A continuación se detallan algunos de los principales aspectos que pueden verse afectados:



Aspectos físicos

El tratamiento del cáncer de próstata puede incluir cirugía, radioterapia, terapia hormonal o una combinación de estas. Cada enfoque tiene sus propios efectos secundarios, como fatiga, incontinencia urinaria y disfunción eréctil, que pueden afectar la calidad de vida. La necesidad de citas médicas frecuentes, exámenes y posiblemente períodos de recuperación después de los tratamientos pueden cambiar la rutina diaria.

2.

¿Cuál es el impacto en mi vida?



Aspectos emocionales

Es común sentir ansiedad por el diagnóstico, el tratamiento y el futuro. El miedo a la progresión de la enfermedad, los efectos secundarios y la incertidumbre sobre el pronóstico pueden generar estrés emocional. Los efectos secundarios físicos, como la disfunción eréctil y la incontinencia, pueden afectar la autoestima y la confianza en las relaciones con los demás, especialmente en la esfera íntima y sexual.

2.

¿Cuál es el impacto en mi vida?

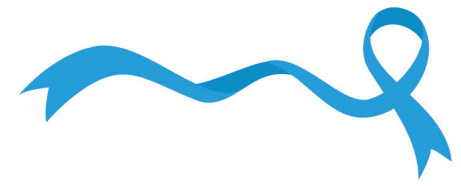


Vida profesional

Dependiendo de la etapa del cáncer y del tratamiento, puede ser necesario ausentarse temporalmente del trabajo o ajustar sus actividades profesionales, lo que podría afectar su vida financiera y su trayectoria profesional.

2.

¿Cuál es el impacto en mi vida?



Calidad de vida a largo plazo

El cáncer de próstata, en muchos casos, crece lentamente y tiene buenas tasas de supervivencia cuando se diagnostica a tiempo. Esto significa que, para muchos hombres, es posible mantener una buena calidad de vida con un seguimiento adecuado.

2.

¿Cuál es el impacto en mi vida?



Cómo afrontar la situación

Obtenga información clara y detallada sobre su tipo de cáncer, etapas y opciones de tratamiento. Esto puede ayudarle a tomar mejores decisiones.

¿Cuáles son los factores de riesgo?



Los factores de riesgo del cáncer de próstata son variados y pueden influir directamente en el desarrollo de esta enfermedad. Los factores clave incluyen:

- **Edad:** El riesgo de desarrollar cáncer de próstata aumenta con la edad. La mayoría de los casos se diagnostican en hombres mayores de 50 años y la mayoría de los diagnósticos se producen después de los 65 años.
- **Historico familiar:** Los hombres con familiares cercanos (padre, hermano) que han tenido cáncer de próstata tienen un mayor riesgo. El riesgo es aún mayor si el familiar fue diagnosticado a una edad temprana. La presencia de múltiples casos en la familia también aumenta el riesgo.
- **Etnia:** Los hombres de ascendencia africana tienen un mayor riesgo de desarrollar cáncer de próstata en comparación con los hombres de otras etnias. Además, tienden a desarrollar cáncer a una edad más temprana y, a menudo, en formas más agresivas..
- **Alimentación y estilo de vida:** dieta rica en grasas saturadas e pobre en frutas e vegetales puede aumentar el riesgo. Además, los hombres obesos tienen una mayor probabilidad de desarrollar formas agresivas de cáncer de próstata.

¿Cuáles son los factores de riesgo?



- **Niveles hormonales:** Los niveles altos de testosterona pueden estimular el crecimiento de las células de la próstata, lo que puede aumentar el riesgo de cáncer. Las terapias que implican el uso prolongado de testosterona también pueden contribuir a un mayor riesgo.
- **Factores genéticos:** Alteraciones genéticas hereditarias, como las mutaciones en los genes BRCA1 y BRCA2, aumentan significativamente el riesgo de cáncer de próstata, así como de otros tipos de cáncer, como el cáncer de mama.
- **Inflamación e infecciones:** Algunos estudios sugieren que la prostatitis (inflamación de la próstata) o las infecciones crónicas pueden aumentar el riesgo de cáncer de próstata, pero esta asociación aún no está del todo clara.
- **Exposición a productos químicos:** los trabajadores expuestos a sustancias químicas tóxicas, como las que se encuentran en las fábricas o pesticidas, pueden tener un mayor riesgo de desarrollar cáncer de próstata;
- **Sedentarismo:** Un estilo de vida sedentario, que no implica actividad física regular, puede aumentar el riesgo de padecer varios tipos de cáncer, incluido el cáncer de próstata..

¿Qué es el PSA y qué tiene que ver con el cáncer de próstata?



El PSA (antígeno prostático específico) es una proteína producida principalmente por las células de la próstata y que se encuentra en la sangre en pequeñas cantidades. La prueba de PSA mide la cantidad de esta proteína en la sangre y se usa ampliamente como herramienta para detectar problemas de próstata, incluido el cáncer de próstata.

La prueba de PSA es una de las principales formas de detectar el cáncer de próstata, pero no es específica de esta enfermedad únicamente. Los niveles elevados de PSA en la sangre pueden indicar la presencia de varias afecciones, como la hiperplasia prostática benigna (HPB) y la prostatitis (inflamación o infección de la glándula prostática).

Cómo se utiliza el PSA en el diagnóstico y seguimiento del cáncer de próstata:

- **Seguimiento:**

La prueba de PSA se utiliza como parte del cribado del cáncer de próstata, especialmente en hombres mayores de 50 años o en grupos de riesgo. Si los niveles de PSA son altos, su médico puede ordenar pruebas adicionales, como una biopsia o una resonancia magnética, para confirmar la presencia de cáncer;

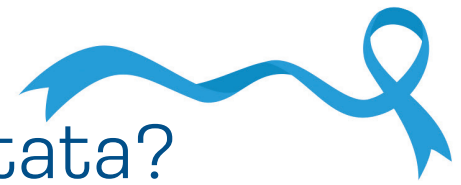
- **Monitoreo:**

Para hombres diagnosticados con cáncer de próstata, la prueba de PSA se utiliza para controlar el progreso de la enfermedad y la eficacia del tratamiento. Después del tratamiento, los niveles de PSA bajos indican que el cáncer está controlado o ha sido erradicado, mientras que un aumento puede sugerir recurrencia;

- **Limitaciones:**

A pesar de ser una herramienta útil, la prueba de PSA no es perfecta. Los niveles elevados de PSA no necesariamente confirman la presencia de cáncer de próstata, del mismo modo que los niveles normales de PSA no garantizan la ausencia de la enfermedad. Esta es la razón por la que el PSA se utiliza a menudo junto con otras pruebas, como el tacto rectal y la biopsia.

¿Cómo es diagnosticado el cáncer de próstata?



El diagnóstico del cáncer de próstata implica una serie de pruebas para evaluar la salud de la próstata e identificar la presencia de células cancerosas. Estos son los principales métodos de diagnóstico:

- **Prueba de PSA:** La prueba de PSA mide los niveles de esta proteína en la sangre. Los niveles elevados de PSA pueden indicar un signo de cáncer de próstata, aunque también pueden ser causados por otras afecciones, como hiperplasia prostática benigna o prostatitis. Un PSA elevado sugiere la necesidad de realizar más investigaciones, pero por sí solo no confirma el cáncer.
- **Toque rectal:** Examen físico en el que el médico inserta un dedo en el recto para palpar la próstata y detectar anomalías, como dureza o nódulos. Es sencillo, rápido y puede detectar cambios en la textura o tamaño de la glándula prostática, lo que puede indicar la presencia de cáncer.
- **Resonancia magnética (RM):** La resonancia magnética de la próstata se utiliza a menudo para obtener imágenes detalladas de la glándula. La resonancia magnética puede ayudar a identificar áreas sospechosas que deben investigarse más a fondo. Este examen es especialmente útil para guiar una biopsia si es necesario.
- **Biopsia:** Es la prueba definitiva para confirmar el diagnóstico de cáncer de próstata. Durante una biopsia, se extraen pequeñas muestras de tejido prostático y se examinan bajo un microscopio para identificar células cancerosas. La biopsia suele estar guiada por ecografía transrectal o resonancia magnética, que ayudan a garantizar que se tomen muestras correctamente de las áreas sospechosas.
- **Ultrasonido transrectal:** Este examen utiliza ondas de ultrasonido para crear imágenes de la próstata. Aunque es menos precisa que la resonancia magnética, la ecografía transrectal se utiliza a menudo para guiar la biopsia y proporcionar una descripción general de la glándula.
- **Escala de Gleason:** Una vez diagnosticado, el cáncer se clasifica según la “puntuación de Gleason”, que mide la agresividad de las células cancerosas. Esta puntuación se determina a partir de la biopsia y ayuda a guiar las decisiones de tratamiento.

¿Cuáles son las etapas del cáncer de próstata?



El cáncer de próstata se clasifica en diferentes etapas según el tamaño del tumor, su extensión y el grado de agresividad de las células cancerosas. La clasificación por estadios es fundamental para definir el tratamiento adecuado y determinar el pronóstico del paciente. El sistema más común para clasificar los estadios del cáncer de próstata es el TNM (Tumor, nódulos y metástasis), que evalúa el tamaño del tumor (T), la afectación ganglionar (N) y la presencia de metástasis (M). Además, la escala de Gleason se utiliza para medir la agresividad del tumor.

- **Etapa I:** es pequeño y está confinado a la próstata. No se puede sentir durante un examen rectal digital y no es visible en pruebas de imagen. No hay diseminación a los ganglios linfáticos ni metástasis.

- **Etapa II:** (localmente avanzado) confinado a la próstata, pero puede detectarse durante examen rectal digital o ser visible en pruebas de imágenes. El tumor puede ser un poco más grande

que en la etapa I. Aún no hay diseminación a los ganglios linfáticos ni metástasis.

- **Etapa III:** (localmente avanzado): el cáncer se ha expandido más allá de la cápsula prostática y puede haber invadido los tejidos circundantes, como las vesículas seminales, pero no ha llegado a órganos distantes. Puede haber afectación de los ganglios linfáticos, pero a menudo todavía se limita al área alrededor de la próstata.

Normalmente la escala de Gleason está entre 7 y 10, lo que sugiere un tumor más agresivo y de rápido crecimiento.

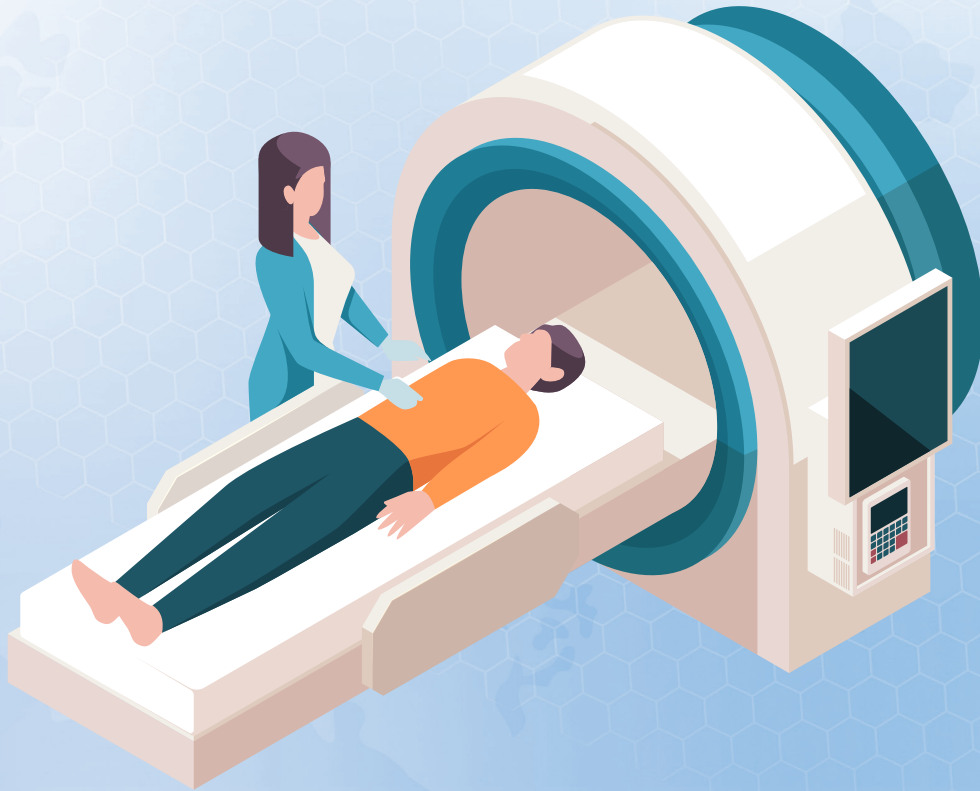
- **Etapa IV:** Cáncer metastásico, que se ha diseminado a otras partes del cuerpo además de la próstata y los ganglios linfáticos cercanos, de tamaño variable, que puede afectar o no a los ganglios linfáticos, con presencia de metástasis generalmente en los huesos, pulmones, hígado o cerebro.

El estadio del cáncer de próstata es uno de los factores más importantes a la hora de decidir el tratamiento y predecir el pronóstico. Las etapas tempranas (I y II) suelen tener buenas posibilidades de curarse con cirugía o radioterapia, mientras que las etapas más avanzadas (III y IV) pueden requerir tratamientos más agresivos, como terapia hormonal o quimioterapia.

¿Qué pruebas diagnósticas son necesarias realizarse?



El diagnóstico del cáncer de próstata implica una serie de pruebas y procedimientos para detectar anomalías en la glándula y confirmar la presencia de células cancerosas. Los principales exámenes utilizados son:



- **PSA**, análisis de sangre que mide los niveles de PSA, una proteína producida por la próstata.
- **Toque rectal.**
- **Biopsia de próstata.**
- **Ultrasonido transrectal.**
- **Resonancia magnética.**
- **Tomografía computarizada (TC);**
- **Gammagrafía ósea**, prueba de imagen que evalúa si el cáncer de próstata se ha extendido a los huesos.
- **PET-CT con PSMA**, Prueba de imagen especializada que combina la tomografía por emisión de positrones (PET) con la tomografía computarizada (CT) para detectar células cancerosas.

¿Todos los cánceres de próstata necesitan tratamiento inmediato?



No todos los cánceres de próstata necesitan tratamiento inmediato, la decisión de tratar el cáncer de próstata depende de varios factores, entre ellos la etapa del cáncer, el nivel de agresividad, la salud general del paciente y la esperanza de vida. Algunos cánceres de próstata crecen tan lentamente que es posible que nunca causen problemas de salud importantes durante la vida del paciente. En este caso, puede preferirse la **vigilancia activa** en lugar del tratamiento inmediato.

¿Cuándo se recomienda el tratamiento?

Cáncer de próstata localmente avanzado o agresivo:

estos cánceres tienen más probabilidades de crecer y diseminarse, lo que representa un riesgo para la vida. Generalmente se recomienda un tratamiento, como cirugía (prostatectomía radical), radioterapia o terapia hormonal, para extirpar o controlar el cáncer.

Cáncer de próstata avanzado o metastásico:

el cáncer metastásico requiere tratamiento para controlar su propagación y aliviar los síntomas, pero rara vez es curable. El tratamiento puede incluir terapia hormonal, quimioterapia, radioterapia y, en algunos casos, inmunoterapia para prolongar la vida y mejorar la calidad de vida.

¿Cuáles son las opciones de tratamiento?



Las opciones de tratamiento para el cáncer de próstata varían según la etapa de la enfermedad, el grado de agresividad del tumor, la edad del paciente y el estado de salud general. Estas son las principales opciones de tratamiento:

- **Vigilancia activa:** el paciente es monitoreado regularmente con pruebas de PSA, tacto rectal y biopsias para comprobar si el cáncer está progresando. El tratamiento sólo se inicia si hay signos de crecimiento o mayor agresividad.
- **Prostatectomía radical (cirugía):** Cirugía para extirpar toda la próstata y, en algunos casos, los ganglios linfáticos cercanos. Puede realizarse de forma abierta (incisión en el abdomen) o mínimamente invasiva (laparoscópica o robótica).
- **Radioterapia:** haz de radiación dirigido a la próstata desde fuera del cuerpo.
- **Terapia hormonal (privación de andrógenos):** reduce los niveles de testosterona, lo que impulsa el crecimiento de las células cancerosas de próstata. Se realiza con medicamentos que bloquean la producción de hormonas o con cirugía para extirpar los testículos (Orquiectomía).
- **Quimioterapia:** Utiliza medicamentos para destruir las células cancerosas. Se administra en ciclos y puede combinarse con otros tratamientos.
- **Inmunoterapia:** estimula el sistema inmunológico del paciente para atacar las células cancerosas.
- **Terapia con radionúclidos:** utiliza compuestos radiactivos que se inyectan en la sangre y se concentran en los huesos, donde liberan radiación para destruir las células cancerosas.
- **Terapias focales:** técnicas que tienen como objetivo destruir sólo la parte de la próstata afectada por el cáncer.
- **Orquiectomía:** Cirugía para extirpar los testículos, la principal fuente de testosterona en el cuerpo.

¿Cuáles son los efectos secundarios del tratamiento?



Los tratamientos para el cáncer de próstata pueden provocar una serie de efectos secundarios, que varían según el tipo de tratamiento elegido, el estado de salud general del paciente y la etapa del cáncer. Los principales efectos secundarios asociados con los diferentes tipos de tratamiento son:

CIRUGÍA

(PROSTATECTOMÍA RADICAL)

incontinencia urinaria, disfunción eréctil (impotencia), acortamiento del pene y problemas intestinales.

QUIMIOTERAPIA

náuseas y vómitos, fatiga, caída del cabello, mayor riesgo de infecciones, llagas en la boca y encías, cambios en el gusto.

RADIOTERAPIA

incontinencia urinaria, disfunción eréctil (impotencia), acortamiento del pene y problemas intestinales.

INMUNOTERAPIA

fiebre y escalofríos, dolores articulares y musculares, dolor de cabeza, fatiga.

TERAPIA HORMONAL

sofocos, disminución de la libido, disfunción eréctil, pérdida de masa muscular y aumento de grasa corporal, osteoporosis, fatiga, cambios de humor y depresión, anemia.

TERAPIA CON RADIONÚCLIDOS (RADIO - 223)

fatiga, disminución de las células sanguíneas, náuseas y diarrea.

La comunicación abierta con su médico es esencial para controlar y mitigar estos efectos, así como para adaptar el tratamiento según sea necesario.

¿Qué se debe considerar en relación a los hábitos saludables y los factores de riesgo del cáncer de próstata?



Qué está relacionado con hábitos saludables y factores de riesgo de cáncer de próstata:



Mantener una dieta saludable

Consuma una variedad de frutas, verduras, cereales integrales y grasas saludables, limitando el consumo de carnes rojas o procesadas. Los estudios sugieren que el consumo regular de tomates y productos a base de tomate (licopeno) puede estar asociado con un menor riesgo de cáncer de próstata.



Mantener un peso saludable

La obesidad se asocia con un mayor riesgo de cáncer de próstata agresivo. Mantener un peso saludable mediante una dieta equilibrada y ejercicio es fundamental.



Ejercicio regular

El ejercicio regular no sólo ayuda a mantener un peso saludable, sino que también puede mejorar la salud general y reducir el riesgo de padecer varias enfermedades, incluidos algunos tipos de cáncer. Se recomiendan al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada por semana.



Exámenes de detección regulares

Hable con su médico sobre cuándo y con qué frecuencia debe realizarse pruebas de PSA y exámenes rectales digitales. La detección temprana puede ayudar a identificar cánceres en etapas más tempranas, que pueden tratarse más fácilmente;



Suplementación de nutrientes

Algunos estudios sugieren que el consumo de ácidos grasos omega-3, que se encuentran en pescados como el salmón y las sardinas, puede estar asociado con un riesgo reducido de cáncer de próstata.



Manejar el estrés

El estrés crónico puede tener un impacto negativo en la salud general. Las prácticas de manejo del estrés, como la meditación, el yoga y los ejercicios de respiración, pueden resultar beneficiosas.



Evitar el tabaquismo y el exceso de alcohol

¿Cuáles son las posibilidades de recaída después del tratamiento?



Las posibilidades de sobrevivir al cáncer de próstata varían según la etapa del diagnóstico, la agresividad del tumor y otros factores de salud del paciente. Sin embargo, en general, el cáncer de próstata tiene una alta tasa de supervivencia, especialmente cuando se detecta a tiempo. Además de la etapa del cáncer, otros factores pueden influir en las posibilidades de supervivencia, entre ellos:

Edad del paciente	Escala de Gleason	Nivel de PSA	Respuesta al tratamiento
Los pacientes más jóvenes tienden a tener un mejor pronóstico.	Una puntuación de Gleason más alta indica un tumor más agresivo, lo que puede reducir las posibilidades de supervivencia.	Un nivel de PSA más alto puede indicar un cáncer más agresivo o avanzado.	La forma en que el cáncer responde a tratamientos como la cirugía, la radioterapia o la terapia hormonal puede afectar las tasas de supervivencia.

En resumen, el cáncer de próstata generalmente tiene una tasa de supervivencia muy alta, especialmente cuando se diagnostica en etapas tempranas. Para los casos metastásicos, el tratamiento es más complejo, pero aún existen opciones que pueden prolongar la vida y mejorar la calidad de vida. Consultar a su médico con regularidad para realizar pruebas de PSA y evaluar riesgos es esencial para garantizar un diagnóstico temprano y las mejores posibilidades de tratamiento.

ABRE TU **y** ABRAZA
CORAZÓN ESTA CAUSA



 **eurofarma**

TODOS JUNTOS APOYANDO LA PRECENCIAIÓN.
TODOS JUNTOS APOYANDO A LA VIDA.