

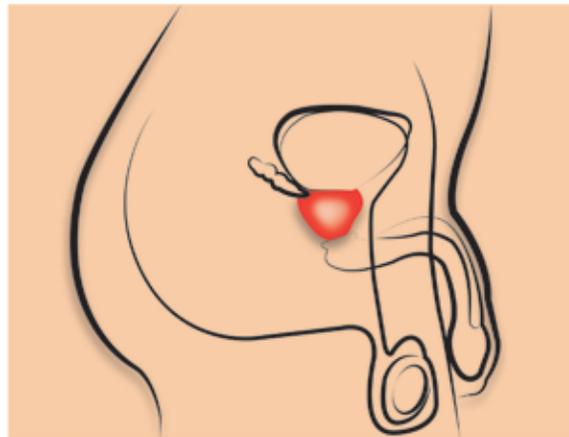


## Ficha técnica sobre prevención de cáncer de próstata

Objetivo específico: Reducir la incidencia y morbilidad por cáncer de próstata.

### Concepto

Crecimiento anormal y desordenado de las células, iniciando en la región posterior de la glándula prostática hasta formar un tumor maligno, que tiene la capacidad de invadir otros órganos.



### Origen

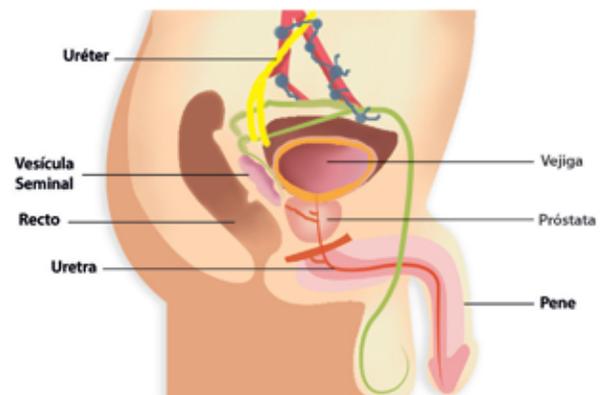
La causa precisa del cáncer de próstata es desconocida hasta el momento.

### Manifestaciones clínicas

- Retardo o dificultad para iniciar la micción.
- Disminución del grosor y de la fuerza del chorro de orina.
- Intermittencia del chorro de orina y goteo posmiccional.
- Sensación de vaciado incompleto de la vejiga.
- Retención aguda de orina.
- Imperiosa necesidad de orinar, urgencia urinaria.
- Aumento de la frecuencia urinaria, principalmente durante la noche (nicturia).
- Incontinencia urinaria de esfuerzo y por rebosamiento.
- Dolor o ardor al orinar (disuria).
- Presencia de sangre en la orina (hematuria).
- Presencia de sangre en el semen (hemospermia).
- Dificultad para lograr una erección (impotencia).

### Factores de Riesgo

- Alimentación de origen animal, rica en grasas (principalmente carnes y productos lácteos, al consumirse en grandes cantidades y frecuentemente).
- Falta de ingesta de vegetales: brócoli, tomates, frutas y cereales.
- Herencia: cuando un familiar de primer grado (padre, hermano) padece un cáncer prostático, se duplica el riesgo de adolecer la enfermedad.
- Edad avanzada: la mayoría en personas arriba de 65 años.
- Obesidad: Mayor riesgo de padecer cáncer de próstata.
- Prostatitis: la inflamación prostática crónica.





## Ficha técnica sobre prevención de cáncer de próstata



### Recomendaciones

- Practicar estilos de vida saludables.
- Realizar ejercicio.
- Identificar factores de riesgo.
- Acudir a la atención médica al aparecer sintomatología de próstata.
- Cumplir con las indicaciones brindadas en la atención médica.
- Realizarse los exámenes médicos y de gabinete que se le indican.
- Asistir a las citas programadas.
- Atender las indicaciones de tratamiento.

### Prevención

- Orientación hacia estilos de vida saludables.
- Conocimiento de factores de riesgo del cáncer prostático.
- Educación sobre sintomatología de la enfermedad.
- Información sobre la importancia de los chequeos médicos, si el hombre tiene factores de riesgo o presenta sintomatología sugestiva de enfermedades prostáticas.
- Identificar a los hombres de 55 a 69 años con factores de alto riesgo de cáncer de próstata o mayores de 70 años sintomáticos, para ofrecerles los servicios de detección temprana de este cáncer.
- Dar consejería a los hombres de 40 años o más, con factores de alto riesgo de cáncer de próstata y orientarles para que modifiquen estilos de vida no saludables.