

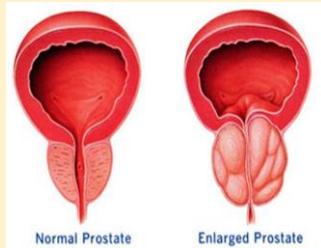
# PERLAS DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE PROSTATA- PARA PACIENTES

## QUE ES LA PREVENCIÓN EN GENERAL

La prevención del cáncer consiste en las medidas que se toman para reducir la probabilidad de enfermarse de cáncer, reduciendo el número de casos nuevos y así el número de muertes por cáncer. Las siguientes son las diferentes formas de prevenir el cáncer que están en estudio: Cambiar el estilo de vida o los hábitos de alimentación; evitar las cosas que se sabe causan cáncer y tomar medicamentos para tratar una afección precancerosa o para evitar que comience el cáncer.

## INFORMACIÓN GENERAL SOBRE EL CÁNCER DE PROSTATA. PUNTOS IMPORTANTES.

- **Es una enfermedad por la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la Próstata.**  
La próstata es una glándula en el aparato reproductor masculino. Está justamente debajo de la vejiga (el órgano que recoge y vacía la orina) y en frente del recto (la parte inferior del intestino). Es casi del tamaño de una nuez y rodea parte de la uretra (el tubo que vacía la orina de la vejiga). La glándula prostática produce un líquido que forma parte del semen. A medida que los hombres envejecen, la próstata se puede volver más grande. A veces una próstata más grande obstruye el flujo de orina de la vejiga y causa problemas de la función sexual. Esta afección se llama Hiperplasia prostática benigna (HPB); que no es un cáncer, pero se puede necesitar cirugía para corregirla. Los síntomas de la HPB u otros problemas de la próstata se parecen a los del cáncer de próstata. Una próstata normal no obstruye el flujo de la orina desde la vejiga. El agrandamiento de la próstata ejerce presión sobre la vejiga y la uretra y obstruye el flujo de la orina.
- **El cáncer de próstata es el segundo cáncer más común en los hombres de los EEUU:**  
Es más común en los hombres de edad avanzada. En EEUU, aproximadamente 1 en 5 hombres recibirán un diagnóstico de cáncer de próstata. La mayoría de los hombres con diagnóstico de cáncer de próstata no mueren por esta causa.



## PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE P. PUNTOS IMPORTANTES :

- **Evitar Los Factores De Riesgo Y Aumentar Los Factores De Protección Pueden Ayudar A Prevenirlo.**
- **Los siguientes factores de riesgo aumentan las probabilidades de cáncer de próstata:**
  - Edad: Aumenta con la edad de los hombres. Es poco frecuente en menores de 50 años.
  - Antecedentes familiares de cáncer de próstata: Un hombre cuyo padre, hermano o hijo ha presentado cáncer de próstata tiene un riesgo más alto que el promedio, de este cáncer.
  - Raza: Se presenta con mayor frecuencia en hombres afroamericanos que en hombres de raza blanca. Los afroamericanos con cáncer de próstata son más propensos a morir por esta enfermedad que los hombres de raza blanca.
  - Hormonas: la próstata necesita hormonas masculinas para funcionar de manera correcta. La Testosterona es la principal hormona masculina. Esta ayuda al cuerpo a desarrollarse y a mantener las características sexuales masculinas. Una enzima del cuerpo convierte la Testosterona en Dihidrotestosterona (DHT), que es importante para el crecimiento normal de la próstata, pero también puede hacer que esta se vuelva más grande y desempeñar una función en la evolución del cáncer de próstata.
  - Vitamina E: En el ensayo de prevención del cáncer con Selenio y Vitamina E, se encontró que tomar vitamina E sola aumenta el riesgo de cáncer de próstata. El riesgo se mantuvo incluso después de que los hombres dejaran de tomar Vitamina E.
  - Ácido fólico: El folato es una especie de Vitamina B que contienen naturalmente algunos alimentos, como las verduras, los frijoles y el jugo de naranja. El ácido fólico es una forma de folato producida por el hombre que se encuentra en complementos vitamínicos y alimentos fortificados, como panes y cereales integrales. En un estudio que duró 10 años., se mostró que el riesgo de cáncer de próstata aumentó en los hombres que tomaban complementos de ácido fólico de 1.0 miligramo. Sin embargo, el riesgo de cáncer de próstata fue menor en los hombres que consumieron suficiente folato en su alimentación.
  - Productos Lácteos y Calcio: Produce un aumento leve en el riesgo de cáncer de próstata.
- \* **Los siguientes factores de protección pueden disminuir el riesgo de cáncer de próstata:**
  - **FOLATO:** Leer lo referente al ácido fólico arriba.
  - **Finasterida y Dutasterida :** Son medicamentos que se usan para disminuir la cantidad de hormonas sexuales masculinas elaboradas por el cuerpo. Estos medicamentos impiden la acción de la enzima que convierte la Testosterona en Dihidrotestosterona (DHT). Las concentraciones de DHT más altas que lo normal parece que desempeñan una función en la evolución del cáncer de próstata. Se ha mostrado que tomar Finasteride o Dutasteride disminuye el riesgo de cáncer de próstata, pero no se sabe si estos medicamentos disminuyen el riesgo de muerte por este cáncer.

**- Mencionaremos , los ensayos con Finasteride y Dutasteride, en la prevención del Cáncer:**

...PCPT ( Prostate Cancer Prevention Trial) : se estudió si el Finasteride puede prevenir el cáncer de próstata en hombres sanos de 55 años ó más: Hubo menos casos de cáncer; el número de muertes por cáncer fue el mismo y los efectos secundarios (disfunción eréctil, pérdida del deseo sexual, y mamas agrandadas) fue mayor que en los que no tomaron. Los que tomaron Finasteride los tumores de cáncer de próstata fueron más agresivos.

....REDUCE ( Reduction by Dutasteride of Prostate Cancer Events Trial): se estudió si el Dutasteride logra prevenir el cáncer de próstata en los hombres de 50 a 75 años con riesgo más alto de la enfermedad. Se mostró que hubo menos casos de cáncer de próstata en el grupo que lo tomó. El número de cánceres menos agresivos se redujo, pero no el número de cánceres de próstata más agresivos. Informaron de más efectos secundarios que los que no la tomaron: disfunción sexual, pérdida del deseo sexual, disminución de la producción de semen y crecimiento de las mamas en los hombres.

**- No se ha comprobado si los siguientes aspectos son factores de riesgo para el cáncer de próstata o se desconocen sus efectos en el riesgo de este tipo de cáncer:**

Selenio y Vitamina E: Se mostró que tomar Selenio solo o con Vitamina E no disminuyó el riesgo de cáncer de próstata.

Alimentación: Se desconoce si la disminución de la grasa y el aumento de las frutas y las verduras en la alimentación ayuda a disminuir el riesgo de cáncer de próstata o muerte por este cáncer.

Multivitamínicos: No se ha probado que el consumo regular de éstos, aumente el riesgo de cáncer de próstata temprano o localizado. Sin embargo, en un estudio grande se mostró un aumento del riesgo de cáncer de próstata avanzado en los hombres que tomaron multivitamínicos más de siete veces por semana.

Licopeno: Se ha probado que tomar complemento de licopeno disminuya el riesgo de cáncer.

**- Los ensayos clínicos de prevención sirven para estudiar formas de prevenir el cáncer:** el objetivo es determinar si las acciones que toman las personas previenen el cáncer. Entre estas acciones se incluye comer frutas y vegetales, hacer ejercicio, dejar de fumar, o tomar ciertas medicinas, vitaminas, minerales o complementos alimentarios.

**- Hay nuevas formas de prevenir el cáncer de próstata que están en estudio en ensayos clínicos.**

-----  
Sinopsis elaborada en el Depto de Certificación Hospitalaria y Protocolos-CSS-Panama. Referencia: NIH National Cancer Institute.

<https://www.cancer.gov/espanol/tipos/prostata/paciente/prevencion-prostata-pdq>. Mayo 30/2019.

