

Noviembre Azul: hombres en la lucha contra el cáncer de próstata.

La detección temprana es la acción fundamental en la lucha contra el cáncer de próstata.

Este cáncer es un tumor que se da con mayor frecuencia entre los hombres mayores de 40 años. Cuando comienza no genera molestia alguna ni síntomas, he ahí la importancia de que todos los hombres se hagan revisiones médicas periódicas para detectarlo de manera oportuna.

¿Qué es la próstata?

- Es una pequeña glándula sexual masculina, del tamaño de una nuez.
- Sirve para la formación del líquido seminal, que forma parte del semen o espermatozoides.
- Rodea a la uretra donde se conecta ésta a la vejiga, por ello, cuando la próstata crece, hay dificultad en orinar o en las relaciones sexuales.



Las **medidas preventivas** incluyen alimentación sana rica en vitaminas A, C, D y E (melón, tomate, proteínas de soja, té verde), bajo consumo de carnes rojas, ejercicios físicos y realizarse los estudios para detección temprana.

En etapas más avanzadas, **los síntomas** podrían manifestarse como dificultad para orinar (iniciar o detener el chorro de la orina, dolor o ardor), necesidad de orinar con frecuencia especialmente por las noches, chorro de orina débil, sangre en la orina o semen, dificultad para lograr una erección, dolor de espalda o cadera.



Existen tres métodos para realizar un **diagnóstico**. El tacto rectal es sin duda el que mayor tabú social genera, pero es fundamental comprender que esto es un procedimiento médico que puede salvar la vida de millones de hombres en todo el mundo. Este procedimiento debe incluirse como parte del chequeo físico anual, y en caso que el médico encuentre masas sospechosas o texturas anormales se realizaran otros estudios como el PSA que consiste en un análisis de sangre. La única manera de determinar si una masa sospechosa es cáncer de próstata es examinando microscópicamente a través de una biopsia de próstata.

Es recomendable que los hombres con antecedentes familiares de cáncer de próstata se realicen estos estudios a partir de los 35 años, ya que tienen el doble de posibilidades de padecer este mal.

¡El cáncer de próstata puede curarse cuando se detecta a tiempo, consulte a su médico periódicamente!