CÁNCER DE PRÓSTATA

Por Dr. Ray Manneh Kopp
@raymanneh www.sohec.com.co

Estadísticas, Factores de riesgo y prevención.

El cáncer de próstata es la segunda neoplasia más frecuentemente diagnosticada en varones en Europa y América. En nuestro país el cáncer de próstata se sitúa como la enfermedad más incidente en hombres y, dependiendo de la fuente consultada, se ubica entre la segunda y tercera causa de muerte por cáncer en el sexo masculino. Los factores de riesgo son:

- ***La edad avanzada.***
- ***La raza negra.***
- ***Factores genéticos/hereditarios.***
- ***Dieta baja en frutas y verduras.***

Como estrategias para prevenir esta enfermedad se ha encontrado que mantener estilos de vida saludable, un peso adecuado, no fumar, hacer ejercicio entre 3 y 4 horas a la semana y llevar una dieta balanceada limitando el consumo excesivo de carnes rojas, reduce el riesgo de padecerla. A la fecha no hay medicamentos, complejos vitamínicos u otros complementos alimentarios, que hayan demostrado reducir el riesgo de padecer esta enfermedad.

Para la detección temprana de esta enfermedad, lo cual es imprescindible para lograr su curación, se recomienda, la medición del antígeno prostático específico (PSA) para mayores de 50 años o de 45 años en aquellas personas que tengan historia familiar significativa de mayor riesgo (consultar a su médico).

El cáncer de próstata, de manera habitual se sospecha, ante la presencia de niveles elevados del antígeno prostático específico.

En países del primer mundo, casi el 90% de los pacientes, se diagnostica en estadios localizados de la enfermedad. En pacientes con acceso reducido a estrategias de detección temprana, los síntomas pueden ser:

- ***Ardor para orinar.***
- ***Orinar muchas veces, poca cantidad.***
- ***Tener urgencia para orinar.***
- ***Sangrado con la orina.***
- ***Orinar varias veces en la noche.***

Ante cualquiera de estos síntomas, se recomienda acudir al médico para establecer un plan diagnóstico y un tratamiento. La mayoría de las veces, no se tratará de cáncer, pero, es fundamental consultar para detectar a tiempo.

La gran mayoría de las personas que se diagnostican a tiempo, logran la curación, es importante que las personas, sean conscientes de esta enfermedad, exijan atención médica de manera preventiva y consulten de manera oportuna ante la aparición de cualquier síntoma urinario.