

¿Cómo prevenir el cáncer de próstata?

- No fumar.
- Alimentarse saludablemente.
- Hacer ejercicio físico de forma habitual.
- Consultar al médico con regularidad.
- De ser necesario, someterse a estudios prostáticos anualmente, a partir de los 40 años de edad. Solicita que tu médico te aplique el cuestionario de síntomas prostáticos.

Los métodos más comunes para detectar el cáncer de próstata son el examen rectal digital y la prueba de antígeno prostático específico en sangre.

¡El cáncer de próstata es curable si se detecta a tiempo!



DESCARGA Y COMPARTE



Mayor información:
**Instituto de Seguridad Social
del Estado de México y Municipios**
☎ 722 226 19 00, exts.: 135 10 61 y 135 10 64.

LA VERSIÓN DIGITAL
CE:000/O/000/00

¿Qué es el cáncer de próstata?

¿Qué es el cáncer de próstata?

Es el aumento anormal de células en la próstata, glándula que forma parte del aparato reproductor masculino. Al igual que otros tipos de cáncer, puede propagarse y llegar a causar la muerte.

- La próstata tiene el tamaño de una nuez y produce el líquido que transporta a los espermatozoides.
- Con la edad tiende a aumentar de tamaño y causar que la uretra se haga más estrecha y que el flujo de orina disminuya.

Toma nota:

Existen factores que favorecen este padecimiento:

- **Edad.** Los hombres mayores de 40 años tienen mayor probabilidad de desarrollar cáncer de próstata.
- **Raza.** Es más común en hombres afroamericanos que en blancos e hispanos.
- **Consumo de alcohol.** Tomar más de tres copas de vino o de cerveza diariamente.
- **Tabaquismo.** Fumar durante un largo periodo duplica el riesgo de padecer la enfermedad.
- **Obesidad.** Eleva el riesgo hasta 16 por ciento.
- **Enfermedades de transmisión sexual.** Episodios frecuentes favorecen su aparición, sobre todo en hombres latinos.
- **Dieta.** Consumo de alimentos con alto contenido en grasa animal o carne.
- **Diabetes.** Padecer enfermedades como cardiopatía isquémica o nefropatía diabética elevan hasta un 27% el riesgo de presentar cáncer de próstata.



- **Antecedentes familiares.** Los hombres con un familiar directo como padre, hermano o hijo que padece o padeció cáncer de próstata, tiene de dos a tres veces más probabilidades de contraer la enfermedad.

Síntomas:

- Flujo de la orina débil o interrumpido.
- Orinar con frecuencia, especialmente durante la noche.
- Dolor o ardor al orinar.
- Sangre en la orina.
- Dificultad para orinar.
- Dolor constante en la parte baja de la espalda, la pelvis o la parte superior de los muslos.

Si presentas alguno de estos síntomas, acude a la unidad médica que te corresponde para ser valorado por un médico. No te alarmes, ya que estos síntomas también pueden deberse a otra patología.