

# Vivir Mejor la Tercera Edad

## Problemas de la Próstata

*Juan se acaba de enterar que su amigo Stan tiene cáncer de la próstata. Muchos de los hombres que él conoce tienen algún tipo de problema con la próstata. Juan está preocupado por lo que le pudiera pasar a él.*

Es verdad que los problemas de la próstata son muy comunes después de los 50 años de edad. Las buenas noticias es que hay cosas que usted puede hacer.

### La próstata

La próstata es una glándula casi del tamaño de una nuez y rodea el tubo que conduce la orina al exterior desde la vejiga. Ésta se agranda y crece a medida que se envejece. Si la próstata se pone muy grande, podría causarle problemas de salud. La mayoría de los

problemas de la próstata no son cáncer. El tener un problema con la próstata no incrementa la posibilidad de contraer cáncer de la próstata.

Usted probablemente sepa cuando algo está mal con su próstata. Consulte a su doctor inmediatamente, si algo le parece a usted que no está bien. Algunas veces el doctor probablemente encuentre un problema del cual usted no se ha percatado, durante un chequeo de rutina o al practicarle un examen rectal. Usted probablemente necesite hacerse un examen especial de rayos X o escáner para chequear su próstata y el área circunvecina.

### Problemas comunes

Éstos son algunos ejemplos de los problemas de la próstata no cancerosos:

**Hiperplasia prostática benigna (BPH por sus siglas en inglés)** es cuando la próstata se ha agrandado, pero no es cancerosa. Es muy común en los hombres de edad avanzada. Una próstata agrandada puede hacerle difícil orinar o causar goteo después de orinar. Usted probablemente sienta la necesidad de orinar mucho, a menudo durante la noche.

El tratamiento para la BPH incluye:

- ◆ *Observación activa o espera vigilada.* Si sus síntomas no son tan malos, su doctor tal vez le diga que espere un tiempo

antes de empezar un tratamiento para ver si el problema empeora. Usted necesitará un chequeo médico cada año. Usted puede empezar un tratamiento más tarde si los síntomas empeoran.

- ◆ *Medicamentos.* Existen medicinas que relajan los músculos alrededor de la próstata para aliviar los síntomas o medicinas que ayudan a reducir el tamaño de la próstata. Hable con su doctor acerca de los posibles efectos secundarios.
- ◆ *Cirugía.* Si nada le ha funcionado, su doctor tal vez le sugiera una cirugía para ayudar el flujo de la orina. Hay muchos tipos de cirugía de la próstata. Hable con su doctor acerca de los riesgos. Los chequeos regulares son importantes después de una cirugía de BPH.
- ◆ *Otros tratamientos.* Algunas veces ondas de radio, microondas o rayos láser son usados para tratar los problemas causados por la BPH.

**Prostatitis aguda** es una infección bacterial. Usualmente empieza repentinamente. Puede causar fiebre, escalofríos o dolor en la parte baja de la espalda y en medio de las piernas. Puede ser que tenga dolores cuando usted orina. Consulte con su doctor inmediatamente. Él o ella le puede recetar una medicina para que se sienta mejor.

## **Prostatitis bacterial**

**crónica** es una infección que regresa una y otra vez. Este problema puede ser difícil de tratar. A veces tomar antibióticos

por un largo periodo de tiempo puede funcionar. Hable con su doctor acerca de otras cosas que usted puede hacer para que éstas le ayuden a sentirse mejor.

**Prostatitis abacteriana**, también conocida como síndrome de dolor crónico pélvico (CPPS por sus siglas en inglés), es un problema común de la próstata y ocurre a menudo en hombres jóvenes o de mediana edad. Causa dolor en la parte baja de la espalda, entre las piernas y en la punta del pene. Los hombres con este problema usualmente tienen eyaculaciones dolorosas y necesidad de orinar frecuentemente. A veces los antibióticos son beneficiosos. Esta condición es muy difícil de tratar y tal vez requiera más de un tratamiento.

## **Cáncer de la próstata**

El cáncer de la próstata es común entre los hombres de los Estados Unidos. Pero, muy pocos mueren a causa del cáncer de la próstata. El tratamiento para el cáncer de la próstata funciona mejor cuando la enfermedad la descubren

temprano y no se ha propagado a otras partes del cuerpo.

Las condiciones de contraer cáncer de la próstata son afectadas por su:

- ◆ *Edad.* Tener 50 años de edad o más incrementa la probabilidad de contraer cáncer de la próstata.
- ◆ *Raza.* El cáncer de la próstata es más común entre los hombres afro-americanos.
- ◆ *Historia familiar.* Si su papá o un hermano ha tenido cáncer de la próstata, es muy probable que usted lo padezca también.
- ◆ *Dieta.* Ingerir comidas altas en grasa con poco consumo de frutas y vegetales puede incrementar la probabilidad de contraer cáncer de la próstata.

## Diagnosticando el cáncer de la próstata

El cáncer inicial de la próstata usualmente no causa síntomas. Mientras el cáncer crece, tal vez se tenga problemas al orinar. Tal vez tenga usted que orinar frecuentemente, especialmente en la noche. Algunos hombres tienen dolor o ardor cuando orinan, sangre en la orina o en el semen, dolor en la espalda, las caderas o la pelvis y una eyaculación dolorosa.

Para averiguar si estos síntomas son causados por cáncer en la próstata,

su doctor le preguntará acerca de sus problemas médicos pasados. Él o ella realizará un examen físico. En el examen, su doctor palpará la próstata insertando un dedo encubierto con un guante en el recto para examinar y sentir áreas abultadas o endurecidas.

Su médico también puede ordenar un examen de sangre para verificar el nivel de antígeno prostático específico (PSA por sus siglas en inglés). Los niveles de antígeno prostático específico pueden ser altos en hombres que tienen la glándula de la próstata agrandada o cáncer en la próstata.

Si los exámenes demuestran que usted tal vez tenga cáncer, su doctor probablemente quiera confirmar esto realizando una biopsia. Él o ella tomará pequeñas partes del tejido de la próstata y buscará células cancerosas. Su doctor tal vez requiera hacer otra biopsia una vez más para chequear los resultados.

## Tratamiento del cáncer de la próstata

El tratamiento del cáncer de la próstata depende de si el cáncer está en una parte o en toda la próstata o si se ha propagado a otras partes del cuerpo. También depende de la edad y del estado de salud en general. Hable con su doctor acerca de las mejores opciones de tratamiento para usted.

Para el cáncer que no se ha propagado de la próstata a otras partes del cuerpo, su doctor podría sugerir:

- ◆ *Espera vigilada*, llamada también observación activa. Si el cáncer está creciendo lentamente sin causar problemas, usted podría decidir no empezar un tratamiento inmediatamente. En su lugar, su doctor realizará chequeos frecuentes para encontrar cambios en su condición. Los hombres de edad avanzada con otros problemas de salud usualmente escogen esta opción.
- ◆ *Cirugía*. El tipo más común de cirugía extirpa toda la próstata y tejidos cercanos. Así como en otras cirugías, existen riesgos. Hable con su doctor acerca de mantener su funcionalidad sexual.
- ◆ *Radioterapia*. Este tratamiento utiliza rayos X de alto-espectro para matar las células cancerosas y reducir el tamaño de los tumores. Hable con

su doctor acerca de los posibles efectos secundarios.

- ◆ *Terapia hormonal*. Los hombres que se someten a radioterapia pueden también ser tratados con bloqueadores hormonales. Esto se practica cuando se cree que el cáncer puede regresar. La terapia hormonal es también usada para el cáncer de la próstata que se ha propagado más allá de la próstata.

## Examen anual del PSA

Algunos doctores creen que los hombres de 50 años o más deberían someterse a exámenes anuales del PSA, pero otros no. Nosotros sabemos que este examen puede ayudar a detectar un cáncer antes de que cause algún síntoma, pero no estamos seguros si el examen PSA salva vidas. El examen del PSA puede encontrar pequeños tipos de cáncer que no crecen y no se propagan. No todos los tipos de cáncer de la próstata son de vida o

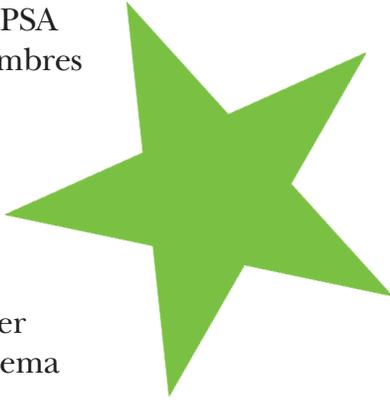
Usted puede obtener información sobre las opciones de tratamientos para el cáncer de la próstata llamando al Servicio de Información Sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer al 800-422-6237. Usted puede también visitar el sitio de Internet del NCI, [www.cancer.gov/espanol](http://www.cancer.gov/espanol). Usted puede encontrar información general sobre el cáncer de la próstata en [www.cancer.gov/espanol/pdq/tratamiento/prostata/patient](http://www.cancer.gov/espanol/pdq/tratamiento/prostata/patient).

muerte, y los tratamientos pueden causar efectos secundarios. Es por eso que algunos doctores prefieren la espera vigilada, hasta que existan las señales de que un tratamiento médico es necesario. Investigadores están estudiando formas de mejorar el examen del PSA, para que identifique solamente el tipo de cáncer que sí necesita un tratamiento. Medicare cubrirá los costos por los exámenes del PSA cada año a los hombres de 50 años o más.

## Prevención personal

Recuerde que lo siguiente puede ser señal de un problema en la próstata:

- ◆ Necesidad frecuente de orinar
- ◆ Necesidad de levantarse a menudo durante la noche para orinar
- ◆ Sangre en la orina o el semen
- ◆ Orinar con dolor o ardor
- ◆ Dificultad para orinar
- ◆ No poder orinar
- ◆ Eyaculación con dolor



- ◆ Frecuente dolor o rigidez en la parte baja de la espalda, las caderas, la pelvis o área del recto, o en la parte superior de los muslos
- ◆ Goteo urinario

Si usted tiene cualquiera de estos síntomas, consulte a su doctor inmediatamente.

## Para más información

Éstas son algunas de las fuentes de información:

**National Cancer Institute  
Cancer information Center  
(Instituto Nacional del Cáncer  
Servicio de Información sobre  
el Cáncer)**

800-422-6237 (Línea gratis)  
800-332-8615 (TTY/Línea gratis)  
*www.cancer.org/espanol*

**National Kidney and Urological  
Diseases Information Clearinghouse  
(Centro Nacional de Información  
sobre Enfermedades Urológicas  
y Renales)**

3 Information Way  
Bethesda, MD 20892-3580  
800-891-5390 (Línea gratis)  
301-654-4415  
*kidney.niddk.nih.gov/index\_sp.htm*

**National Library of Medicine  
MedlinePlus  
(Biblioteca Nacional de Medicina  
MedlinePlus)**

Haga una búsqueda sobre  
“Próstata”.

*www.medlineplus.gov/spanish*

**Agency for Healthcare Research and  
Quality Publications Clearinghouse  
(Centro de Información de la Agencia  
para la Investigación de los Cuidados  
de Salud y Publicaciones de Calidad)**

P.O. Box 8547

Silver Spring, MD 20907-8547

800-358-9295 (Línea gratis)

*www.ahrq.gov/consumer/espanoix.htm*

**American Cancer Society  
(Sociedad America del Cáncer)**

1599 Clifton Road, NE

Atlanta, GA 30329

800-227-2345 (Línea gratis)

404-320-3333

*www.cancer.gov/español*

**American Urological Association  
Foundation  
(Asociación y Fundación Urológica  
Americana)**

1000 Corporate Boulevard

Linthicum, MD 21090

866-746-4282 (Línea gratis)

410-689-3700

*www.auafoundation.org*

Para más información  
sobre la salud y  
el envejecimiento,  
comuníquese con:

**National Institute on Aging  
Information Center  
(Centro de Información del Instituto  
Nacional sobre el Envejecimiento)**

P.O. Box 8057

Gaithersburg, MD 20898-8057

800-222-2225 (Línea gratis)

800-222-4225 (TTY/Línea gratis)

*www.nia.nih.gov/Espanol*

Visite nuestro sitio de Internet en  
español para ordenar publicaciones  
o para suscribirse y recibir  
comunicados electrónicos.



**National Institute on Aging**

Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento  
Institutos Nacionales de la Salud  
Departamento de Salud y Servicios  
Humanos de los Estados Unidos

Mayo 2008

