

Pr e gunte a su doctor de Sinai

P. ¿Cómo tratan los doctores el cáncer de la próstata?

R. El cáncer de la próstata puede tratarse de muchas maneras. La elección depende de:

- Qué tan lejos se ha diseminado el cáncer.
- Con qué rapidez está creciendo.
- La edad del paciente.
- La salud general del paciente.

La intervención quirúrgica y la radioterapia a menudo se utilizan en etapas tempranas, cuando el cáncer sólo está en la próstata. La intervención quirúrgica puede eliminar el tumor. En la radioterapia se utilizan rayos de alta energía para matar a las células cancerosas.

El tratamiento con hormonas (hormonoterapia) se usa cuando el cáncer se ha diseminado fuera de la próstata. La intervención quirúrgica o los medicamentos pueden utilizarse para controlar las hormonas que hacen que el cáncer se disemine.

La quimioterapia se usa en etapas tardías, cuando la hormonoterapia ya no funciona. En la quimioterapia se utilizan fármacos potentes que atacan a las células cancerosas.

Cada tratamiento genera beneficios y efectos secundarios.

Los doctores a menudo combinan tratamientos, dependiendo de lo que el paciente necesita y desea.

P. ¿Los cambios de la dieta pueden ayudar a prevenir cáncer de la próstata?

R. Los doctores todavía están

investigando de qué modo influye la dieta sobre el riesgo de cáncer de la próstata. Hasta ahora, han encontrado que menos grasa y más vegetales y fruta pueden ayudar.

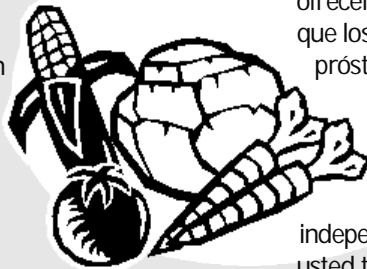
La mejor manera de mejorar su dieta es reducir el consumo de grasas de origen animal. Evite los cortes de carne grasosos. Estos incluyen en su mayor parte el cerdo: tocino, jamón y costillas, por ejemplo. También incluye casi todas las hamburguesas y otras clases de carne de res, así como todas las vísceras, incluso el hígado. Las mejores selecciones son el pollo, el pavo, el pescado o la carne magra de res.

Los productos lácteos también pueden contener mucha grasa de origen animal, y usted debe restringir su consumo. Empero, puede tomar tanta leche descremada como desee. Si no le gusta la leche descremada, pruebe la que contiene 1% de grasa. Asimismo, pruebe versiones de helado y queso con contenido reducido de grasa. En lugar de mantequilla, pruebe una de las muchas margarinas disponibles en el mercado. (Los fabricantes de alimentos siguen mejorándolas porque muchas personas desean disminuir la grasa en la dieta.)

Es fácil añadir vegetales y fruta a su dieta. Incluso usted no necesita cocinarlas: crudas, sea solas o en ensaladas, ofrecen las mismas vitaminas. Algunos estudios sugieren que los tomates pueden ayudar a prevenir cánceres de próstata y de otros tipos.

Una dieta con bajo contenido de grasa también puede ayudar a prevenir otras clases de cáncer.

Asimismo, ayuda a prevenir enfermedad del corazón. De modo que vale la pena intentarlo, independientemente de cuáles riesgos para la salud pueda usted tener.



Estudio de prevención de cáncer de próstata

El Hospital Mount Sinai está buscando varones saludables de 55 años de edad o más para el más grande estudio efectuado alguna vez sobre prevención del cáncer de la próstata, del National Cancer Institute.

Usted es elegible si:

- tiene 55 años de edad o más; 50 años de edad o más para varones de raza negra
- nunca ha tenido cáncer de próstata
- no ha padecido cualquier otro cáncer, salvo cáncer cutáneo no melanoma, en el transcurso de los últimos cinco años

- tiene buena salud en general.

En el estudio, que comprende 400 hospitales y más de 32 000 varones en Estados Unidos, Puerto Rico y Canadá, se están probando dos complementos de la dieta que podrían proteger contra el cáncer de la próstata.

Para obtener más información acerca del estudio, llame al **773-257-5237**.



Si usted necesita un doctor, llame al 1-888-AT-SINAI.

CÁNCER DE PRÓSTATA: LA DETECCIÓN TEMPRANA ES LA CLAVE

El cáncer de próstata es el segundo cáncer más frecuente en varones estadounidenses (después del cáncer cutáneo).

El principal factor de riesgo para el cáncer de próstata es la edad, puesto que predomina en varones de más de 55 años de edad.

Los varones afroamericanos tienen la tasa más alta de cáncer de la próstata en el mundo.

El cáncer de la próstata parece tener una tendencia a afectar a varios miembros de una familia.

Usted nada puede hacer acerca de su edad, raza o antecedentes familiares. Pero puede aumentar sus probabilidades de vencer la enfermedad por medio de detección temprana.

¿Cuáles son los signos?

La próstata, de alrededor del tamaño de una semilla de ciruela pasa, está localizada por debajo de la vejiga. El cáncer (y otras enfermedades) hacen que la próstata sea más grande que lo normal. Dado que la próstata agrandada puede ejercer presión sobre la vejiga, los varones pueden notar estos síntomas cuando orinan:

- Flujo débil de orina.
- Orinar frecuentemente por la noche.
- Dolor al orinar.
- Sangre en la orina.
- Dolor en la parte baja de la espalda o en las caderas.

Lawrence Feldman, MD, jefe del departamento de oncología (cáncer) del Hospital Mount Sinai, señala que

“el orinar frecuentemente no siempre significa cáncer, puesto que la próstata puede aumentar de tamaño tan sólo debido a la edad. Pero no corra riesgos. Si usted tiene cualesquiera de estos problemas, debe acudir con su doctor para un examen”.

El doctor le hará preguntas acerca de sus antecedentes familiares de cáncer, y realizará una prueba sanguínea. También palpará su próstata para buscar bolitas al insertar un dedo enguantado en el recto. Si percibe bolitas, es posible que utilice una aguja para obtener células de la próstata, de modo que pueda estudiarlas al microscopio. El examen podría parecer incómodo. Pero se completa con rapidez, y es el mejor método para detectar cáncer prostático temprano.

Si su doctor encuentra que usted tiene cáncer de la próstata, hablará con usted acerca de los métodos para tratarlo. Es posible que sugiera medicamentos, tratamiento con radiación, quimioterapia o intervención quirúrgica. La elección depende de la edad de usted y de la etapa del cáncer.

Algunos varones con cáncer de próstata no tienen síntomas al principio. De modo que es importante que se realicen exámenes con regularidad después de los 55 años de edad.

“En la actualidad, los doctores encuentran la mayor parte de los cánceres de la próstata por medio de exámenes rectales y pruebas sanguíneas, antes que aparezcan síntomas”, menciona el Dr. Feldman. “El pronóstico es excelente si se detecta el cáncer en esa etapa”.



¿Está usted buscando un doctor en su vecindario?
 Llame al 1-888-AT-SINAI o al (773) 257-6289 (TTY).