

PROGRAMA DE DETECCIÓN PRECOZ DE CANCER DE PRÓSTATA

El cáncer de próstata es uno de los tipos de cáncer más comunes en los hombres, especialmente a partir de los 50 años. Aunque puede ser de crecimiento lento y, en muchos casos, no causar síntomas significativos en las primeras etapas, existen formas más agresivas. Detectar la enfermedad a tiempo es crucial para un tratamiento eficaz.

En España, es el tipo de cáncer más común entre los hombres, el segundo en la población española, y constituye la tercera causa de mortalidad por cáncer en hombres, solo por detrás del de pulmón y cáncer colorrectal. En 2025, se estima que habrá alrededor de 32,188 nuevos casos de cáncer de próstata.

En las primeras fases del cáncer de próstata, el tumor puede ser asintomático o presentar síntomas obstructivos leves (disminución del calibre o interrupción del chorro de orina, aumento de la frecuencia de la micción sobre todo nocturna, dificultad para orinar o escozor durante la micción). En fases localmente avanzadas, los síntomas obstructivos son más claros y puede haber hematuria o signos de infección. En tumores avanzados, pueden aparecer edema en las piernas, dolores óseos y debilidad en las piernas debido a la compresión de la médula espinal.

No todo es cáncer, a medida que los hombres envejecen, la próstata puede agrandarse y bloquear la uretra o la vejiga. Esto puede ocasionar dificultad para orinar o interferir con la función sexual de la erección. El problema se conoce con el nombre de hiperplasia benigna prostática (HBP) que a menudo precisa de la cirugía para corregirlo y sus síntomas muy similares a los del cáncer.

La principal medida para la detección precoz del cáncer de próstata consta de una serie de fases: determinación de los **niveles en sangre de PSA, tacto rectal, ecografía transrectal /resonancia y biopsia**.

No existe en la actualidad un programa de detección precoz del cáncer de próstata, pero es recomendable ofrecerlo a hombres mayores de 50 años, menores de 45 años y antecedentes familiares, afroamericanos mayores de 45 años o portadores de mutación de BRCA2 desde los 40 años.

PSA (Antígeno prostático específico)

El **antígeno prostático específico (PSA)** de sus siglas en inglés es una proteína producida exclusivamente en la próstata que se segrega junto con el semen en altas concentraciones. El PSA es producido con el fin de licuar el semen eyaculado y permitir un medio para que los espermatozoides se movilicen libremente. La determinación del PSA en sangre es la prueba diagnóstica objetiva de mayor ayuda para establecer la sospecha de cáncer de próstata, siendo la prueba que posee mayor valor predictivo de la enfermedad.

Es importante comprender que los niveles altos de PSA también pueden ser causados por afecciones no cancerosas. Es decir, una prueba de PSA por sí sola no es suficiente para diagnosticar el cáncer de próstata. Hay que señalar que el PSA es específico de la glándula prostática, pero no de cáncer de próstata ya que puede encontrarse elevado por otras causas (prostatitis, infecciones, etc.).

Resultado positivo

Una determinación de PSA en la sangre que presenta un resultado normal no excluye totalmente la posibilidad de que exista un cáncer. El valor normal es el de 4 ng/ml, pero hay que tener en cuenta edad, tamaño prostático, niveles previos....

Si la prueba resultase positiva, quiere decir que hay que consultar con un urólogo y valorar la realización de nuevas pruebas y exploraciones. Le aconsejamos que acuda a su **centro de salud**.

Hay circunstancias previas que pueden aumentar el nivel de PSA:

- Tacto rectal previo a la extracción de la muestra analítica.
- Masaje prostático.
- Ecografía transrectal previa.
- Procesos infecciosos e inflamatorios de la próstata.
- Retención urinaria.
- Biopsias de próstata (hasta un mes antes)
- Hiperplasia benigna de próstata de gran volumen.
- Colocación de sonda vesical o procedimientos endoscópicos.
- Infecciones prostáticas

Resultado negativo

Una determinación de PSA en la sangre que presenta un resultado normal no precisa más pruebas, aunque no excluye totalmente la posibilidad de que exista un cáncer, ya que un pequeño porcentaje puede cursar sin elevación. Si presenta los síntomas asociados antes indicados, se recomienda consultar con su médico

Grupo SAMCA ofrece la realización de esta prueba durante los reconocimientos médicos periódicos a los varones con edades a partir de los 45 años con la que pretendemos avanzar en la protección, detección precoz y mejora de la salud de nuestro colectivo. Si alguna persona presenta síntomas o tiene historial familiar de cáncer de próstata, puede adherirse al programa.

Le recomendamos, además, llevar una dieta saludable y variada que incluya alimentos ricos en fibras como verduras, legumbres, fruta y cereales, evitar las carnes rojas y procesados, un consumo moderado de sal, grasas, azúcares y alcohol, así como evitar el tabaco.

Hacer ejercicio con regularidad, no solo fomenta el bienestar físico, mental y emocional, sino que además , junto a las recomendaciones anteriores, mantienen en buenas condiciones la salud de nuestro organismo y minimizar los riesgos de aparición de cáncer de próstata.