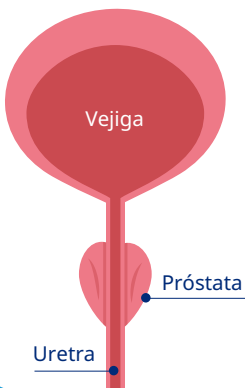


Noviembre Azul: ¡Los hombres también deben cuidarse!

Noviembre es el mes para alertar y orientar a los hombres acerca de la importancia de la prevención y el diagnóstico temprano del cáncer de próstata, así como para incentivar el autocuidado en relación con la salud en general.

Según datos del Observatorio Mundial del Cáncer (2020), la enfermedad es el segundo tipo de cáncer más común entre los hombres en América Latina. El riesgo aumenta significativamente después de los 50 años y con antecedentes familiares de la enfermedad.

Acerca de la próstata



Es una **glándula** que se encuentra en los hombres;

Se ubica **delante del recto y debajo de la vejiga**, rodeando la parte superior de la uretra;

Se **encarga de producir el líquido que forma parte del semen**.

El cáncer de próstata es el resultado del crecimiento celular anormal en la región, formando tumores.






Análisis de investigación

- 1** Tacto rectal: valoración del tamaño, forma y textura de la próstata;
- 2** Análisis de sangre PSA (Antígeno Prostático Específico): medición de la cantidad de proteína producida por la próstata.



Cabe mencionar que el tamaño de la próstata aumenta con la edad. Por este motivo, es fundamental que los hombres mantengan consultas periódicas, especialmente a partir de los 45 años.

En la fase inicial, la enfermedad casi no muestra signos, pero **es importante poner atención a algunos cambios**. Los más comunes son:

-  Dificultad para orinar
-  Disminución del flujo de orina
-  Presencia de sangre en la orina
-  Necesidad de orinar con más frecuencia
-  Dolor lumbar persistente

Adoptar prácticas saludables como una dieta equilibrada y actividad física, reduce el riesgo de padecer diversas enfermedades, entre ellas el cáncer de próstata.

La mejor atención es la prevención. ¡Hombre, visita a tu médico o urólogo y cuídate!