

# cáncer de próstata

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.



El cáncer se origina cuando las células del cuerpo comienzan a crecer en forma descontrolada. Las células de casi cualquier parte del cuerpo pueden convertirse en células cancerosas y luego se pueden extender a otras áreas del cuerpo.

## definición

- El cáncer se origina cuando las células del cuerpo comienzan a crecer en forma descontrolada. Las células de casi cualquier parte del cuerpo pueden convertirse en células cancerosas y luego se pueden extender a otras áreas del cuerpo.
- La próstata es una glándula que sólo tienen los hombres. Esta glándula produce parte del líquido que conforma el semen.
- La próstata está debajo de la vejiga (el órgano hueco donde se almacena la orina) y delante del recto (la última parte de los intestinos). Justo detrás de la próstata se encuentran las glándulas llamadas vesículas seminales, las cuales producen la mayor parte del líquido del semen. La uretra, que es el conducto que transporta la orina y el semen fuera del cuerpo a través del pene, pasa por el centro de la próstata.
- El tamaño de la próstata puede cambiar a medida que el hombre envejece. En los hombres más jóvenes, la próstata es del tamaño aproximado de una nuez. Sin embargo, puede ser mucho más grande

en hombres de más edad.

- Casi todos los cánceres de próstata son adenocarcinomas. Estos cánceres se desarrollan a partir de las células glandulares (las células que producen el líquido prostático que se agrega al semen).
- Otros tipos de cáncer que se pueden originar en la próstata son:
  - Carcinomas de células pequeñas.
  - Tumores neuroendocrinos (aparte de los carcinomas de células pequeñas).
  - Carcinomas de células transicionales.
  - Sarcomas.
- Estos otros tipos de cáncer de próstata son poco comunes. Si tu médico te dice que tienes cáncer de próstata es casi seguro que sea un adenocarcinoma.

## factores de riesgo

- Las y los investigadores han descubierto varios factores que pueden afectar el riesgo de que un hombre padezca cáncer de próstata:
- Edad. Es poco común que el cáncer de próstata afecte a los hombres menores de 40 años, pero la probabilidad de padecer cáncer de próstata aumenta rápidamente después de los 50 años.
- Raza/grupo étnico. El cáncer de próstata ocurre con más frecuencia en los hombres de raza negra y en hombres del Caribe con ascendencia africana que en los hombres de otras razas. Y cuando se desarrolla en estos hombres, ellos tienden a ser más jóvenes.
- Geografía. El cáncer de próstata es más común en Norteamérica y en la región noroeste de Europa, Australia, y en las islas del Caribe. Es menos común en Asia, África, Centroamérica y Sudamérica.
- Antecedentes familiares. Parece ser que el cáncer de próstata afecta

- más a algunas familias, lo cual sugiere que en algunos casos puede haber un factor hereditario o genético. Aun así, la mayoría de los cánceres de próstata ocurre en hombres que no tienen antecedentes familiares de este cáncer.
- Cambios genéticos. Varios cambios genéticos heredados (mutaciones) parecen aumentar el riesgo de padecer cáncer de próstata, pero probablemente son solo responsables de un pequeño porcentaje de casos en general. Otros cambios genéticos hereditarios también pueden aumentar el riesgo de un hombre de padecer cáncer de próstata.

Las y los investigadores han descubierto varios factores que pueden afectar el riesgo de que un hombre padezca cáncer de próstata:

Fuente:  
1. <https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-prostata/aerea/que-es-cancer-de-prostata.html>  
2. <https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-prostata/causas-riesgos-prevencion/factores-de-riesgo.html>  
3. [https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-prostata/deteccion-diagnostico-clasificacion-por-etapas/señales-sintomas.html](https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-prostata/causas-riesgos-prevencion/factores-de-riesgo.html)  
4. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/prostate-cancer/in-depth/prostate-cancer-prevention/art-20045641>  
5. Comunicado CEVECE No. 108, fecha: 07/05/2024.

La mayoría de los cánceres de próstata se descubren a tiempo, a través de la detección. Por lo general, el cáncer de próstata en etapa inicial no causa síntomas, los más avanzados a veces pueden causar síntomas, como:



## signos y síntomas

• La mayoría de los cánceres de próstata se descubren a tiempo, a través de la detección. Por lo general, el cáncer de próstata en etapa inicial no causa síntomas, los más avanzados a veces pueden causar síntomas, como:

- Problemas al orinar, incluyendo un flujo urinario lento o debilitado o necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente de noche.
- Sangre en la orina o el semen.
- Dificultad para lograr una erección (disfunción eréctil).
- Dolor en las caderas, la espalda (columna vertebral), el tórax (costillas) u otras áreas debido a que el cáncer se ha propagado a los huesos.
- Debilidad o adormecimiento de las piernas o los pies, o incluso pérdida del control de la vejiga o los intestinos debido a que el cáncer comprime la médula espinal.
- Es más probable que la mayoría de estos problemas sean por causa distinta al cáncer de próstata. Por ejemplo, la hiperplasia prostática

benigna (un crecimiento no canceroso de la próstata) causa dificultad para orinar con mucha más frecuencia que el cáncer. Aun así, resulta importante que usted le informe a su médico si presenta cualquiera de estos síntomas para que la causa se encuentre y se trate, de ser necesario. Algunos hombres podrían necesitar más pruebas para comprobar si hay cáncer de próstata.

• Algunos factores con menos efecto claro en el riesgo de cáncer de próstata son:

- Alimentación.
- Obesidad.
- Tabaquismo.
- Exposiciones a sustancias químicas.
- Inflamación de la próstata.
- Infecciones de transmisión sexual.
- Vasectomía.



Escoge una dieta con bajo contenido de grasa. Algunos de los alimentos que contienen grasas son las carnes, nueces, aceites y lácteos, como leche y queso.

## prevención

- Escoge una dieta con bajo contenido de grasa. Algunos de los alimentos que contienen grasas son las carnes, nueces, aceites y lácteos, como leche y queso. En algunos estudios, los hombres que comían la mayor cantidad de grasas por día presentaron un mayor riesgo de desarrollar cáncer de próstata. Esto no prueba que el exceso de grasa cause cáncer de próstata. Otros estudios no han encontrado esta asociación. Sin embargo, reducir la cantidad de grasa que comes por día tiene otros beneficios comprobados, como el control del peso y una mejor salud para el corazón.
- Aumenta la cantidad de frutas y verduras que comes cada día. Las frutas y verduras tienen muchas vitaminas y nutrientes que se cree que reducen el riesgo de desarrollar cáncer de próstata, aunque las investigaciones no han demostrado que ningún nutriente en particular garantice la reducción del riesgo.
- Reduce la cantidad de lácteos que consumes cada día. En algunos estudios se demostró que los hombres que consumían la mayor cantidad de lácteos (como leche, queso y yogur) por día presentaban el riesgo más alto de desarrollar cáncer de próstata. Sin embargo, los

resultados de los estudios han sido desiguales y se cree que el riesgo debido al consumo de lácteos es bajo.

- Mantener un peso saludable. Los hombres obesos (un índice de masa corporal o IMC de 30 o más) pueden presentar un mayor riesgo de presentar cáncer de próstata. Si tienes sobrepeso o eres obeso, esfuerzate para bajar de peso. Puedes hacerlo reduciendo el número de calorías que consumes por día y aumentando la cantidad de ejercicio que haces.
- Si tienes un peso saludable, dedícate a mantenerlo haciendo ejercicio la mayoría de los días de la semana y eligiendo una dieta saludable que sea rica en frutas, verduras y granos integrales.
- Haz ejercicio la mayoría de los días de la semana. Los estudios sobre el ejercicio y el riesgo de cáncer de próstata han demostrado que, en general, los hombres que hacen actividad física pueden tener menos probabilidades de desarrollar esta afección. El ejercicio tiene muchos otros beneficios para la salud y puede reducir el riesgo de presentar una enfermedad cardíaca y otros tipos de cáncer. El ejercicio puede ayudarte a mantener el peso o a perderlo.



En México, se ha convertido en el tipo de cáncer más letal entre los hombres, causando 9.8 muertes por cada 100 mil hombres. Si el padre o un hermano ha tenido cáncer de la próstata, el riesgo aumenta hasta 30%.



## en México

- En México, se ha convertido en el tipo de cáncer más letal entre los hombres, causando 9.8 muertes por cada 100 mil hombres. Si el padre o un hermano ha tenido cáncer de la próstata, el riesgo aumenta hasta 30%. La Secretaría de Salud Federal señala que, el cáncer de próstata es la primera causa de enfermedad y muerte para el hombre. Anualmente en México, alrededor de 25,000 casos de cáncer de próstata son detectados y en promedio 7,500 personas perderán la vida debido a este padecimiento.
- Datos del Instituto Nacional de Cancerología (INCan) señalan que el 70% de los pacientes con este tumor recibirán el diagnóstico en una etapa avanzada de la enfermedad, momento en el que hay pocas posibilidades de curación. Uno de los obstáculos para lograr un diagnóstico temprano es la renuencia al tacto rectal, procedimiento que es indispensable para su correcto diagnóstico. Algunos factores que se han visto relacionados con el cáncer de próstata es el consumo de carne roja y de lácteos, el tabaquismo, así como la obesidad, sobrepeso, diabetes e hipertensión.
- En el escenario mundial, el cáncer de próstata se mueve entre el lugar 1 y 3 en cuanto a incidencia según estimaciones del GLOBOCAN. En México en el 2020, se estimaron 42.2 casos de cáncer de próstata

por cada 100,000 habitantes. Esto quiere decir que en el 2020 se diagnosticaron aproximadamente 26,400 pacientes con cáncer de próstata. Estos 26,000 se suman a los casi 93,000 pacientes que ya tenían el diagnóstico de cáncer de próstata; es decir, a los casos prevalentes. Entonces, actualmente hay cerca de 110,000 hombres viviendo con un diagnóstico de cáncer de próstata. México tiene una incidencia de 139 por cada 100,000 y Estados Unidos de 400 por cada 100,000. La diferencia es que en Estados Unidos solamente el 12% van a estar en etapas avanzadas y en México este número aumenta.

- De acuerdo con el Boletín Epidemiológico Federal de la Secretaría de Salud Federal, para la Semana Epidemiológica (SE) 20 de 2024 (19 al 25 de mayo) a nivel nacional se registraron 2,257 casos de cáncer de próstata, las Entidades Federativas con más casos son: Jalisco (669), Oaxaca (147) y Ciudad de México (144).
- En el Estado de México, según el Boletín Epidemiológico del Instituto de Salud del Estado de México (ISEM) en la SE 20 de 2024 (12 al 18 de mayo), se registraron 40 casos y las Jurisdicciones con mayor número son: Ecatepec (11), Toluca (6) y Amecameca (5).

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

**Gobierno del Estado de México**  
**Secretaría de Salud**

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica  
y Control de Enfermedades  
Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,  
Toluca, Estado de México, C.P. 50150  
Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y  
realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)  
correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

