

## Recomendaciones para el cuidador y familiar



### Cáncer de Próstata

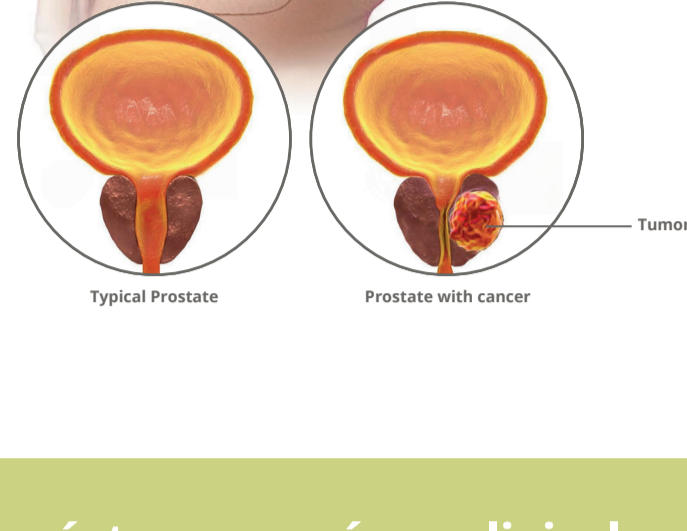
- ↓ Explicación breve y simple de la patología
- ↓ Relación entre síntomas y cómo aliviarlos
- ↓ Medicina complementaria



#### 1. Explicación breve y simple de la patología

El cáncer de próstata (CaP) es el cáncer que se forma en la próstata. En los hombres, la próstata es una glándula pequeña con forma de nuez, que produce el líquido seminal que nutre y transporta el espermatozoides. El cáncer de próstata es uno de los tipos más comunes de cáncer.<sup>3</sup>

El cáncer de próstata ocurre en la glándula prostática. En los hombres, esta glándula se encuentra justo debajo de la vejiga. Rodea la parte superior del conducto que drena la orina desde la vejiga, llamado uretra. Esta ilustración muestra una glándula prostática sana y otra con cáncer.<sup>3</sup>



#### 2. Relación entre síntomas y cómo aliviarlos

El cáncer de próstata puede no provocar signos ni síntomas en sus primeros estadios, sin embargo, cuando se encuentra más avanzado puede causar signos y síntomas como:<sup>3</sup>



**Problemas para orinar**



**Disminución en la fuerza del flujo de la orina**



**Sangre en la orina**



**Sangre en el semen**



**Dolor de huesos**



**Pérdida de peso sin intentarlo**



**Disfunción eréctil**

La vigilancia, la prostatectomía y la radioterapia se reconocen como tratamientos estándar para los pacientes con cáncer de próstata en estadios I a III. La ablación de andrógenos mediante castración quirúrgica o farmacológica puede llevar a una remisión duradera en los pacientes en la etapa IV y en aquellos de alto riesgo en la etapa III. En este caso, los antiandrogénicos de primera generación pueden ayudar. Sin embargo, en la etapa IV, se produce inevitablemente resistencia a la castración, caracterizada por mutaciones genómicas en el receptor de andrógenos, y el pronóstico es desfavorable.<sup>2</sup>

**Tabla 4.** Opciones comunes de tratamiento para el cáncer de próstata y posibles efectos adversos.<sup>2</sup>

Opción de Tratamiento	Enfermedad Progresiva	Posibles Efectos Adversos
Vigilancia Activa	Localizado	Incertidumbre sobre la enfermedad
Prostatectomía Radical	Localizado	Disfunción eréctil Incontinencia urinaria
Radiación de haz externo	Enfermedad localizada y avanzada	Urgencia y frecuencia urinaria, disuria, diarrea y proctitis Disfunción eréctil Incontinencia urinaria
Braquiterapia	Localizado	Urgencia y frecuencia urinaria, disuria, diarrea y proctitis Disfunción eréctil Incontinencia urinaria
Crioterapia	Localizado	Disfunción eréctil Incontinencia urinaria y retención Dolor y fistula rectal
Terapia hormonal	Avanzada	Fatiga Sofocos y efecto de rebote Hiperlipidemia Resistencia a la insulina Enfermedad cardiovascular Anemia Osteoporosis Disfunción eréctil Déficits cognitivos
Quimioterapia	Avanzada	Mielosupresión Reacción de hipersensibilidad Malestar gastrointestinal Neuropatía periférica

Las opciones de tratamiento para el cáncer de próstata dependen de varios factores, como la rapidez con la que crece el cáncer, si se ha diseminado y tu salud general, así como los posibles beneficios o efectos secundarios del tratamiento.

El cáncer de próstata de grado bajo quizás no necesite tratamiento inmediato. Para algunos, quizás nunca se necesite el tratamiento. En cambio, a veces, los médicos recomiendan la vigilancia activa.

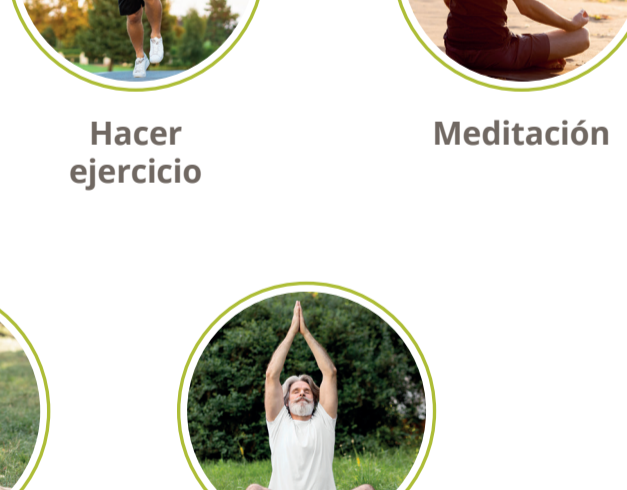
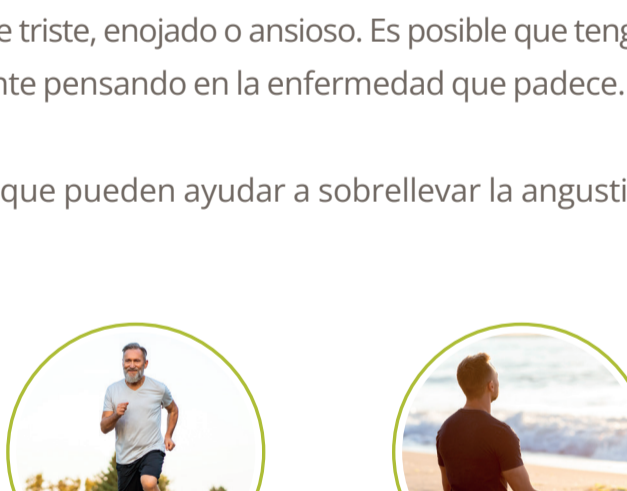
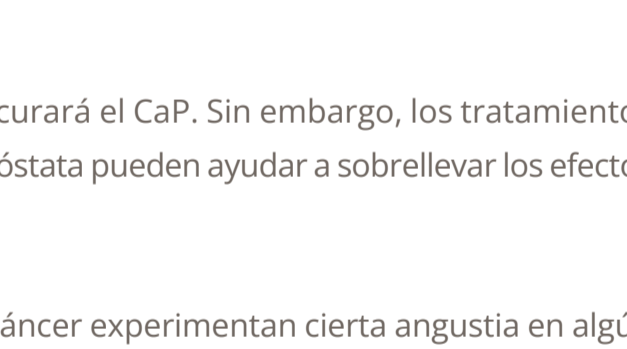
En esta, se pueden realizar análisis de sangre regulares de seguimiento, tactos rectales y biopsias de próstata, para controlar el avance del cáncer. Si los análisis muestran que el cáncer está progresando, se puede optar por un tratamiento para el cáncer de próstata, como la cirugía o la radiación.

La vigilancia activa puede ser una opción para el cáncer que no provoca síntomas, se espera que crezca muy lentamente y se limita a una pequeña zona de la próstata.

También se puede considerar la vigilancia activa para alguien que tiene otra afección de salud grave o que tiene una edad avanzada, lo que dificulta el tratamiento del cáncer.

La cirugía para el cáncer de próstata implica la extracción de la glándula prostática (prostatectomía radical), parte del tejido circundante y algunos ganglios linfáticos.

La cirugía es una opción para tratar el cáncer que está limitado a la próstata. A veces se recomienda, combinada con otros tratamientos, para tratar el cáncer de próstata avanzado.<sup>4</sup>

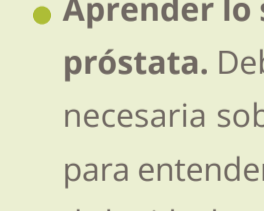


#### 3. Medicina complementaria

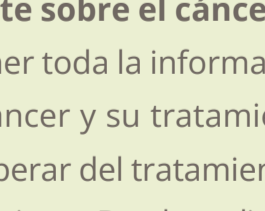
Ningún tratamiento complementario ni alternativo curará el CaP. Sin embargo, los tratamientos complementarios y alternativos contra el cáncer de próstata pueden ayudar a sobrellevar los efectos secundarios del cáncer y su tratamiento.

Casi todas las personas a las que se les diagnostica cáncer experimentan cierta angustia en algún momento. Si el paciente está angustiado, puede sentirse triste, enojado o ansioso. Es posible que tenga dificultades para dormir o se encuentre constantemente pensando en la enfermedad que padece.

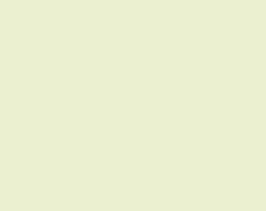
Existen varias técnicas de medicina complementaria que pueden ayudar a sobrellevar la angustia, incluyendo:<sup>4</sup>



**Terapia de arte**



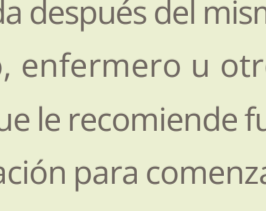
**Terapia de baile o de movimiento**



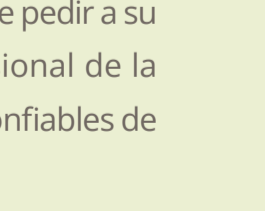
**Hacer ejercicio**



**Meditación**



**Terapia musical**



**Técnicas de relajación**



**Espiritualidad**

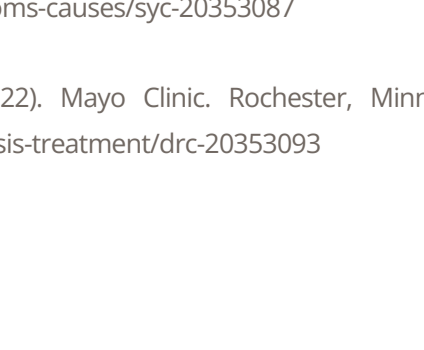
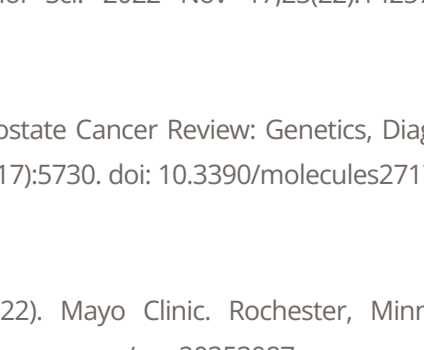
Es recomendable hablar con el médico sobre sus sentimientos y sus preocupaciones. En algunos casos, puede requerir medicamentos para controlar los mismos.

#### Estrategias de afrontamiento y apoyo

Cuando se le diagnostica CaP a una persona puede tener una variedad de sentimientos, como incredulidad, miedo, ira, ansiedad y depresión. Con el tiempo, cada persona encuentra su propia manera de afrontar un diagnóstico.

Hasta que el paciente encuentre la manera de afrontarlo, puede intentar:<sup>4</sup>

- **Aprender lo suficiente sobre el cáncer de próstata.** Debe obtener toda la información necesaria sobre su cáncer y su tratamiento para entender qué esperar del tratamiento y de la vida después del mismo. Puede pedir a su médico, enfermero u otro profesional de la salud que le recomiende fuentes confiables de información para comenzar.
- **Mantener cerca a sus amigos y familiares.** Sus amigos y familiares pueden brindar apoyo durante y después del tratamiento. Contar con un amigo cercano o miembro de la familia para hablar puede ser útil cuando se sienta estresado o abrumado.
- **Conectarse con otros sobrevivientes de cáncer.** Los amigos y familiares no siempre pueden entender lo que significa enfrentar el cáncer. Otros sobrevivientes de cáncer pueden proporcionar una red única de apoyo. Puede preguntar a los profesionales sanitarios sobre grupos de apoyo u organizaciones comunitarias que lo puedan conectar con otros sobrevivientes de cáncer.
- **Cuidarse a sí mismo.** Durante el tratamiento del cáncer, debe cuidarse a sí mismo comiendo una dieta rica en frutas y verduras. Debe intentar hacer ejercicio la mayoría de los días de la semana y asegurarse de dormir lo suficiente cada noche para despertar sintiéndose descansado.
- **Continuar con la expresión sexual.** Si experimenta disfunción eréctil, su reacción natural puede ser evitar todo contacto sexual. Sin embargo, debe considerar el contacto físico, abrazos y caricias como formas de seguir compartiendo la sexualidad con su pareja.<sup>4</sup>



#### Fuente bibliográfica

1. Wasim S, Lee SY, Kim J. Complexities of Prostate Cancer. Int J Mol Sci. 2022 Nov 17;23(22):14257. doi: 10.3390/ijms232214257. PMID: 36430730; PMCID: PMC9696501.
2. Sekhoacha M, Riet K, Motloung P, Gumenku L, Adegoke A, Mashele S. Prostate Cancer Review: Genetics, Diagnosis, Treatment Options, and Alternative Approaches. Molecules. 2022 Sep 5;27(17):5730. doi: 10.3390/molecules27175730. PMID: 36080493; PMCID: PMC9457814.
3. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER). (2022). Mayo Clinic. Rochester, Minnesota. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/prostate-cancer/symptoms-causes/syc-20353087>
4. Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER). (2022). Mayo Clinic. Rochester, Minnesota. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/prostate-cancer/diagnosis-treatment/drc-20353093>