

CIENCIA

CAMINAR REDUCE EL DOLOR Y RETARDA EL DAÑO EN LAS RODILLAS ARTRÍTICAS. Un estudio examinó los beneficios de un paseo regular en personas mayores de 50 años y descubrió que no sólo puede reducir el dolor, sino que también puede retrasar el daño. La investigación fue realizada por científicos del Baylor College of Medicine y se basa en un estudio observacional de varios años de más de 1,200 sujetos con osteoartritis.

POR CADA 1,000 HOMBRES CON ESTA AFECCIÓN SE PRODUCÍAN ANUALMENTE 6.54 EPISODIOS DE TROMBOEMBOLISMO

Cáncer de próstata; descubren mayor riesgo de trombo grave en los 5 primeros años tras diagnóstico

Gráficos Ismael F. Mira, Roberto Alvarado y Luisa Ortega

CIENTÍFICOS de la Universidad de Uppsala y de Bayer realizaron y publicaron recientemente un estudio en *BMJ Open*, éste consistió en analizar datos de la población masculina de Suecia, con lo que revelaron una dificultad que hasta la fecha no se tenía en cuenta; los afectados con esta enfermedad tienen 50 por ciento más riesgo de sufrir un tromboembolismo grave en los cinco primeros años tras el diagnóstico de cáncer de próstata. Aunque el trombo venoso no es desconocido para los pacientes con cáncer, pues es la segunda causa de muerte en esta población tras el propio cáncer,

afectan factores personales del paciente, como la edad o la obesidad, pero también algunos relacionados con el tratamiento. En el nuevo estudio basado nuevamente en datos de la población sueca, los investigadores observaron a 92,105 hombres con cáncer de próstata entre 2007 y 2017 y los compararon con 466,241 hombres de la misma edad que no sufrían tumores; el 3.2 por ciento de los enfermos con cáncer de próstata experimentó un coágulo en una vena profunda en los siguientes cinco años al diagnóstico, frente al 2.1 por ciento de la población masculina general sin la afección.

SÍNTOMAS

El cáncer de próstata en etapa inicial no causa síntomas, pero los casos más avanzados a veces pueden causar síntomas como:

- Problemas al orinar:** Se presenta un flujo urinario lento o necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente nocturno.
- Dolor:** En las caderas, el tórax u otras áreas, debido a que el cáncer se ha propagado a los huesos.
- Sangre:** En la orina o el semen.
- Pérdida del control:** De la vejiga o los intestinos, debido a que el cáncer comprime la médula espinal.
- Debilidad:** Incluso adormecimiento de las piernas o los pies.

ETAPAS

El cáncer de próstata se identificó en 1853 e inicialmente se consideró una enfermedad rara. La genética puede afectar el riesgo, como lo sugieren algunas variantes específicas.

Primera etapa: El cáncer es imperceptible y no se presenta ningún síntoma. Cuando aparecen, suelen ser similares a los de la hiperplasia prostática benigna.

Segunda etapa: Las células cancerosas se encuentran en la glándula prostática únicamente. Con el tiempo, estas células se multiplican y se diseminan al tejido prostático circundante.

Tercera etapa: Eventualmente, el tumor puede crecer lo suficiente como para invadir órganos cercanos, como las vesículas seminales o el recto, o las células tumorales pueden desarrollar la capacidad de viajar por el torrente sanguíneo y el sistema linfático.

Cuarta etapa: Se considera un tumor maligno porque puede invadir otras áreas del cuerpo. Por lo general, hace metástasis en los huesos y los ganglios linfáticos y puede invadir el recto, la vejiga y los uréteres inferiores después de la progresión local.

Cáncer: La mayoría de los cánceres de próstata se clasifican como adenocarcinomas, o cánceres glandulares, que comienzan cuando las células de las glándulas secretoras de semen mutan en células cancerosas.

DIAGNÓSTICO

Para que el paciente con posibles síntomas sea diagnosticado, se pueden realizar distintos tipos de exámenes o prácticas médicas.

- Tactorectal:** El médico palpa el órgano a través del recto para revisar su tamaño, consistencia y uniformidad.
- Biopsia:** En este proceso se extrae una muestra de la próstata para analizarla científicamente y así confirmar o la presencia del cáncer.
- Prueba de antígeno:** Se realiza mediante una toma de sangre de la persona y se mide el nivel de antígeno prostático.
- Ultrasonido transrectal:** Procedimiento en el que se introduce en el recto una sonda que emite ondas de sonido. Las ondas rebotan en los tejidos u órganos internos y producen ecos. Los ecos forman una imagen de la próstata y se puede visualizar.
- Resonancia magnética:** A los pacientes con sospecha de esta enfermedad se les realiza una resonancia magnética, y se usan las imágenes técnicas para diagnóstico.

Muchos cánceres de próstata no están destinados a ser letales y, en última instancia, la mayoría de los hombres no morirán como resultado de la enfermedad. La mortalidad varía ampliamente según la geografía y otros elementos.

Se considera un tumor maligno porque puede invadir otras áreas del cuerpo. Por lo general, hace metástasis en los huesos y los ganglios linfáticos y puede invadir el recto, la vejiga y los uréteres inferiores después de la progresión local.

ANATOMÍA DE LA PRÓSTATA

Es un órgano pequeño con forma de nuez que se localiza debajo de la vejiga del hombre, éste rodea la uretra.

- Zona central
- Estroma fibromuscular
- Zona de transición
- Uretra
- Región periuretral
- Esfínter preprostático
- Ducto eyaculatorio
- Zona periférica
- Esfínter estriado distal

FACTORES DE RIESGO

La causa de esta patología de próstata se desconoce, pero hay factores que se asocian con su padecimiento.

- Edad:** Está comprobado que después de los 50 años aumenta la posibilidad de desarrollar cáncer de próstata.
- Antecedentes:** Si algún familiar de sangre directa padeció esta patología, el riesgo aumenta hasta un treinta por ciento.
- Virus:** La falta de atención de agentes filicoccos, hongos y algunos virus también pueden detonar el cáncer.
- Estilo de vida:** Una vida sedentaria y una mala alimentación son grandes factores también.

DIETA

Mantener una alimentación balanceada mantendrá a un riesgo más mínimo el desarrollo de cáncer y otros tipos de enfermedades. Contactar a un profesional que indique la alimentación adecuada según la edad y peso es lo más recomendable.

PESO

Estadísticamente, las personas con sobrepeso u obesidad tienden a presentar un mayor riesgo de desarrollar este tipo de cáncer; es recomendable que la persona cuide de su alimentación y se mantenga activa para mantener un peso adecuado a la estatura.

ACTIVIDAD FÍSICA

Está comprobado por expertos y científicos que el ejercicio constante brinda muchos beneficios para las salud en general y especialmente para prevenir el cáncer de próstata a algún otro tumor maligno o enfermedad.

EXPEDIENTE MÉDICO

Apartir de los 40 años, es importante que cada año se realice un examen de estudios y llevar un control médico para detectar cualquier tipo de problema de salud a tiempo, estas pruebas básicas incluyen la detección del cáncer de próstata.

CONSUMO DE CIERTOS PRODUCTOS

Disminuir el consumo de carnes rojas o productos lácteos, ya que científicamente se ha comprobado que son un factor ante la presencia de esta enfermedad en los hombres.

ESTUDIO

Los investigadores realizaron un modelo con el que analizaron los movimientos del núcleo.

- Los científicos observaron a 92,105 hombres con cáncer de próstata entre 2007 y 2017 y los compararon con 466,241 hombres de la misma edad que no sufrían tumores.
- Posteriormente calcularon que, por cada 1,000 hombres con cáncer de próstata, se producen anualmente 6.54 episodios de tromboembolismo, frente a 4.27 en el grupo sin cáncer.
- Los investigadores concluyeron que el riesgo de tromboembolismo era 50 por ciento mayor en aquellos con un tumor diagnosticado, siendo los primeros seis meses el periodo más crítico.
- Los expertos indicaron que la calidad de los datos recogidos es suficientemente buena para extrapolarse a la población general.

