American Cancer Society® THE OFFICIAL SPONSOR OF BIRTHDAYS.®

PRINT CLOSE

1-800-227-2345 | www.cancer.org

Información sobre el cáncer para hombres

Los cánceres que afectan con más frecuencia a los hombres son los cánceres de piel, próstata, colon y pulmón. El conocimiento acerca de estos cánceres y de cómo prevenirlos o detectarlos temprano (cuando son de menor tamaño y más fáciles de tratar) puede salvar su vida.

Cáncer de próstata

A medida que el hombre se va haciendo mayor, su probabilidad de desarrollar cáncer de próstata aumenta. La mayoría de los cánceres de próstata se detecta en hombres mayores de 65 años. Por razones que todavía se desconocen, los hombres de raza negra tienen más probabilidades de padecer cáncer de próstata que los hombres de raza blanca. El riesgo de esta enfermedad también aumenta si el hombre tiene uno o más familiares cercanos con cáncer de próstata.

Lo que usted puede hacer

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda que los hombres consulten con sus médicos para tomar una decisión basada en información sobre si deben o no someterse a las pruebas de detección para el cáncer de próstata. Las investigaciones aún no han probado que los beneficios de las pruebas superen los peligros de las pruebas y el tratamiento. La Sociedad Americana Contra El Cáncer entiende que los hombres no deben hacerse las pruebas sin enterarse sobre lo que se conoce y lo que no se conoce sobre los riegos y los posibles beneficios de las pruebas y el tratamiento.

A partir de los 50 años, hable con su médico sobre las ventajas y las desventajas de las pruebas para que pueda decidir si son apropiadas para usted. Usted debe hablar con su médico sobre este asunto a partir de los 45 años si es un hombre de raza negra o tiene un padre o hermano diagnosticado con cáncer de próstata antes de los 65 años. Si decide someterse a los exámenes de detección, debe hacerse una prueba de sangre del antígeno prostático específico (PSA, por sus siglas en inglés) que puede o no estar acompañada de un examen rectal. La frecuencia con la que se hará estos exámenes dependerá de sus niveles de PSA.

Cáncer de colon

Cualquier adulto puede padecer los tipos de cáncer colorrectal (cánceres de colon y recto), pero la mayoría de estos cánceres se detecta en personas de 50 años o más. Las personas con un antecedente personal o familiar de este cáncer, o que tengan pólipos en el colon o el recto, o aquéllas con enfermedad inflamatoria intestinal, son más propensas a desarrollar cáncer de colon. Además, una alimentación basada principalmente en alimentos con un alto contenido de grasa (especialmente de fuentes animales), tener sobrepeso, fumar y no hacer ejercicio aumenta la probabilidad de llegar a desarrollar el cáncer de colon.

Lo que usted puede hacer

El cáncer de colon casi siempre comienza con un pólipo (un crecimiento lento en el revestimiento del colon o del recto). Las pruebas pueden salvar vidas porque encuentran los pólipos antes de que se vuelvan cancerosos. Si se extirpan los pólipos precancerosos, se puede prevenir el cáncer de colon. Una alimentación baja en grasa y rica en frutas, vegetales o verduras también podría disminuir su probabilidad de padecer este cáncer.

A partir de los 50 años, la Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda a las personas que están en riesgo promedio una de las siguientes pruebas:

Pruebas para encontrar pólipos y cáncer

- Sigmoidoscopia flexible cada 5 años*, o
- Colonoscopia cada 10 años, o
- Enema de bario con doble contraste cada 5 años*, o
- Colonografía CT (colonoscopia virtual) cada 5 años*.

Pruebas para encontrar principalmente cáncer

- Prueba de sangre oculta en heces basada en guayacol cada año (gFOBT)**, o
- Análisis inmunoquímico de las heces fecales cada año (FIT)**, o
- Prueba de ADN en las heces fecales (sDNA) cada 3 años*

* Si la prueba da positivo, se debe realizar una colonoscopia.
** Versiones de alta sensibilidad de estas pruebas deben usarse con el método de muestras múltiples realizado en el hogar. Una prueba realizada por el médico no es suficiente para un examen completo. Si la prueba da positivo, se debe realizar una colonoscopia.

Las pruebas que están diseñadas para encontrar tanto el cáncer en etapa temprana como los pólipos deben ser su primera selección en caso de estar disponibles y si usted está en la disposición de someterse a una de estas pruebas más invasivas. Hable con su doctor sobre qué prueba es la más adecuada para usted.

Si usted está en alto riesgo de cáncer de colon de acuerdo con su antecedente familiar u otros factores, es posible que necesite realizarse las pruebas a una edad más temprana con una colonoscopia. Consulte con su doctor sobre su riesgo de cáncer de colon para saber cuándo debe comenzar las pruebas de detección.

Cáncer de pulmón

El hábito de fumar es la causa de más del 80% de todos los cánceres de pulmón, aunque también las personas que no fuman pueden padecer este tipo de cáncer.

Lo que usted puede hacer

El cáncer de pulmón es uno de los pocos cánceres que a menudo se puede prevenir: simplemente no fume. Si usted fuma, pida ayuda a su médico o enfermera para dejar de fumar. Si no fuma, no empiece a hacerlo, y evite respirar el humo de otras personas que fuman. Si sus amigos y seres queridos fuman, usted puede ayudarlos a dejar de fumar. Si necesita ayuda para dejar de fumar llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer al 1-800-227-2345 para que averigüe cómo podemos ayudar a mejorar sus probabilidades de dejar de fumar por siempre.

Ciertos hombres que estén en alto riesgo de cáncer de pulmón tal vez quieran consultar con un médico sobre si deben o no someterse a una CT de baja dosis para detectar cáncer de pulmón en etapa temprana. Esta prueba de detección podría beneficiar a los adultos de 55 a 74 años que fumaban o que actualmente fuman que no presentan signos de cáncer de pulmón y que tienen un historial de haber fumado 30 "cajetillas-año" (una cajetilla-año consiste en una cajetilla de cigarrillos al día por año). Una cajetilla al día por 30 años o dos cajetillas al día por 15 años serían ambos 30 "cajetillas-años"). Antes de realizar la prueba, usted debe consultar con su médico sobre los beneficios, limitaciones y riesgos de la detección del cáncer de pulmón.

Cáncer de piel

Cualquier persona que pasa tiempo bajo el sol puede padecer cáncer de piel. Las personas de piel blanca, especialmente las que tienen el cabello rubio o que son pelirrojas, tienen una mayor probabilidad de padecer este cáncer que las personas de piel más oscura. Las personas que hayan tenido familiares cercanos con melanoma y

aquéllas que han tenido quemaduras solares graves antes de los 18 años tienen una mayor probabilidad de padecer cáncer de piel.

Lo que usted puede hacer

La mayoría de los cánceres de piel se puede prevenir si se evita la exposición solar del mediodía. Cuando esté bajo el sol, use un sombrero de ala ancha, camisas de manga larga, lentes de sol, y un bloqueador solar con un factor de protección solar (SPF) de 30 o más en todas las partes de la piel que estén expuestas. Proteja a sus hijos de la exposición al sol y no permita que lleguen a tener quemaduras solares. Preste atención a todos los lunares y las manchas de su piel. Además, informe inmediatamente al médico cualquier cambio que note en su piel. Pida que le hagan un examen de la piel durante sus revisiones médicas de rutina.

La mejor defensa contra el cáncer

La detección temprana, es decir, encontrar el cáncer antes de que se propague, le ofrece la mejor oportunidad para combatirlo. El conocimiento acerca de estos cánceres y acerca de las medidas que puede tomar para ayudar a reducir su riesgo de cáncer puede salvar su vida.

Tome control de su salud y reduzca su riesgo de cáncer

- Manténgase alejado del tabaco.
- Mantenga un peso saludable.
- Manténgase activo realizando actividades físicas de forma habitual.
- Lleve una alimentación sana con muchas frutas y verduras.
- Limite la cantidad de alcohol (si es que consume alcohol).
- Proteja su piel.
- Conozca sus riesgos, su historial médico y el de su familia.
- Acuda al médico rutinariamente para que le hagan revisiones médicas y pruebas para la detección del cáncer.

Para más información sobre cómo reducir su riesgo de cáncer y para saber las respuestas de otras preguntas sobre el cáncer, llámenos al 1-800-227-2345 o visite nuestro sitio Web en www.cancer.org.

Last Medical Review: 05/14/2014
Last Revised: 05/14/2014