

# SALUD Y BIENESTAR

EL NORTE SÁBADO 19 DE NOVIEMBRE 2022 Editor: Francisco Betancourt G.



## IGUALDAD YA

Por el **Día Mundial del Sida**, que se conmemora el jueves **1 de diciembre**, ONUSIDA exhorta a abordar las desigualdades que perpetúan la pandemia de este síndrome.

Con el lema "Igualdad Ya", una de las metas es aumentar la disponibilidad y la calidad de los servicios para tratamiento, pruebas y prevención del VIH, de tal forma que todas las personas reciban la atención que necesitan.

## Detecta a tiempo la EPOC

FRANCISCO BETANCOURT

¿Tienes uno o más de los síntomas respiratorios de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica? Acude ¡ya! con el especialista médico.

Recuerda que existe la esperanza de aminorar los riesgos con una detección temprana y oportuna de la también conocida por sus siglas como EPOC, cuya jornada mundial de concientización se celebra hoy.

"Debe acudir con un especialista quien tiene síntomas respiratorios como tos, falta de aire, expectoración, dolor de pecho o sibilancias (silbidos al respirar)", señala Abelardo Elizondo, neumólogo intensivista.

También es necesario que consulten con el médico, indica, las personas con factores de riesgo como tabaquismo, activo o pasivo, o con exposición crónica al humo de leña, a polvos o químicos.

"El especialista le solicitará exámenes que confirmarán si el paciente tiene o no EPOC, afirma Elizondo.

"Entre más temprano lo detectemos, mejor calidad de vida tendrá el paciente, mejor le va a ir y tendrá menos riesgo de complicaciones o que fallezca por la enfermedad".



# CÁNCER DE PRÓSTATA DETÉN SU AVANCE

Urólogos llaman a los hombres de 50 años o más a prevenir el tumor prostático maligno a través de un chequeo

DANIEL SANTIAGO

Cada año mueren en México 7 mil hombres por cáncer de próstata, sin embargo, no existen las campañas de prevención y detección necesarias ni para este mal ni para otros vinculados a la salud masculina.

La estadística es apenas menor que las casi 8 mil que en el País se registran al año por cáncer de mama.

"No hay una diferencia tan grande, pero no se habla tanto del cáncer de próstata, la causa de cáncer más frecuente en hombres ni hay campañas para detección", señala el urólogo y andrólogo Lauro Gómez Guerra.

La consecuencia de la inacción ante este mal es que la mayoría de los pacientes se detecta con cáncer de próstata en etapas avanzadas.

"En Estados Unidos, el porcentaje de cáncer de próstata avanzado que diagnostican es de 9 por ciento", indica el especialista, en el marco de Movember, movimiento internacional que desde el 2003 promueve la salud masculina durante este mes.

"En México, 40 al 50 por ciento de los varones llega en etapas muy tardías, con cánceres avanzados".

Tarde o temprano, la próstata crece y todo hombre tendrá problemas para orinar, indica Gómez Guerra, ex presidente del Colegio de Urólogos de Nuevo León, sin embargo, para algunos resultará en un aumento de tamaño maligno o cáncer.

Algunos famosos han hecho público haber padecido este mal.

A nivel internacional, un caso re-

ciente fue el de James Michael Tyler, actor de la serie **Friends**, quien falleció el año pasado a los 59.

"Me diagnosticaron cáncer de próstata avanzado, que se había extendido a mis huesos", reveló el histrión meses antes de su muerte.

"He estado lidiando con ese diagnóstico durante casi los últimos tres años. Es la etapa cuatro de un cáncer ya muy avanzado. Probablemente 'me atraparé'".

La próstata es una glándula pequeña con forma de nuez que produce el líquido seminal que nutre y transporta el espermatozoide.

"Muchos cánceres de próstata crecen lentamente y permanecen limitados a la glándula prostática, en donde pueden no causar daño grave", indica Clínica Mayo en su web.

"Pero si bien algunos tipos de cáncer de próstata crecen lento y pueden necesitar un tratamiento mínimo o ninguno, otros tipos son agresivos y se pueden diseminar con rapidez".

El cáncer de próstata que se detecta en forma temprana, cuando aún está limitado a la glándula prostática, tiene mejores probabilidades de un tratamiento exitoso.

Para la detección es necesario un estudio del antígeno prostático específico.

Cuando el antígeno está arriba de 10 nanogramos por decilitro, la posibilidad de malignidad es de 80 por ciento, indica Gómez Guerra, especializado en la Universidad de Barcelona y en París V.

El examen dígito rectal, temido debido al tabú machista, es un método complementario, señala.

### ¡CHÉCATE YA!

El urólogo Daniel Olvera Posada indica que los padecimientos del hombre que más atiende en su consulta varían según la edad del paciente.

En gente joven son enfermedades de transmisión sexual y litiasis renal, es decir, cálculos en los riñones.

En adultos, lo más común son los problemas de próstata, tanto benignos como cáncer.

"En la actualidad la mayoría de los hombres no realizan sus chequeos preventivos de cáncer de próstata", indica el médico con subespecialidad en cirugía urológica.

"Más del 60 por ciento de los cánceres de próstata diagnosticados en el País se encuentran en etapas avanzadas".

La mayor parte de los pacientes que acuden a la consulta de urología se presentan ya con un problema, afirma.

"Acuden por dolor, por infección, por sangrado, y rara vez es por una situación preventiva. Afortunadamente en meses como noviembre se apoya la concientización".

Y es que es el cáncer que más hombres mata, advierte.

"Y este mes debe ser aprovechado para difundir esta información y hacer que los hombres de forma anual o bianual, según cada caso y situación

evaluada por el urólogo, definan la mejor estrategia de prevención".

Olvera Posada dice que el chequeo masculino para prevenir cáncer de próstata debe iniciarse a los 50 años e incluir el antígeno prostático. Este estudio y la edad del paciente determinarán la necesidad de realizar el tacto rectal.

"Aproximadamente el 15 por ciento de los cánceres de próstata no eleva el antígeno, por lo que la forma más sencilla y económica de detectarlos es mediante la palpación digital de la próstata. Ésta es una de las razones primordiales por las cuales el tacto rectal se debe de seguir utilizando".

A nivel masivo, sugiere, es necesario establecer medios de difusión y planear eventos que incluyan actividades de hombres mayores de 50 años para hablar del tema.

La contingencia por Covid-19 también ha impactado en el tema, indica Olvera Posada.

"Particularmente en mi consulta tengo dos pacientes que iba operar por cáncer de próstata, perdieron seguimiento debido a la pandemia y, en dos años, los dos pacientes presentaron, a su regreso a la consulta, enfermedad metastásica", señala.

Por eso es importante que el check up se realice de forma anual.

### AVISOS DE ALERTA

El cáncer de próstata puede no provocar signos ni síntomas en sus primeros estadios. Ya más avanzado provoca:

- 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

### EL EXAMEN

Además de un estilo de vida saludable que incluya consumo de frutas y verduras, ejercicio y comunicación con el médico, se recomienda un examen de antígeno prostático a partir de los 50 años.

Fuente: Clínica Mayo

### EN LISTA NEGRA

La EPOC es una de las 10 principales causas de muerte en México. Se tomaron en cuenta los fallecimientos ocurrido en el País de enero a julio del 2021.

10

Lugar que ocupa en hombres  
Fallecidos: **4,920**

8

Sitio que ocupa en mujeres  
Fallecidas: **4,232**

10

Lugar en NL en la lista de causas de muertes de enero a septiembre de este año.

Fuente: INEGI / Salud NL

### EN 5 DATOS

1. **¿QUÉ ES?** EPOC es una enfermedad pulmonar inflamatoria crónica que causa la obstrucción del flujo del aire de los pulmones.
2. **SÍNTOMAS** Dificultad para respirar, tos, producción de moco y sibilancias (sonido silbante al respirar).
3. **CAUSAS** La exposición a largo plazo a gases irritantes, partículas de materia y/o humo de cigarro.
4. **RIESGO** Pueden desarrollarse enfermedades cardíacas, cáncer de pulmón y otras afecciones.
5. **ES TRATABLE** Con detección temprana y manejo médico adecuado, muchos pacientes logran un buen control de síntomas y mejoran su calidad de vida.



Dr. Daniel Olvera Posada **URÓLOGO**

ITESM - UNAM  
WESTERN UNIVERSITY

SUBESPECIALISTA EN CIRUGÍA MÍNIMAMENTE INVASIVA Y ENDOUROLOGÍA

#### PADECIMIENTOS:

- Infecciones urinarias
- Crecimiento prostático
- Litiasis renal (piedras en los riñones)
- Disfunción eréctil
- Cáncer urológico: riñón, próstata, vejiga, testículo, adrenal
- Elevación del antígeno prostático (APE)

#### CIRUGÍAS:

- Cirugía laparoscópica
- Cirugía asistida con Robot
- Manejo médico y mínimamente invasivo de litiasis renal (cálculos renales)
- Nefrectomía radical, parcial, prostatectomía radical
- Tratamiento de crecimiento prostático

#### CONTACTO:

**TEC SALUD**  
Tels. Citas: **81-8888-0575** | **81-8888-0576** | **81-8888-0577**  
daniel@olveraposada.com | [www.olveraposada.com](http://www.olveraposada.com)  
**81-2576-2433**



f /OlveraPosada