

## Prevenir el cáncer de próstata

El cáncer de próstata es una de las enfermedades más comunes que afectan a los hombres, cuyo impacto es particularmente significativo en la provincia de Biobío. De acuerdo con cifras del Servicio de Salud Biobío, en 2023, 186 de los cerca de 1.400 casos de cáncer diagnosticados correspondieron a cáncer de próstata. Estas estadísticas revelan la urgencia de abordar esta enfermedad con seriedad y de promover estrategias de prevención y detección temprana.

El cáncer de próstata consiste en el crecimiento descontrolado de células en la glándula prostática, un proceso que ocurre cuando fallan los mecanismos naturales del cuerpo para frenar este crecimiento. Según el Dr. Iván Sáez, urólogo del Centro de Cáncer de Clínica Universidad de Los Andes, esta afección afecta mayoritariamente a personas de la tercera edad, aunque también se han reportado casos en hombres más jóvenes.

El principal factor de riesgo identificado es la presencia de antecedentes familiares. La genética juega un papel crucial en la predisposición al cáncer de próstata, aunque aún se desconoce la razón exacta de su alta prevalencia. A diferencia de otros tipos de cáncer, como el de pulmón, donde factores ambientales como el tabaquismo juegan un rol significativo, el cáncer de próstata no tiene un vínculo claro con factores externos. Esto complica la prevención y hace que la detección temprana sea fundamental.

Dado que no existen medidas preventivas claras, la mejor estrategia contra el cáncer de próstata es su detección temprana. Los exámenes de antígeno prostático específico (PSA) y el examen de tacto rectal son herramientas esenciales para detectar la enfermedad en sus etapas iniciales. El PSA es un análisis de sangre sencillo que puede indicar la presencia de cáncer con

alta sensibilidad, mientras que el tacto rectal permite evaluar directamente la glándula prostática.

La recomendación médica es que los hombres comiencen a realizarse estos exámenes a partir de los 45 o 50 años, y a los 40 años en caso de tener antecedentes familiares. Esto es crucial, ya que el cáncer de próstata suele ser silencioso, sin síntomas evidentes hasta que está muy avanzado, momento en que las opciones de tratamiento se reducen considerablemente.

Afortunadamente, si se detecta a tiempo, el cáncer de próstata puede ser tratado con éxito. Las alternativas de tratamiento incluyen cirugía y radioterapia, que pueden ofrecer una curación completa en un alto porcentaje de los casos cuando el cáncer no se ha diseminado fuera de la próstata. Los avances en técnicas quirúrgicas mínimamente invasivas y en radioterapia han mejorado significativamente los resultados y reducido las complicaciones asociadas.

La lucha contra el cáncer de próstata no se basa en la prevención, sino en la detección y tratamiento tempranos. La comunidad médica y las instituciones de salud deben redoblar sus esfuerzos para educar a la población masculina sobre la importancia de los exámenes de detección regular. Cada hombre debe ser consciente de su riesgo y tomar medidas proactivas para proteger su salud.

Por lo mismo, mientras se siguen investigando las causas exactas del cáncer de próstata, el enfoque debe estar en la detección temprana. Es crucial que los hombres a partir de los 40 años se sometan regularmente a exámenes de PSA y tacto rectal. Al hacerlo, no solo incrementan sus posibilidades de detectar el cáncer en una etapa curable, sino que también contribuyen a un futuro más saludable y libre de esta enfermedad que puede ser fatal.