



Cáncer de la próstata y pérdida de masa ósea

¿QUÉ ES EL CÁNCER DE LA PRÓSTATA?

La próstata es la glándula que produce el fluido seminal, el líquido que transporta los espermatozoides durante la eyaculación (orgasmo). El cáncer de la próstata se inicia en las células de la próstata pero se puede propagar a todo el cuerpo. Aparte del cáncer de la piel, es el cáncer más común en Estados Unidos. El cáncer de la próstata se les diagnostica a aproximadamente 1 de cada 6 hombres, pero esta enfermedad causa la muerte de solo 1 de cada 33.

En la mayoría de hombres, el cáncer se desarrolla muy lentamente y se restringe a la próstata, donde es poco dañino. Muchos de los hombres con la enfermedad no saben que la tienen, pero los tipos agresivos de cáncer de la próstata pueden propagarse rápidamente a otras partes del cuerpo, incluidos los huesos.

¿CUÁNDO DEBE COMENZAR A HACERSE EXÁMENES DE DESPISTAJE DE CÁNCER DE LA PRÓSTATA?

El cáncer de la próstata muchas veces no tiene síntomas (lo que la persona siente). Se recomienda un examen anual a partir de los 50 años. El cáncer de la próstata es más común en los hombres afroamericanos y en los hombres que tienen antecedentes familiares de la enfermedad. Si usted pertenece a uno de estos grupos de alto riesgo, debe comenzar a hacerse exámenes anuales a los 45 años.

Los expertos, en su mayoría, recomiendan dejar de hacerse exámenes anuales de la próstata a los 70 años de edad o cuando la expectativa de vida es de menos de diez años.

¿SABÍA USTED?

Aproximadamente 80 por ciento de los hombres que llegan a los 80 años tiene cáncer de la próstata.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO PARA EL CÁNCER DE LA PRÓSTATA?

El tratamiento depende de

- Qué tan rápido está desarrollándose el cáncer
- Si se ha propagado y cuánto
- Su edad y la expectativa de vida
- Los beneficios y posibles riesgos del tratamiento.

Debido a que, en su mayoría, el cáncer de la próstata se extiende muy lentamente, las opciones de tratamiento actuales incluyen esperar y observar si la enfermedad se propaga. Otras opciones son cirugía para extirpar el tumor, quimioterapia, terapia con radiación y terapia de privación de andrógeno (ADT por sus siglas en inglés).

La hormona masculina testosterona y las hormonas relacionadas con esta, llamadas andrógenas, pueden hacer que el cáncer de la próstata se desarrolle. La ADT suprime la producción de estas hormonas. Esta terapia puede ser permanente, si se extirpan los testículos quirúrgicamente. Sin embargo, la terapia más común es temporal, en que se emplean medicamentos para evitar que los testículos produzcan testosterona.

Los médicos usan ADT principalmente en el tratamiento del cáncer que se ha propagado fuera de la próstata. ADT puede causar gran pérdida de masa ósea, lo que hace que se debiliten los huesos y aumenten las posibilidades de fractura.

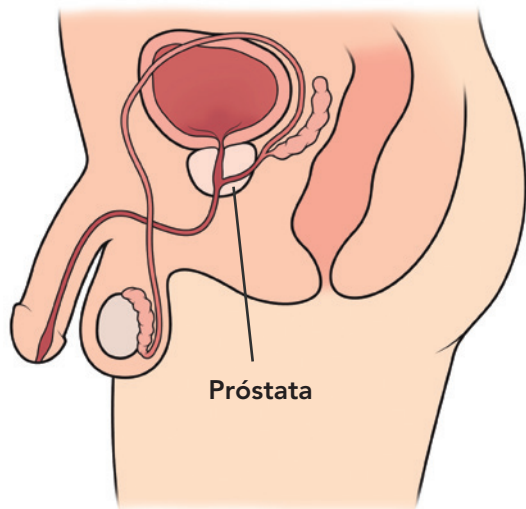
Ya que el riesgo de perder masa ósea es considerable si está recibiendo tratamiento de ADT, pregúntele a su médico si debe hacerse una absorciometría con rayos X de energía dual (DEXA por sus siglas en inglés). Este examen sirve para medir la densidad mineral ósea. Los hombres que tienen baja densidad al comienzo de la terapia con ADT o los que pierden masa durante la terapia pueden beneficiarse de medicamentos que ayudan a evitar la pérdida ósea y la osteoporosis.

¿POR QUÉ ES PELIGROSA LA PÉRDIDA DE MASA ÓSEA?

En Estados Unidos, hay por lo menos dos millones de hombres que sufren de osteoporosis. Aproximadamente, 1 de cada 5 hombres de más de 50 años tendrá una fractura asociada con osteoporosis que afectará considerablemente su calidad de vida. La osteoporosis en los hombres puede ser un gran problema de salud, especialmente para los que sufren una fractura de cadera. Los hombres de edad avanzada tienen mayores posibilidades que las mujeres de fallecer o sufrir una discapacidad crónica (de largo plazo) después de sufrir una fractura de cadera.

USTED PUEDE AYUDAR A PREVENIR LA OSTEOPOROSIS SI:

- Toma de 1,000 a 1,500 mg de calcio todos los días
- Toma de 1,000 y 2,000 unidades internacionales de vitamina D todos los días
- Realiza a diario actividades en que cargue peso (como caminar, correr, levantar pesas)
- Se abstiene de usar tabaco
- Limita el consumo de bebidas alcohólicas (a no más de una o dos bebidas alcohólicas al día)



¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR LA PÉRDIDA ÓSEA DURANTE EL TRATAMIENTO PARA EL CÁNCER DE LA PRÓSTATA Y POSTERIORMENTE?

La forma más eficaz de prevenir la pérdida ósea durante el tratamiento para el cáncer de la próstata es con medicamentos llamados bifosfonatos. La pérdida de masa ósea es mayor el primer año después de comenzar el tratamiento de privación de andrógeno, de manera que el uso de bifosfonatos para prevenir la osteoporosis es más eficaz si se inicia el primer año. Es posible que tenga que continuar tomando estos medicamentos por algunos años para protegerse los huesos.

Fuera del tratamiento para el cáncer, los hombres que tienen cáncer de la próstata pueden sufrir pérdida de masa ósea por otras causas. Entre estas pueden estar la falta de actividad física, fumar o beber bebidas alcohólicas en exceso, una dieta pobre en calcio y vitamina D (necesaria para que los huesos puedan absorber el calcio), los medicamentos anticonvulsivos y los glucocorticoides (como la prednisona) recetados para tratar otros trastornos.

Si tiene cáncer de la próstata, debe tener en cuenta su salud ósea cuando tome decisiones respecto al tratamiento para el cáncer. Hable con su médico sobre el riesgo de sufrir pérdida de masa ósea y las formas en que puede prevenir la osteoporosis.

Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Cuándo debo hacerme el primer examen de despistaje de cáncer de próstata?
- ¿En que etapa estoy de cáncer de la próstata?
- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento?
- ¿Cuáles son los riesgos y beneficios de cada uno de estos tratamientos?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo?

RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Información sobre pérdida de masa ósea de la Red de Salud Hormonal (Hormone Health Network): www.hormone.org (busque osteoporosis)
- Fundación Nacional para la Osteoporosis: www.nof.org
- Fundación para el Cáncer de la Próstata: www.pc.org
- Sociedad de Oncología Clínica de Estados Unidos: www.cancer.net

EDITORES

Benjamin Leder, MD
Eric Orwoll, MD

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society* en www.endo-society.org). El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

