



Día Mundial del Cáncer de Próstata

Dra. Daniela Díaz Vega
Encargada del Comité Oncología
Sociedad Chilena de Medicina del
Estilo de Vida (Sochimev)

Este 11 de junio se conmemora el Día Mundial del Cáncer de Próstata, una instancia que nos invita a poner sobre la mesa un tema que, pese a su alta frecuencia y relevancia, sigue siendo difícil de abordar para muchos hombres. Esa incomodidad, en demasiadas ocasiones, se traduce en diagnósticos tardíos y su consecuente implicancia en el pronóstico.

En Chile, el cáncer de próstata es la principal causa de cáncer en hombres y una de las principales causas de muerte en la población masculina. En las últimas décadas, la mortalidad ha disminuido de manera sostenida, un logro que refleja avances en el acceso a tratamiento y seguimiento clínico. Sin embargo, esta mejoría no necesariamente se ha traducido en una detección precoz más efectiva. La incidencia, en cambio, ha aumentado progresivamente, fenómeno que se atribuye a factores como la mayor utilización del antígeno prostático específico (PSA) como herramienta de pesquisa. Este examen de sangre permite detectar tumores en etapas tempranas, cuando aún no hay síntomas. Incide, además, el envejecimiento de la población, el incremento de enfermedades como diabetes, hipertensión y obesidad, y una mayor conciencia pública en torno al cáncer, lo cual incentiva la consulta médica precoz.

Un punto central a considerar es que el cáncer de próstata no da síntomas en sus etapas iniciales, por ende, el control urológico es fundamental para valorar el riesgo y realizar medidas preventivas como el PSA, y en algunos casos, el tacto rectal. El temor al examen físico es causa de retraso en el control preventivo, por ende, el antígeno es una estrategia válida que puede detectar precozmente la enfermedad modificando el pronóstico.

Las recomendaciones actuales sugieren realizar este control urológico preventivo en hombres entre los 50 y 70 años, y desde

los 40 años en aquellos con antecedentes familiares de primer grado y pacientes de raza negra. Hoy es posible, además, estimar el riesgo individual a edades tempranas, lo que permite adaptar el seguimiento médico de forma personalizada.

Una vez más, los hábitos del estilo de vida cumplen un rol esencial. La adherencia a hábitos como mantenerse físicamente activo, consumir una dieta rica en frutas, verduras, legumbres, baja en carnes rojas, embutidos y azúcares refinados, evitar el tabaco y alcohol se ha asociado con menor riesgo de enfermedad avanzada y menor mortalidad, incluso en hombres con predisposición genética. En quienes ya tienen el diagnóstico, realizar cambios en el estilo de vida posterior a la confirmación del cáncer puede mejorar el pronóstico y aumentar la supervivencia.

Desde 2017, el cáncer de próstata en mayores de 15 años está cubierto por GES. No obstante, la pesquisa precoz no está garantizada en hombres asintomáticos. A esto se suma que en Chile enfrentamos barreras importantes con respecto a las listas de espera, las desigualdades según el nivel socioeconómico, el impacto aún no resuelto de la pandemia sobre los servicios oncológicos y el temor al examen urológico, lo cual explica en parte por qué tantos hombres siguen llegando tarde al diagnóstico.

En el Día Mundial del Cáncer de Próstata, la invitación es doble. Para los equipos de salud, incorporar de forma explícita la promoción de hábitos saludables en pacientes que buscan un enfoque preventivo o terapéutico. Y para los hombres, a consultar sin miedo. Un examen de sangre simple, el antígeno prostático específico, puede ser suficiente para iniciar el control sin la necesidad de un tacto rectal, marcando una diferencia en el pronóstico.