Posta Central: el cáncer de próstata ya es el que más mata a hombres en Chile, pero se puede detectar a tiempo

La jefa de Urología del hospital, Dra. Jessica Pfeifer Esparza, derriba los mitos más comunes y lanza una advertencia que pocos conocen: la disfunción eréctil puede anunciar un infarto años antes de que ocurra.

El cáncer de próstata ya mata a más hombres en Chile que el de estómago o el de pulmón. Según el Observatorio Global del Cáncer (Globocan), en 2022 causó 2.703 muertes en el país, más que cualquier otro cáncer en hombres. Y, sin embargo, la mayoría de los casos se puede detectar a tiempo con un examen de sangre y un tacto rectal.

En el marco de Movember, el mes de la salud masculina, la Posta Central hace un llamado directo: no esperar a sentir algo para consultar.

“El cáncer de próstata es una enfermedad silenciosa, en etapas tempranas casi nunca da síntomas. Cuando aparecen síntomas, muchas veces el cáncer ya está avanzado”, explica la Dra. Jessica Pfeifer Esparza, jefa de Urología de la Posta Central. Detectado en etapa localizada, la sobrevida a cinco años es cercana al 100%. Cuando ya se diseminó, baja a cerca de un tercio.

Los mitos que más escucha en la consulta

“Si tuviera cáncer de próstata, lo notaría”. “Orino bien, entonces mi próstata está sana”. “La próstata grande se transforma en cáncer”. “La disfunción eréctil es normal con la edad y no tiene solución”. Son frases que la especialista

escucha a diario y que retrasan los diagnósticos.

Las molestias al orinar suelen deberse a la hiperplasia prostática benigna, no al cáncer. Es la patología urológica más frecuente en hombres, cerca de la mitad la tiene a los 60 años. “Es un crecimiento de la próstata que, como dice su nombre, es benigno, es decir, no es cáncer. Es parte del envejecimiento normal”, explica.

Como la próstata rodea la uretra, al crecer puede dificultar la salida de la orina, chorro débil, sensación de no vaciar la vejiga o levantarse varias veces en la noche. “Se instala muy lentamente y los pacientes no notan los cambios de inmediato”, advierte.

Otra muy frecuente es la litiasis urinaria, los conocidos cálculos o “piedras”. Uno de cada diez hombres tendrá uno en su vida, y quien tuvo uno tiene alta probabilidad de repetirlo. “Se manifiesta como cólico renal, que es uno de los dolores más intensos que existen”, describe.

Hay dos problemas que pocos asocian al urólogo que son, la disfunción eréctil, que afecta en algún grado a cerca de la mitad de los hombres entre 40 y 70 años, y la infertilidad, porque en cerca de la mitad de las parejas que no logran embarazo existe un factor masculino.

Sobre la disfunción eréctil, la doctora es enfática: “No es algo que haya que aceptar: tiene tratamiento y, muchas veces, es una señal temprana de enfermedad cardiovascular”. Y explica por qué: “Las arterias del pene son más pequeñas que las del corazón y se tapan antes; por eso la disfunción eréctil puede aparecer años antes de un problema cardíaco”.

Llegar a tiempo lo cambia todo

Todo hombre debería hacerse un chequeo prostático anual desde los 50 años, con un examen de sangre y un tacto rectal. Si el padre o un hermano tuvo cáncer de próstata, o la madre o una

tía tuvo cáncer de mama u ovario de origen genético, el control debe partir a los 40.

Pero no todo es próstata. “Un hombre de cualquier edad debe consultar si tiene molestias urinarias, sangre en la orina, cambios en los testículos, cálculos en la vía urinaria, incontinencia, problemas de erección o dificultad para tener hijos. La urología no es exclusiva de la próstata”, enfatiza.

También invita a los hombres a tomar las riendas de la anticoncepción: “Si ya no quieres tener más hijos, la vasectomía es una muy buena opción: es un procedimiento ambulatorio, con anestesia local, altamente efectivo y que no afecta la erección ni el placer”.

En el cáncer de testículo, llegar a tiempo es igual de clave. Es el tumor sólido más frecuente en hombres de 15 a 40 años, con un peak entre los 25 y 35. Chile tiene una de las incidencias más altas de la región, con cerca de 850 casos nuevos al año, y más del 95% se cura si se detecta a tiempo.

“Lo más importante es conocerse: tocarse los testículos al menos una vez al mes y saber cómo son normalmente. Ante cualquier cambio de forma, tamaño o consistencia, hay que consultar, aunque no duela”, recalca la Dra. Pfeifer.

El autoexamen se hace idealmente en una ducha tibia, revisando un testículo a la vez y haciéndolo rodar entre el pulgar y los dedos. Es normal que uno sea un poco más grande o cuelgue más, y que atrás se palpe un cordón blando, el epidídimo. Tienen más riesgo quienes tuvieron un testículo no descendido en la infancia o un familiar con este cáncer.

Consultar a tiempo también es decisivo después de un golpe o un accidente. Como principal hospital de urgencia del país, la Posta Central recibe cada año un número importante de traumas urológicos, sobre todo en hombres jóvenes. El riñón es el órgano más afectado: está comprometido en hasta un 5% de los politraumatizados.

Un estudio reciente del equipo de Urología del hospital mostró que 8 de cada 10 traumas renales son en hombres, con una edad promedio de 38 años. La mayoría ocurre en accidentes de tránsito, y uno de cada cuatro por heridas de arma blanca o de fuego.

Los genitales se lesionan por causas más cotidianas: pelotazos en el fútbol, caídas en bicicleta, mordeduras de animales, el cierre del pantalón o accidentes durante la actividad sexual. Entre ellas está la fractura de pene.

“Cuando el pene está en erección y sufre una flexión brusca, su capa interna se puede romper. Es típico escuchar un ‘crack’, seguido de pérdida inmediata de la erección, dolor e hinchazón con un gran moretón que deja el pene con aspecto de ‘berenjena’. Esto es una urgencia quirúrgica”, explica la especialista.

Sangre en la orina, dolor lumbar, dificultad para orinar, sangre en la punta del pene, hinchazón del escroto o un dolor testicular que no cede en minutos son motivo de consulta urgente. Tras un choque, un atropello o una caída de altura, siempre hay que ser evaluado, aunque la persona se sienta bien.

“Lo importante es no quedarse en la casa por vergüenza, consultar precozmente es lo que permite preservar el órgano y su función”, insiste. Un trauma no tratado a tiempo puede dejar disfunción eréctil, pérdida de un testículo o de un riñón, hipertensión o incontinencia.

Prevenir es evitar el accidente: cinturón de seguridad, no manejar después de beber, casco en moto y bicicleta, y protector genital en deportes de contacto. Para mejorar la atención, la Posta Central desarrolla una guía clínica propia de trauma urológico, que abrió a la comunidad en su primera jornada sobre el tema.

¿Por qué los hombres llegan tarde? Vergüenza, falta de

información y miedo al diagnóstico, explica la Dra. Pfeifer, pero sobre todo una razón cultural, “A muchos hombres se les enseñó que ser fuerte es aguantar, no quejarse y no pedir ayuda, y postergan su propia salud por el trabajo o la familia”.

Su mensaje es directo: “Cuidarse también es cosa de hombres. No esperes a tener síntomas para preocuparte por tu salud”. Porque, como ella misma dice, ir al urólogo “no es una señal de debilidad, sino de responsabilidad con uno mismo y con quienes nos quieren”.