

Datos sobre el cáncer para los hombres

Cancer de prostata

El cáncer de próstata es el cáncer más común en los hombres estadounidenses, a excepción de los cánceres de piel. La probabilidad de contraer cáncer de próstata sube a medida que un hombre envejece. La mayoría de los cánceres de próstata se encuentran en hombres mayores de 65 años. Hombres afroamericanos y caribeños los hombres de ascendencia africana son más propensos a desarrollar cáncer de próstata que los hombres de otras razas. Tener uno o más familiares con cáncer de próstata también aumenta el riesgo de un hombre de tener cáncer de próstata.

Lo que puedes hacer

La Sociedad Americana del Cáncer recomienda que los hombres tengan un oportunidad de tomar una decisión informada con respecto a su atención médica médico acerca de si debe hacerse una prueba de detección de cáncer de próstata. La decisión debe tomarse después de obtener información sobre los riesgos y los beneficios potenciales de la detección del cáncer de próstata. Los hombres deberían no ser examinados a menos que hayan recibido esta información.

La discusión sobre la detección debe tener lugar en:

- 50 años para hombres que tienen un riesgo promedio de cáncer de próstata y se espera que vivan al menos 10 años más

45 años para hombres con alto riesgo de desarrollar cáncer de próstata.

Esto incluye afroamericanos, hombres caribeños de origen africano ascendencia y los hombres que tienen un familiar de primer grado (padre o hermano) diagnosticado con cáncer de próstata a una edad temprana (menores de 65 años).

40 años para hombres con un riesgo aún mayor (aquellos con más de un familiar de primer grado que tuvo cáncer de próstata a una edad temprana)

Los hombres que decidan someterse a la prueba deben hacerse la prueba con la próstata.

Análisis de sangre de antígeno específico (PSA).

El examen rectal digital puede también hacer como parte de la evaluación.

La frecuencia con la que se le haga la prueba depende de su nivel de PSA, salud general, preferencias y valores.

Cáncer colonrectal

El cáncer colorrectal es un cáncer que comienza en el colon o el recto.

Algunos factores que aumentan el riesgo de cáncer colorrectal incluyen estar sobrepeso u obesidad, sedentarismo, dieta rica en carnes rojas procesadas, fumar, el uso excesivo de alcohol, ser mayor y un antecedentes personales o familiares de cáncer colorrectal o pólipos.

Lo que puedes hacer

La detección regular del cáncer colorrectal es una de las más poderosas

Armas contra el cáncer colorrectal. La mayoría de los cánceres colorrectales comenar con un pólipo - un pequeño crecimiento en el revestimiento del colon o recto. Las pruebas de detección pueden ayudar a detectar el cáncer colorrectal en forma temprana, cuando es más pequeño, no se ha propagado y podría ser más fácil de tratar.

Determinado las pruebas de detección también pueden ayudar a prevenir el cáncer colorrectal al encontrar y extirpación de pólipos antes de que se conviertan en cáncer.

La Sociedad Americana del Cáncer recomienda lo siguiente para personas con riesgo promedio de cáncer colorrectal:

Los hombres y las mujeres deben comenzar a hacerse exámenes de detección regulares a los 45 años.

Las personas que gozan de buena salud y con una esperanza de vida de más de 10 años debe continuar el cáncer colorrectal regular cribado hasta los 75 años.

Para las personas de 76 a 85 años, la decisión de hacerse la prueba debe basarse en las preferencias de una persona, la esperanza de vida, salud general y antecedentes de exámenes de detección previos.

Las personas mayores de 85 años ya no deberían someterse a exámenes de detección de cáncer colorrectal.

La detección se puede hacer con una prueba sensible que busca signos de cáncer en las heces de una persona (una prueba basada en heces), o con un examen que analiza el colon y el recto (un examen visual). Estos las opciones se enumeran a continuación.

Pruebas basadas en heces

- Prueba inmunoquímica fecal de alta sensibilidad (FIT)* cada año, o
- Sangre oculta en heces a base de guayaco altamente sensible (gFOBT)* cada año, o

Prueba de ADN en heces multidirigida (MT-SDNA)* cada 3 años

Exámenes visuales del colon y recto • Colonoscopia cada 10 años, o

- Colonografía por TC (colonoscopia virtual)* cada 5 años, o
- Sigmoidoscopia flexible* cada 5 años

* Si una persona elige hacerse la prueba con una prueba distinta a la colonoscopia,

cualquier resultado anormal de la prueba debe ser seguido con una colonoscopia.

Personas con alto riesgo de cáncer colorrectal basado en la familia y/o

antecedentes personales u otros factores pueden necesitar: comenzar la evaluación

antes de los 45 años, someterse a exámenes de detección con mayor frecuencia u obtener pruebas específicas. Hablar a un proveedor de atención médica sobre su riesgo de cáncer colorrectal para sepa cuándo debe comenzar a probar.

Hay algunas diferencias entre estas pruebas a considerar, pero lo más importante es hacerse la prueba, no importa cuál prueba que elijas. Hable con un proveedor de atención médica sobre qué pruebas podrían ser buenas opciones para usted y para su proveedor de seguros sobre su cobertura.

Cáncer de pulmón

El cáncer de pulmón es causado con mayor frecuencia por la exposición a sustancias químicas y otras partículas en el aire. Si bien fumar tabaco es la principal causa de cáncer de pulmón, no todas las personas con cáncer de pulmón son fumadores. Algunos pueden ser ex fumadores, y algunos nunca han fumado en absoluto.

Lo que puedes hacer

No todos los cánceres de pulmón se pueden prevenir, pero hay cosas que puedes hacer que podrían ayudar a reducir su riesgo. Si no fumas, no arranque y evite respirar el humo de otras personas. Si tus amigos y seres queridos fuman, llame a la Sociedad Americana Contra El Cáncer

al 1-800-227-2345 para obtener ayuda para dejar de fumar.

La Sociedad Estadounidense del Cáncer recomienda la detección de ciertas personas con mayor riesgo de cáncer de pulmón. Si eres actual o ex fumador de 55 a 74 años de edad y con bastante buena salud, podría beneficiarse de la detección del cáncer de pulmón con una dosis baja anual

y una tomografía computarizada. Hable con un proveedor de atención médica sobre su riesgo de enfermedad pulmonar.

Cáncer de piel

Cualquiera puede tener cáncer de piel, pero las personas con piel clara son más propensas de contraer cáncer de piel que las personas con piel más oscura. La mayoría de los cánceres de piel de células escamosas son causados por exposición de la piel sin protección a los rayos ultravioleta (UV) de la luz solar, así como de fuentes artificiales como las camas de bronceado. Un tipo de cáncer de piel llamado melanoma es menos común que algunos otros tipos de cáncer de piel, pero es más peligroso porque es más probable que crezca y se propague.

Personas que han tenido otros tipos de cánceres de piel y personas con un familiar cercano que tuvo melanoma tienen un mayor riesgo de melanoma.

Lo que puedes hacer

La forma más importante de reducir el riesgo de la mayoría de los cánceres de piel es limitando la exposición a los rayos UV ultravioleta del sol y otras fuentes como camas de bronceado. Cuando esté afuera, trate de quedarse adentro la sombra, especialmente durante la mitad del día. Si tu eres va a estar bajo el sol, use sombreros con alas, camisas de manga larga, anteojos de sol y use un protector solar de amplio espectro con un SPF de al menos 30 en toda la piel expuesta. Si tienes hijos, protégelos protegerlos del sol y no dejar que se quemen. No utilice camas o lámparas de bronceado.

Esté al tanto de todos los lunares y manchas en su piel, y reporte cualquier cambios a un proveedor de atención médica de inmediato. Deberías preguntar sobre hacerse un examen de la piel durante sus chequeos regulares.

Qué más puede hacer para ayudar a reducir su riesgo de cáncer

- Manténgase alejado del tabaco.
- Logre y mantenga un peso saludable.

Siga un patrón de alimentación saludable que incluya muchas frutas, verduras y cereales integrales, y que limite o evite el rojo/ carnes procesadas y alimentos altamente procesados.

- Muévase con actividad física regular.
- Es mejor no beber alcohol. Si bebe, no tome más de 2 bebidas por día para hombres.
- Protege tu piel.
- Conózcase a sí mismo, su historial familiar y sus riesgos.
- Hágase chequeos regulares y pruebas de detección de cáncer.

Para obtener información sobre el cáncer, ayuda diaria y apoyo emocional, visite el sitio web de la Sociedad Americana Contra El Cáncer en www.cancer.org o llámenos al 1-800-227-2345. Estamos aquí cuando nos necesite.