



# Después de un diagnóstico de cáncer de próstata



El cáncer de próstata es un tipo de cáncer que se origina en la próstata. La próstata es una glándula que se encuentra únicamente en los hombres. Produce parte del líquido que forma parte del semen. La próstata está debajo de la vejiga (el órgano hueco donde se almacena la orina) y enfrente del recto (la última parte de los intestinos). Si le han dicho que tiene cáncer de próstata, es probable que ya le hayan realizado un análisis de antígeno prostático específico en sangre (PSA, por sus siglas en inglés) y una biopsia (una prueba en la que se toma una muestra de tejido para examinar en busca de cáncer). Es posible que se hayan realizado otras pruebas en las células cancerosas para detectar determinadas proteínas y cambios genéticos llamados biomarcadores. También es posible que le realicen otros procedimientos para determinar si el cáncer se ha propagado. Estas pruebas ayudan a su médico a saber qué tipo de cáncer de próstata tiene, en qué etapa se encuentra y qué tratamiento podría ayudar.

## Tratamiento contra el cáncer de próstata

El cáncer de próstata no siempre necesita tratamiento inmediato. Si se detecta a tiempo y es un tipo que crece lentamente, su médico podría sugerir observación, espera vigilante o vigilancia activa. Esto significa que le realizarán controles periódicos para ver si el cáncer crece o causa problemas. Durante este tiempo no se administra ningún tratamiento contra el cáncer.

De ser necesario, existen muchas maneras de tratar el cáncer de próstata, incluida la cirugía, la radiación y medicamentos como la quimioterapia, la terapia hormonal, la terapia dirigida con medicamentos o la inmunoterapia. El tratamiento depende del tipo, la etapa y el grado de su cáncer de próstata, los resultados de las pruebas en las células cancerosas, su salud y sus preferencias personales. Muchas veces se necesita más de un tipo de tratamiento.

Algunos tratamientos pueden causar impotencia (incapacidad para tener una erección) y afectar el control de la vejiga. Si aún desea tener hijos, el tratamiento también podría afectar su fertilidad (capacidad de embarazar a alguien), pero existen formas de protegerla. Es importante que hable con su médico a tiempo, antes de que comience su tratamiento. Ellos le ayudarán a comprender lo que debe esperar.

## Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuál es el objetivo del tratamiento?
- ¿Qué tipo de cáncer de próstata tengo?
- ¿En qué etapa y grado se encuentra mi cáncer de próstata y qué significa?
- ¿Cuáles son los resultados de la prueba de biomarcadores?
- ¿Qué más ha aprendido de los resultados de mis pruebas?
- ¿Necesitaré más pruebas?
- ¿Necesito recibir tratamiento de inmediato?
- Si decidimos esperar, ¿qué sucederá después?
- ¿Necesitaré cirugía?
- ¿Necesito una prueba genética?

## Qué debe esperar antes y durante el tratamiento

Si necesita tratamiento, su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará su plan de tratamiento. Este equipo puede incluir distintos médicos, enfermeros y otros trabajadores de la salud, según el tipo de tratamiento que necesite. Por ejemplo, si se va a someter a una prostatectomía (cirugía para extirpar la próstata), trabajará con un cirujano para saber qué debe esperar antes, durante y después de la cirugía. Si necesita otros tipos de tratamiento, su equipo de atención médica contra el cáncer le explicará cómo se administran, le ayudará a prepararse, hará un seguimiento de su estado y le ayudará con cualquier efecto secundario. También es posible que le realicen análisis de sangre, estudios por imágenes u otras pruebas en determinados momentos para ver qué tan bien está funcionando su tratamiento.

No todas las personas que reciben tratamiento para el cáncer de próstata tendrán los mismos efectos secundarios. Por ejemplo, los efectos secundarios de la cirugía son diferentes de los efectos secundarios de la quimioterapia, la terapia hormonal, la terapia dirigida con medicamentos, la inmunoterapia o la radioterapia. Además, las personas que reciben el mismo tratamiento podrían tener efectos secundarios diferentes.

## Asegúrese de preguntar:

- ¿Cuáles son mis opciones de tratamiento? ¿Qué considera usted que es mejor para mí y por qué?
- ¿Existen estudios clínicos para mi tipo de cáncer?
- ¿Qué efectos secundarios podría tener y qué puedo hacer al respecto?
- ¿Cómo sabremos si el tratamiento está funcionando?
- ¿Con qué frecuencia recibiré tratamiento? ¿Cuánto tiempo durará?
- ¿A dónde iré para recibir tratamiento? ¿Podré manejar?
- ¿Podré seguir haciendo mis actividades habituales, como trabajar y hacer ejercicio?

- ¿Afectará el tratamiento mi vida sexual? ¿Cómo y por cuánto tiempo? ¿Qué puedo hacer para ayudar con esto?
- ¿Debo tomar ciertas precauciones para no embarazarse a alguien durante el tratamiento?

## Qué debe esperar después del tratamiento

Después del tratamiento, pídale a su médico oncólogo un resumen del tratamiento y un plan de seguimiento. Esto se llama plan de atención para la supervivencia. Su médico oncólogo trabajará con su médico de familia o de atención primaria para ayudarle a manejar los efectos secundarios del tratamiento y controlar su estado general de salud. Le realizarán pruebas periódicas para ver si su cáncer ha regresado o si ha comenzado un nuevo cáncer en una parte diferente de su cuerpo.

En algunas personas, es posible que el cáncer no desaparezca por completo. Es posible que sigan recibiendo tratamiento y que aún sea necesario realizar pruebas para ver qué tan bien está funcionando.

Es posible que experimente cambios en su cuerpo después del tratamiento. Por ejemplo, podría tener problemas intestinales, de vejiga o sexuales. También puede tener cicatrices de la cirugía o cambios en la piel causados por la radiación o la quimioterapia. Pregunte a su médico qué debe esperar e infórmele si tiene algún problema.

Si su tratamiento le ha provocado impotencia, hable con su equipo de atención médica contra el cáncer sobre medicamentos que podrían ayudar, asesoramiento sexual y cómo obtener ayuda con la planificación familiar.

Las personas que han tenido cáncer de próstata corren el riesgo de volver a padecerlo o de padecer otros tipos de cáncer. Incluso si se siente bien después de terminar el tratamiento, es importante que pregunte a su equipo de atención médica contra el cáncer sobre un programa periódico de pruebas de seguimiento para ver si el cáncer de próstata ha regresado.

## Asegúrese de preguntar:

- ¿Dónde puedo obtener una copia del resumen de mi tratamiento y del plan de seguimiento?
- ¿Con qué frecuencia debo ver a mi equipo de atención médica contra el cáncer?
- ¿Cuándo y cómo debo ponerme en contacto con ellos?
- ¿Necesitaré realizarme pruebas para ver si el cáncer ha regresado o para detectar problemas derivados de mi tratamiento?

- ¿Necesito alguna prueba de detección, como o una colonoscopia, para detectar otros tipos de cáncer a tiempo?
- ¿Hay efectos secundarios tardíos o a largo plazo del tratamiento a los que deba prestar atención?
- ¿Debo tomar precauciones para no embarazarse a alguien después del tratamiento?
- ¿Dónde puedo encontrar mi historia clínica después del tratamiento?

## Manténgase saludable

Asegúrese de informar a su médico o equipo de atención médica contra el cáncer si algún efecto secundario del tratamiento no desaparece o si presenta algún síntoma nuevo.

Hay cosas que puede hacer para mantenerse saludable durante y después del tratamiento. No fumar puede ayudar a las personas con cáncer de próstata a vivir más tiempo y reducir las posibilidades de recurrencia. Alcanzar y mantener un peso saludable, comer bien, beber suficiente líquido y evitar el alcohol pueden ayudarle a mantenerse saludable y reducir el riesgo de padecer un nuevo cáncer de próstata u otros tipos de cáncer.

## Cómo afrontar sus sentimientos

Tener cáncer de próstata puede hacer que sienta temor, tristeza o nervios. Es normal tener estos sentimientos y hay maneras de ayudarle a afrontarlos.

- No trate de enfrentarse solo a sus sentimientos. Hable sobre ellos, independientemente de cuáles sean.
- Está bien sentir tristeza o depresión de vez en cuando, pero informe a su equipo de atención médica contra el cáncer si tiene estos sentimientos durante varios días.
- Si su médico lo autoriza, haga las cosas que le gustan, como pasar tiempo al aire libre, ir al cine o a un evento deportivo o salir a cenar.
- Busque ayuda con tareas tales como cocinar o limpiar.

Tal vez desee ponerse en contacto con amigos y familiares, o con líderes o grupos religiosos. La orientación también puede ser de ayuda. A algunas personas les resulta útil hablar con otros que han tenido la misma experiencia. Un grupo de apoyo puede ofrecerle esto. Informe cómo se siente a su equipo de atención médica contra el cáncer. Ellos pueden ayudarle a encontrar el apoyo adecuado.



Para obtener más información y apoyo, visite el sitio web de la American Cancer Society en: [cancer.org/cancer-de-prostata](https://cancer.org/cancer-de-prostata) o llámenos al **1-800-227-2345**. Estamos aquí cuando usted nos necesite.