



Chequea
información vital
**PARA CUIDAR
TU PRÓSTATA**

VIGILADO Supersalud



Fecha de actualización:
septiembre de 2023

Antes de contarte algunos detalles importantes sobre la próstata, te invitamos a hacer una actividad de selección:



Responde a estas preguntas **eligiendo una de las opciones:** Nunca, Algunas veces, Me pasa con frecuencia.

PREGUNTA	NUNCA	ALGUNAS VECES	ME PASA CON FRECUENCIA
¿Has tenido la sensación de no vaciar completamente la vejiga?			
¿Te dan ganas de orinar en intervalos menores a dos horas?			
¿Has notado que tu micción se detiene y reanuda varias veces?			
¿Has pasado dificultades para posponer las ganas de orinar?			
¿Notas que el flujo de orina es débil o hay cambios en el chorro?			
¿Has tenido dificultades para empezar a orinar?			
¿Te levantas a orinar por la noche habitualmente?			

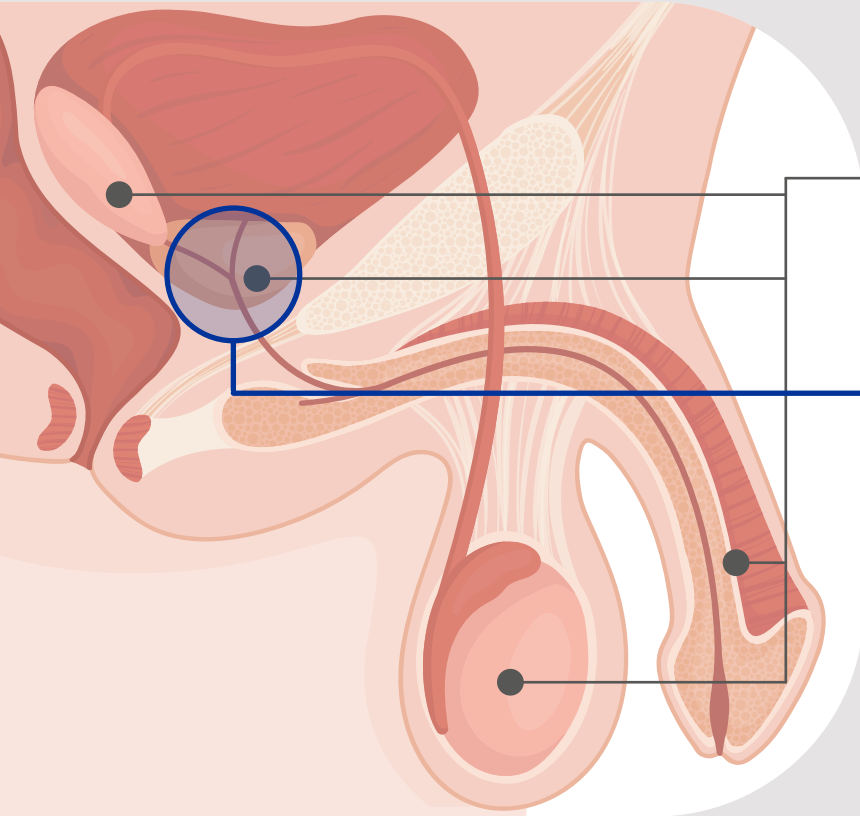


Si contestaste a todo la opción **Nunca**, no te preocupes. Sigue tu vida normal, pero atento a esos momentos cotidianos.



Si en una o varias situaciones respondiste **Algunas veces** o **Me pasa con frecuencia**, queremos que leas cuidadosamente esta información **sobre tu próstata**.

LA PRÓSTATA EN 5 DATOS

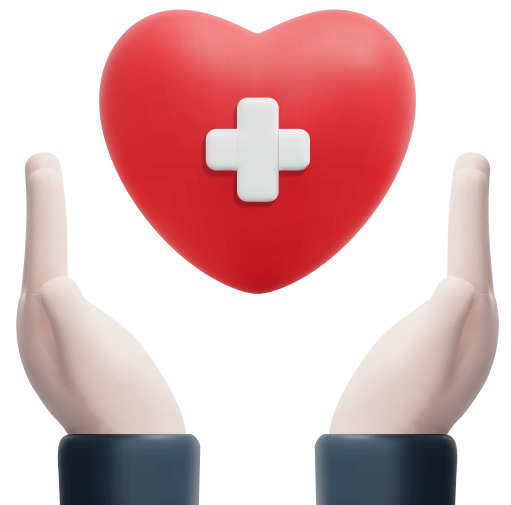


- 1 Es **una glándula** del aparato reproductor masculino.
- 2 El aparato reproductor masculino **está conformado por:** pene, próstata, vesículas seminales y testículos.
- 3 Está ubicada **debajo de la vejiga** y adelante del recto.
- 4 **Su tamaño es el de una nuez** y envuelve la uretra (conducto por donde se vacía la orina de la vejiga).
- 5 Su función es **producir el líquido** que forma parte del semen.

TAMIZAJE DE PRÓSTATA

Son dos pruebas que se usan para **detectar tempranamente** el cáncer de próstata:

- Examen de antígeno prostático.
- Tacto rectal (hombres mayores de 50 años).

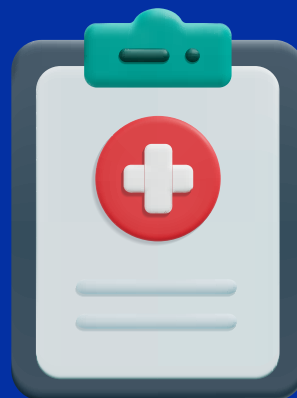




ATENCIÓN: si alguna de las pruebas sale alterada, te realizarán otras pruebas diagnósticas, que define tu médico.

TEN EN CUENTA QUE

El tamizaje se realiza en **hombres sanos entre 50 y 75 años**, y en personas con factores de riesgo: afroamericanos, cáncer en familiares o con síntomas.



Sigue estas pistas para una prueba de antígeno específico confiable:



No necesitas estar en ayunas.



Nada de sexo en los 2 días previos.



Si te hicieron una biopsia u otro procedimiento en la próstata, espera 6 semanas.



Si te hicieron ecografía transrectal o cistoscopia, espera una semana.



El día anterior, no montes en bicicleta a caballo o en moto.



3 ENFERMEDADES PARA ESTAR ATENTO

- 1 PROSTATITIS:** inflamación causada por infecciones, lesiones o trastornos del sistema inmunológico.
- 2 HIPERPLASIA BENIGNA DE PRÓSTATA (HBP):** crecimiento benigno de la glándula. Aumenta con la edad.
- 3 CÁNCER DE PRÓSTATA:** crecimiento maligno de la glándula prostática. Es el más común entre los hombres, segunda causa de mortalidad masculina. A mayor edad, más riesgo de adquirirlo.



iCuidado con los síntomas!



- Dificultad para orinar.
- Flujo débil o interrumpido.
- Orinar frecuentemente, sobre todo por la noche.
- Dificultad para vaciar la vejiga del todo.
- Dolor o ardor al orinar.
- Sangre en orina o semen.
- Dolor al eyacular.

Ante uno o varios síntomas, consulta para hallar la causa.

**SI TIENES DUDAS,
COMUNÍCATE CON TU
GRUPO DE CUIDADO.**



Sigue las recomendaciones y cuida tu vida.

