



Prevención del cáncer de próstata (PDQ®)– Versión para pacientes

[Vaya a la versión para profesionales de salud](#)

¿Qué es la prevención?

La prevención del cáncer consiste en las medidas que se toman para reducir la probabilidad de enfermar de cáncer. Con la prevención del cáncer, se reduce el número de casos nuevos en un grupo o población. Se espera que esto reduzca el número de muertes causadas por el cáncer.

Los científicos analizan los factores de riesgo y los factores de protección para prevenir el inicio de cánceres nuevos. Cualquier cosa que aumenta su riesgo de cáncer se llama factor de riesgo de cáncer; cualquier cosa que disminuye su riesgo de cáncer se llama factor de protección de cáncer.

Aunque algunos factores de riesgo de cáncer se pueden evitar, no es posible evitar muchos otros. Por ejemplo, tanto fumar como heredar ciertos genes son factores de riesgo de algunos tipos de cáncer, pero solo se puede evitar fumar. Hacer ejercicio con regularidad y mantener una alimentación saludable son factores de protección para algunos tipos de cáncer. Es posible que, al evitar los factores de riesgo y aumentar los factores de protección disminuya su riesgo; sin embargo, esto no significa que no enfermará de cáncer.

Están en estudio diferentes formas de prevenir el cáncer.

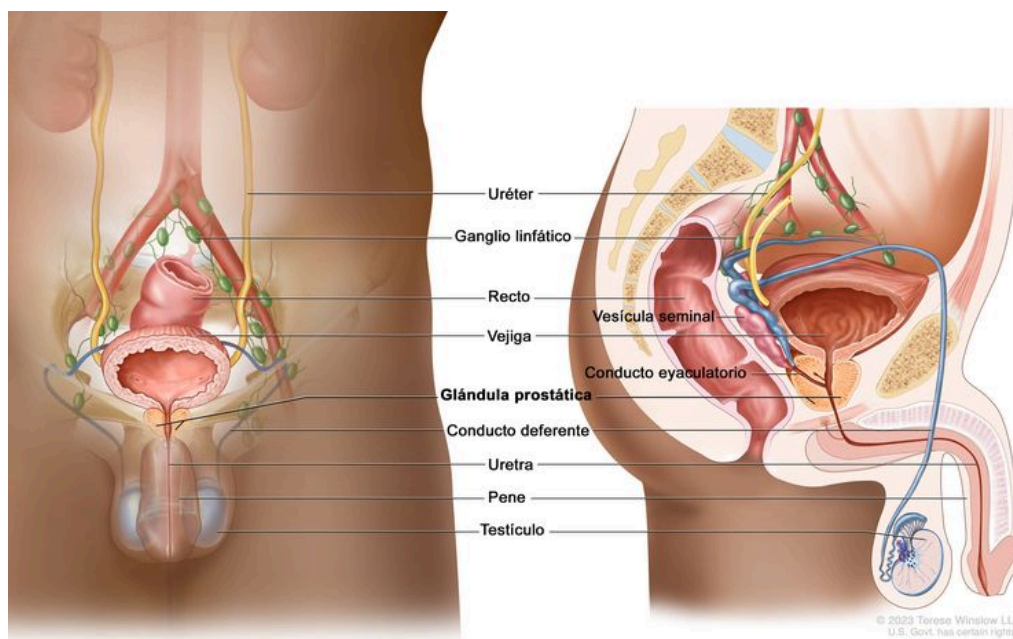
Información general sobre el cáncer de próstata

PUNTOS IMPORTANTES

- El cáncer de próstata es una enfermedad por la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la próstata.
- El cáncer de próstata es el segundo cáncer más común en los hombres de los Estados Unidos.

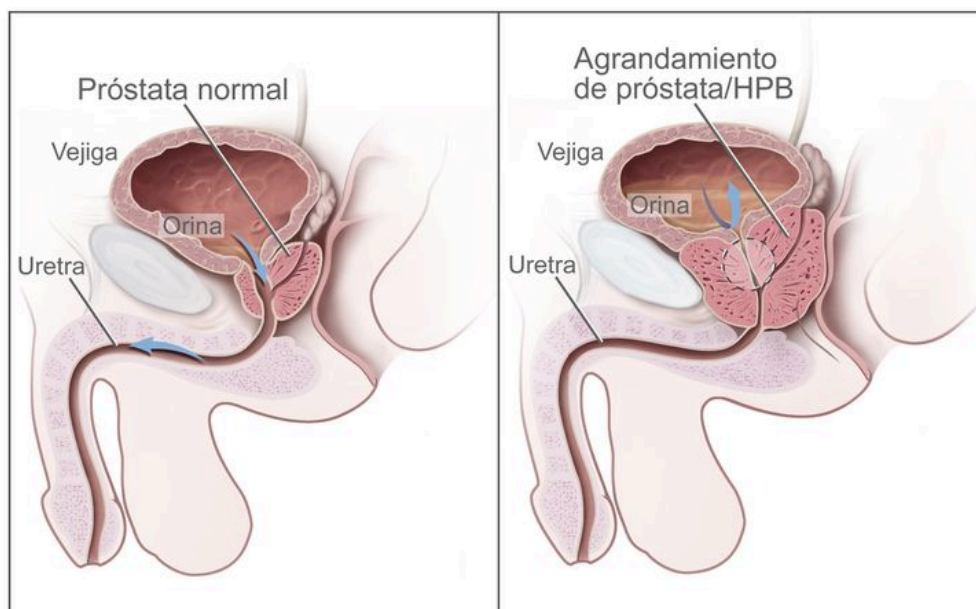
El cáncer de próstata es una enfermedad por la que se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la próstata.

La próstata es una glándula en el aparato reproductor masculino. La próstata está justo debajo de la vejiga (el órgano que recoge y vacía la orina) y en frente del recto (la parte inferior del intestino). Es casi del tamaño de una nuez y rodea parte de la uretra (el tubo que vacía la orina de la vejiga). La glándula prostática produce un líquido que forma parte del semen.



Anatomía del aparato reproductor y el aparato urinario en el hombre. Se observan los uréteres, la vejiga, la glándula prostática, la uretra, el pene, los testículos, y otros órganos.

A medida que los hombres envejecen, es posible que la próstata se agrande. A veces una próstata más grande obstruye el flujo de orina de la vejiga y causa problemas con el funcionamiento sexual. Esta afección se llama hiperplasia prostática benigna (HPB). La HPB no es cáncer, pero se puede necesitar cirugía para corregirla. Los síntomas de la HPB u otros problemas de la próstata se parecen a los del cáncer de próstata.



Próstata normal e hiperplasia prostática benigna (HPB). Una próstata normal no obstruye el flujo de la orina desde la vejiga. El agrandamiento de la próstata ejerce presión sobre la vejiga y la uretra, y obstruye el flujo de la orina.

El cáncer de próstata es el segundo cáncer más común en los hombres de los Estados Unidos.

El cáncer de próstata es más común en los hombres de edad avanzada. En los Estados Unidos, cerca de 1 de cada 8 hombres recibirán un diagnóstico de cáncer de próstata. La mayoría de los hombres con diagnóstico de cáncer de próstata no mueren por esta causa.

Para obtener más información sobre el cáncer de próstata, consulte los siguientes resúmenes del PDQ:

- [Exámenes de detección del cáncer de próstata](#)
- [Tratamiento del cáncer de próstata](#)

Prevención del cáncer de próstata

PUNTOS IMPORTANTES

- Evitar los factores de riesgo y aumentar los factores de protección puede ayudar a prevenir el cáncer.
- Los siguientes factores de *riesgo* aumentan las probabilidades de cáncer de próstata:
 - Edad
 - Antecedentes familiares de cáncer de próstata.

- Raza
 - Hormonas
 - Vitamina E
 - Ácido fólico
 - Productos lácteos y calcio
- Los siguientes factores de *protección* pueden disminuir el riesgo de cáncer de próstata:
 - Folato
 - Finasterida y dutasterida
 - No se ha comprobado si los siguientes aspectos son factores de riesgo para el cáncer de próstata o se desconocen sus efectos en el riesgo de este tipo de cáncer:
 - Selenio y vitamina E
 - Alimentación
 - Multivitamínicos
 - Licopeno
 - Los ensayos clínicos de prevención sirven para estudiar formas de prevenir el cáncer.
 - Hay nuevas formas de prevenir el cáncer de próstata que están en estudio en ensayos clínicos.

Evitar los factores de riesgo y aumentar los factores de protección puede ayudar a prevenir el cáncer.

Evitar los factores de riesgo del cáncer, como fumar, tener sobrepeso y no hacer suficiente ejercicio quizá ayude a prevenir ciertos tipos de cáncer. Es posible que aumentar los factores de protección, como dejar de fumar y hacer ejercicio, también ayude a prevenir algunos tipos de cáncer. Consulte con su médico u otro profesional de atención de la salud sobre las formas de disminuir el riesgo de cáncer.

Los siguientes factores de *riesgo* aumentan las probabilidades de cáncer de próstata:

Edad

El cáncer de próstata es poco frecuente en los hombres menores de 50 años. La probabilidad de presentar cáncer de próstata aumenta con la edad de los hombres.

Antecedentes familiares de cáncer de próstata.

Un hombre cuyo padre, hermano o hijo ha presentado cáncer de próstata tiene un riesgo más alto que el promedio de este cáncer.

Raza

El cáncer de próstata se presenta con mayor frecuencia en hombres afroamericanos que en hombres blancos. Los hombres afroamericanos con cáncer de próstata son más propensos a morir por esta enfermedad que los hombres blancos.

Hormonas

La próstata necesita hormonas masculinas para funcionar de manera correcta. La principal hormona sexual masculina es la testosterona. Esta ayuda al cuerpo a desarrollarse y a mantener las características sexuales masculinas.

Una enzima del cuerpo convierte a la testosterona en dihidrotestosterona (DHT). La DHT es importante para el crecimiento normal de la próstata, pero también puede hacer que esta se vuelva más grande y desempeñar una función en la evolución del cáncer de próstata.

Vitamina E

En el Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trial (SELECT) (Ensayo de prevención del cáncer con selenio y vitamina E), se encontró que tomar vitamina E sola aumenta el riesgo de cáncer de próstata. El riesgo se mantuvo incluso después de que los hombres dejaran de tomar vitamina E.

Ácido fólico

El folato es una especie de vitamina B que contienen naturalmente algunos alimentos, como las verduras, los frijoles y el jugo de naranja. El ácido fólico es una forma de folato producida por el hombre que se encuentra en complementos vitamínicos y alimentos fortificados, como panes y cereales integrales. En un estudio que duró 10 años, se mostró que el riesgo de cáncer de próstata aumentó en los hombres que tomaban complementos de ácido fólico de 1 miligramo (mg). Sin embargo, el riesgo de cáncer de próstata fue menor en los hombres que consumieron suficiente folato en su alimentación.

Productos lácteos y calcio

Una alimentación rica en productos lácteos y calcio produce un aumento leve del riesgo de cáncer de próstata.

Los siguientes factores de *protección* pueden disminuir el riesgo de cáncer de próstata:

Folato

El folato es un tipo de vitamina B que contienen de forma natural algunos alimentos, como las verduras, los frijoles y el jugo de naranja. El ácido fólico es una forma de folato producida por el hombre que se encuentra en complementos vitamínicos y alimentos fortificados, como panes y cereales integrales. En un estudio que duró 10 años, se mostró que el riesgo de cáncer de próstata disminuyó en los hombres que consumían suficiente

folato en su alimentación. Sin embargo, el riesgo de cáncer de próstata aumentó en los hombres que tomaron 1 miligramo (mg) de complemento de ácido fólico.

Finasterida y dutasterida

La finasterida y la dutasterida son medicamentos que se usan para disminuir la cantidad de hormonas sexuales masculinas elaboradas por el cuerpo. Estos medicamentos impiden la acción de la enzima que convierte la testosterona en dihidrotestosterona (DHT). Las concentraciones de DHT más altas que lo normal quizás desempeñen una función en la evolución del cáncer de próstata. Se ha mostrado que tomar finasterida o dutasterida disminuye el riesgo de cáncer de próstata, pero no se sabe si estos medicamentos disminuyen el riesgo de muerte por este cáncer.

En el Prostate Cancer Prevention Trial (PCPT) (Ensayo de prevención del cáncer de próstata), se estudió si el medicamento finasterida puede prevenir el cáncer de próstata en hombres sanos de 55 años o más. En este estudio de prevención, se mostró que hubo menos casos de cáncer de próstata en el grupo de hombres que tomó finasterida, en comparación con el grupo de hombres que no la tomó. El número de muertes por cáncer de próstata fue el mismo en ambos grupos. Los hombres que tomaron finasterida informaron sobre más efectos secundarios, en comparación con el grupo de hombres que no lo hicieron, incluso disfunción eréctil, pérdida del deseo sexual y mamas agrandadas. En el PCPT, los hombres con cáncer de próstata que tomaron finasterida presentaron tumores más agresivos; sin embargo, en un análisis de seguimiento de este estudio se encontró que estos hombres no tenían tumores más agresivos.

En el Reduction by Dutasteride of Prostate Cancer Events Trial (REDUCE) (Ensayo de reducción de episodios de cáncer de mama con dutasterida), se estudió si el medicamento dutasterida prevenía el cáncer de próstata en los hombres de 50 a 75 años con riesgo más alto de la enfermedad. En este estudio de prevención, se mostró que hubo menos casos de cáncer de próstata en el grupo de hombres que tomó dutasterida en comparación con el grupo de hombres que no la tomó. Se redujo el número de cánceres de próstata menos agresivos, pero no el número de cánceres de próstata más agresivos. Los hombres que tomaron dutasterida informaron sobre más efectos secundarios que aquellos que no la tomaron, incluso disfunción sexual, pérdida del deseo sexual, disminución en la producción de semen y el crecimiento de las mamas en los hombres.

No se ha comprobado si los siguientes aspectos son factores de riesgo para el cáncer de próstata o se desconocen sus efectos en el riesgo de este tipo de cáncer:

Selenio y vitamina E

En el Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trial (SELECT) (Ensayo de prevención del cáncer con selenio y vitamina E), se estudió si tomar vitamina E y selenio (un mineral) previene el cáncer de próstata. Hombres sanos de 55 años y más (hombres afroamericanos

de 50 años o más) tomaron selenio y vitamina E juntos o separados. En el estudio, se mostró que tomar selenio solo o selenio con vitamina E no disminuyó el riesgo de cáncer de próstata.

Alimentación

Se desconoce si la disminución de la grasa y el aumento de las frutas y las verduras en la alimentación reduce el riesgo de cáncer de próstata o muerte por este cáncer. En el ensayo PCPT, algunos ácidos grasos aumentaron el riesgo de cáncer de próstata de grado alto, mientras que otros lo redujeron.

Multivitamínicos

No se ha probado que el consumo regular de los multivitamínicos aumente el riesgo de cáncer de próstata temprano o localizado. Sin embargo, en un estudio grande se mostró un aumento de riesgo de cáncer de próstata avanzado en los hombres que tomaron multivitamínicos más de siete veces por semana.

Licopeno

En algunos estudios se mostró que una alimentación con alto contenido de licopeno parece estar relacionada con una disminución del riesgo de cáncer de próstata, pero en otros estudios no. Tomar complementos de licopeno no ha demostrado reducir el riesgo de cáncer de próstata.

Los ensayos clínicos de prevención sirven para estudiar formas de prevenir el cáncer.

Los ensayos clínicos de prevención del cáncer sirven para estudiar formas de disminuir el riesgo de ciertos tipos de cáncer. En algunos ensayos de prevención del cáncer participan personas sanas que nunca tuvieron cáncer, pero que presentan más riesgo de tenerlo. En otros ensayos de prevención, los participantes tuvieron cáncer y buscan evitar otro cáncer del mismo tipo o disminuir las probabilidades de tener un tipo nuevo de cáncer. También hay ensayos con voluntarios sanos de quienes no se conoce ningún factor de riesgo de cáncer.

El objetivo de algunos ensayos clínicos de prevención del cáncer es determinar si las acciones que toman las personas previenen el cáncer. Entre estas acciones se incluye comer frutas y vegetales, hacer ejercicio, dejar de fumar, o tomar ciertas medicinas, vitaminas, minerales o complementos alimentarios.

Hay nuevas formas de prevenir el cáncer de próstata que están en estudio en ensayos clínicos.

La información en inglés sobre los ensayos clínicos patrocinados por el Instituto Nacional del Cáncer (NCI) se encuentra en la página de Internet [clinical trials search](https://www.cancer.gov/espanol/tipos/prostata/paciente/prevencion-prostata-pdq). Para obtener

información en inglés sobre ensayos clínicos patrocinados por otras organizaciones, consulte el portal de Internet [ClinicalTrials.gov](https://clinicaltrials.gov).

Información sobre este resumen del PDQ

Información sobre el PDQ

El Physician Data Query (PDQ) es la base de datos integral del Instituto Nacional del Cáncer (NCI) que contiene resúmenes de la última información publicada sobre los siguientes temas relacionados con el cáncer: prevención, detección, genética, tratamiento, cuidados médicos de apoyo, y medicina complementaria y alternativa. Se publican dos versiones de la mayoría de los resúmenes. La versión dirigida a profesionales de la salud se redacta en lenguaje técnico y contiene información detallada, mientras que la versión dirigida a pacientes se redacta en un lenguaje fácil de comprender, que no es técnico. Ambas versiones contienen información correcta y actualizada sobre el cáncer. Los resúmenes se escriben en inglés y en la mayoría de los casos se cuenta con una traducción al [español](#).

El PDQ es un servicio del NCI, que forma parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH). Los NIH son el centro de investigación biomédica del Gobierno federal. Los resúmenes del PDQ se basan en un análisis independiente de las publicaciones médicas. No constituyen declaraciones de la política del NCI ni de los NIH.

Propósito de este resumen

Este resumen del PDQ sobre el cáncer contiene información actualizada sobre prevención del cáncer de próstata. El propósito es informar y ayudar a los pacientes, sus familiares y cuidadores. No ofrece pautas ni recomendaciones formales para la toma de decisiones relacionadas con la atención de la salud.

Revisores y actualizaciones

Los consejos editoriales redactan y actualizan los resúmenes de información sobre el cáncer del PDQ. Estos consejos los conforman equipos de especialistas en el tratamiento del cáncer y otras especialidades relacionadas con esta enfermedad. Los resúmenes se revisan de manera periódica y se modifican con información nueva. La fecha de actualización al pie de cada resumen indica cuándo se hizo el cambio más reciente.

La información en este resumen para pacientes proviene de la versión para profesionales de la salud, que el [Consejo editorial del PDQ sobre los exámenes de detección y la prevención](#) revisa de manera periódica y actualiza en caso necesario.

Información sobre ensayos clínicos

Un ensayo clínico es un estudio para responder a una pregunta científica; por ejemplo, si un tratamiento es mejor que otro. Los ensayos se basan en estudios anteriores y en lo que se aprendió en el laboratorio. Cada ensayo responde a ciertas preguntas científicas con el fin de encontrar formas nuevas y mejores de ayudar a los pacientes con cáncer. Durante los ensayos clínicos de tratamiento, se recopila información sobre los efectos de un tratamiento nuevo y su eficacia. Si un ensayo clínico indica que un tratamiento nuevo es mejor que el tratamiento estándar, el tratamiento nuevo quizás se convierta en el "estándar". Los pacientes pueden considerar la participación en un ensayo clínico. Algunos ensayos clínicos solo aceptan a pacientes que aún no comenzaron un tratamiento.

Para obtener más información sobre ensayos clínicos, consulte el [portal de Internet del NCI](#). También puede llamar al número de contacto del NCI 1-800-422-6237 (1-800-4-CANCER), escribir un correo electrónico o usar el chat del [Servicio de Información de Cáncer](#).

Permisos para el uso de este resumen

PDQ (Physician Data Query) es una marca registrada. Se autoriza el uso del texto de los documentos del PDQ; sin embargo, no se podrá identificar como un resumen de información sobre cáncer del PDQ del NCI, salvo que el resumen se reproduzca en su totalidad y se actualice de manera periódica. Por otra parte, se permitirá que un autor escriba una oración como "En el resumen del PDQ del NCI de información sobre la prevención del cáncer de mama se describen, de manera concisa, los siguientes riesgos: [incluir fragmento del resumen]".

Se sugiere citar la referencia bibliográfica de este resumen del PDQ de la siguiente forma:

PDQ® sobre los exámenes de detección y la prevención. PDQ Prevención del cáncer de próstata. Bethesda, MD: National Cancer Institute. Actualización: <MM/DD/YYYY>. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/tipos/prostata/paciente/prevencion-prostata-pdq>. Fecha de acceso: <MM/DD/YYYY>.

Las imágenes en este resumen se reproducen con autorización del autor, el artista o la editorial para uso exclusivo en los resúmenes del PDQ. La utilización de las imágenes fuera del PDQ requiere la autorización del propietario, que el Instituto Nacional del Cáncer no puede otorgar. Para obtener más información sobre el uso de las ilustraciones de este resumen o de otras imágenes relacionadas con el cáncer, consulte [Visuals Online](#), una colección de más de 3000 imágenes científicas.

Cláusula sobre el descargo de responsabilidad

La información en estos resúmenes no se debe utilizar para justificar decisiones sobre reembolsos de seguros. Para obtener más información sobre la cobertura de seguros, consulte la página [Manejo de la atención del cáncer](#) en Cancer.gov/espanol.

Comuníquese con el Instituto Nacional del Cáncer

Para obtener más información sobre las opciones para comunicarse con el NCI, incluso la dirección de correo electrónico, el número telefónico o el chat, consulte la página del [Servicio de Información de Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer](#).

Actualización: 9 de noviembre de 2023

Si desea copiar algo de este texto, vea [Derechos de autor y uso de imágenes y contenido](#) sobre instrucciones de derechos de autor y permisos. En caso de reproducción digital permitida, por favor, dé crédito al Instituto Nacional del Cáncer como su creador, y enlace al producto original del NCI usando el título original del producto; por ejemplo, "Prevención del cáncer de próstata (PDQ®)–Versión para pacientes publicada originalmente por el Instituto Nacional del Cáncer."



¿Desea usar este contenido en su sitio web o en otra plataforma digital? En nuestra [página de sindicación de contenidos](#) le decimos cómo hacerlo.