
Información sobre el cáncer para hombres

- [Cáncer de próstata](#)
- [Cáncer colorrectal](#)
- [Cáncer de pulmón](#)
- [Cáncer de piel](#)
- [Cáncer testicular](#)
- [Qué otras medidas puede tomar para reducir su riesgo de cáncer](#)

Algunos de los tipos de cáncer que afectan a la mayoría de los hombres diagnosticados con cáncer son los de próstata, colon y recto, pulmón y piel. Contar con información sobre estos tipos de cáncer y lo que se puede hacer para ayudar a prevenirlos o detectarlos en las etapas iniciales de la enfermedad (cuando son de menor tamaño, no se ha propagado y posiblemente más fáciles de tratar) puede resultar útil para salvar la vida.

Cáncer de próstata

Además del cáncer de piel, el cáncer de próstata es el cáncer más común entre los hombres. También conforma la segunda causa principal de muerte por cáncer (después del cáncer de pulmón). Alrededor de 1 de cada 8 hombres desarrollará cáncer de próstata en el transcurso de su vida.

Este cáncer puede ocurrir a cualquier edad, pero es más propenso a surgir entre mayor sea la edad. La mayoría de los cánceres de próstata se detectan entre hombres mayores de 65 años. El cáncer de próstata ocurre con más frecuencia entre hombres de raza negra que en hombres de otras razas y etnias. Y cuando el cáncer se da entre personas en este grupo de la población, estos casos suelen corresponder a una edad

más joven al promedio.

El riesgo de esta enfermedad también aumenta si el hombre tiene uno o más familiares cercanos con cáncer de próstata.

Lo que usted puede hacer

Hable con un proveedor de atención médica sobre las pruebas para la detección del cáncer.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda que los hombres hablen con sus médicos para tomar una decisión informada sobre si deben o no hacerse las pruebas de detección temprana para el cáncer de próstata. La decisión se debe tomar después de recibir la información con respecto a los riesgos y los beneficios potenciales de las pruebas de detección. El diálogo con su médico sobre las pruebas de detección debe procurarse:

- A partir de los **50 años para hombres en riesgo promedio** de cáncer de próstata y que se espera vivan al menos 10 años más
- A partir de los **45 años para hombres con alto riesgo** de cáncer de próstata, incluidos todos los hombres de raza negra y cualquier hombre cuyo padre o hermano haya sido diagnosticado con cáncer de próstata antes de los 65 años
- A partir de los **40 años para los hombres con un riesgo aún mayor**, incluidos los hombres con más de un hermano o con un padre y un hermano que hayan tenido cáncer de próstata, y los hombres con cualquier mutación genética del gen *BRCA*

Si se decide hacer una prueba de detección de cáncer de próstata

Los hombres que deciden hacerse las pruebas de detección deben optar por la prueba sanguínea del antígeno prostático específico (PSA). Un examen de tacto rectal (DRE) también puede formar parte de las pruebas de detección. La frecuencia con la que se hacen estas pruebas dependerá de los niveles de PSA y el estado general de salud, así como de los antecedentes médicos familiares y preferencias personales.

Cáncer colorrectal

El cáncer colorrectal es el que se origina en el colon o recto. Entre los factores que aumentan el riesgo de cáncer colorrectal se incluye la falta de actividad física, un alto consumo de carnes rojas y procesadas, presentar exceso de peso, fumar, consumir

bebidas con alcohol y tener antecedentes médicos familiares o personales de pólipos y de cáncer colorrectal.

Lo que usted puede hacer

Hacer a las pruebas de detección.

Las pruebas de detección rutinarias para el cáncer colorrectal conforman una de las mejores formas de prevenir esta enfermedad. La mayoría de los casos de cáncer colorrectal comienza con un pólipo (un pequeño crecimiento en la región del colon o del recto). Las pruebas de detección a menudo pueden encontrar el cáncer colorrectal en sus etapas iniciales, cuando es de menor tamaño, no se ha propagado y posiblemente sea más fácil de tratar. Ciertas pruebas de detección también pueden ayudar a prevenir el cáncer colorrectal al encontrar y extraer los pólipos antes de que se vuelvan cancerosos.

La Sociedad Americana Contra El Cáncer recomienda lo siguiente para personas en riesgo promedio para el cáncer colorrectal:

- **Todos deberán empezar a hacerse las pruebas de detección rutinarias a los 45 años.**
- Las personas con un buen estado general de salud y que se espera que vivan por más de 10 años deberán continuar haciéndose las pruebas de detección rutinarias **hasta los 75 años.**
- Para las personas de **76 a 85 años**, la decisión de someterse a las pruebas de detección debe basarse en preferencias, expectativa de vida, estado de salud y en los resultados de las pruebas de detección realizadas.
- Las personas **mayores de 85 años** ya no necesitan hacerse las pruebas de detección del cáncer colorrectal.

La prueba de detección se puede hacer ya sea mediante una prueba sensible para detectar signos de cáncer en las heces fecales (excremento) de una persona, o con un examen para observar el colon y el recto (un examen visual). Estas opciones se describen a continuación.

Pruebas para la detección del cáncer colorrectal

Pruebas basadas en heces fecales

- Examen inmunoquímico fecal (FIT) * cada año, **o**
- Examen de sangre oculta en heces con base de guayacol (gFOBT) * cada año, **o**
- Prueba de ADN en las heces fecales (MT- sDNA) cada 3 años*

Exámenes visuales (estructurales) del colon y del recto

- Colonoscopia cada 10 años, **o**
- Colonografía CT (colonoscopia virtual)* cada 5 años, **o**
- Sigmoidoscopia flexible* cada 5 años.

*Si una persona se somete a una prueba que no sea colonoscopia, y en el resultado se revela cualquier anomalía, entonces será necesario continuar con una colonoscopia.

Si usted tiene un riesgo elevado de cáncer colorrectal en función de sus antecedentes familiares y otros factores, puede que requiera comenzar a hacer las pruebas de detección antes de los 45 años, hacer las pruebas con mayor frecuencia o someterse a otras pruebas en específico.

Se debe tener en cuenta las diferencias que hay entre las opciones de pruebas, **pero lo más importante es hacer la prueba de detección, independientemente de la opción que escoja**. Consulte con su proveedor de atención médica sobre las pruebas que pueden ser buenas opciones para usted, y con un representante de su seguro médico acerca de la cobertura. Si no tiene seguro o no puede pagar las pruebas de detección del cáncer, [puede buscar opciones de detección gratuitas y de bajo costo.](#)¹

Cáncer de pulmón

El [cáncer de pulmón](#)² es el segundo tipo de cáncer más común en hombres en los EE.UU. y la principal causa de muerte por cáncer.

Lo que usted puede hacer

Hacer a las pruebas de detección.

La American Cancer Society recomienda una tomografía de baja dosis (LDCT) cada año como prueba de detección del cáncer de pulmón para las personas que:

- **Cuya edad sea entre 50 y 80 años** y fuma o solía fumar

Y

- **Presenta al menos un historial de tabaquismo de 20 paquetes-año** (un paquete-año equivale a fumar un paquete de cigarrillos al día durante un año. Por ejemplo, una persona podría tener un historial de 20 paquetes-año si fuma 1 paquete al día durante 20 años o si fuma 2 paquetes al día durante 10 años).

Antes de decidir hacerse una prueba de detección, las personas deben hablar con su proveedor de atención médica sobre el propósito de la prueba, cómo se realiza, los beneficios, las limitaciones y los daños potenciales de hacer la prueba. A las personas que todavía fuman se les debe asesorar sobre cómo dejar de fumar y ofrecerles recursos para ayudarlas a abandonar el hábito.

Evitar el consumo de tabaco y la exposición.

No se pueden prevenir todos los cánceres de pulmón. Sin embargo, existen medidas para tratar de reducir su riesgo.

- Si no fumas, ¡no empieces hacerlo! También debe evitar respirar el humo que producen otras personas que fuman.
- Si fuma, llame a la American Cancer Society al 1-800-227-2345 para información sobre recursos que podrían ayudarle a dejar de fumar.

Aunque el hábito de fumar es la causa principal, no todas las personas con cáncer de pulmón fuman. Otras medidas que ayudan a disminuir el riesgo:

- Evitar el consumo de todos los productos del tabaco.
- Mantenerse alejado del humo de segunda mano.
- Evitar o limitar la exposición a sustancias químicas cancerígenas que pueden encontrarse en el hogar o el lugar de trabajo.

Cáncer de piel

El [cáncer de piel](#)³ es el tipo más común de cáncer en los Estados Unidos. Cualquier persona de cualquier tono de piel puede desarrollar el cáncer de piel. También es uno de los cánceres más fáciles de prevenir o detectar tempranamente.

La radiación ultravioleta (UV) de la luz solar es el causante de la mayoría de los casos

de cáncer de piel. Las cabinas de bronceado y las lámparas solares también le exponen a la luz ultravioleta que pueden causar cáncer.

Lo que usted puede hacer

Protegerse al estar bajo la luz del sol

Practicar la protección solar es una de las cosas más importantes que puede hacer para reducir el riesgo de cáncer de piel.

- Limite el tiempo de exposición al sol, especialmente entre las 10 a.m. y las 4 p.m. cuando los rayos del sol son más intensos.
- Aplique un protector solar de amplio espectro que contenga por lo menos un factor de protección solar (SPF) de 30 sobre la piel expuesta y use un sombrero durante todas las épocas del año. Vuelva a aplicar un protector solar cada 2 horas o después de nadar o sudar (incluso si es resistente al agua).
- Use vestimenta que ofrezca protección, gafas de sol y un sombrero.
- Evite las camas bronceadoras y las lámparas de sol.

Examine su piel

La mejor manera de detectar el cáncer de piel a tiempo es examinar en busca de cambios. Muchos proveedores de atención médica sugieren revisar su piel aproximadamente una vez al mes.

- Familiarícese con todos sus lunares y manchas de su pie, e informe inmediatamente a su proveedor de atención médica cualquier cambio que note en su piel.
- Solicite que dentro de sus revisiones médicas de rutina se incluya una inspección minuciosa de la piel.

Cáncer testicular

Aunque el cáncer testicular puede ocurrir a cualquier edad, es el cáncer más común entre hombres de 15 a 35 años. Los hombres de raza blanca son más propensos de desarrollar cáncer testicular que los de otras razas o etnias. Además, resulta ser una de las operaciones más difíciles para los pacientes.

Otros factores que el riesgo de una persona de tener cáncer testicular:

- Tener criptorquidia (un testículo que no ha caído, también conocido como no descendido)
- Tener hipospadias (condición al nacer en la que la abertura del pene está en la parte inferior en lugar de en la punta)
- Presentar un historial médico personal o familiar de cáncer testicular
- Infección con el VIH, especialmente quienes ya hayan desarrollado sida.
- Ciertos trastornos genéticos

Lo que usted puede hacer

Familiarizarse con las señales que pueden indicar cáncer

No existen pruebas de detección recomendadas para el cáncer testicular, pero la American Cancer Society recomienda que los hombres estén atentos a los signos y síntomas. Algunos médicos sugieren a que todos los hombres examinen sus testículos mensualmente después de la pubertad.

Entre las señales y síntomas de cáncer avanzado se puede incluir:

- Una inflamación o protuberancia en el testículo.
- Irritación o crecimiento de los senos
- Pesadez o dolor en la parte baja del abdomen o en el escroto

Si nota algún cambio en la apariencia o sensación en esta parte del cuerpo, acuda a revisión médica de inmediato.

Qué otras medidas puede tomar para reducir su riesgo de cáncer

Casi la mitad de todos los cánceres en adultos podrían prevenirse mediante cosas que podemos hacer o cambiar.

- Mantenerse libre de tabaco
- Haga ejercicio tanto como pueda.
- Consuma alimentos más nutritivos, incluidas frutas, verduras y cereales integrales. Evite o limite los alimentos procesados, las carnes rojas, las bebidas azucaradas y los cereales refinados.

- Logre un peso en un rango saludable
- Lo mejor es no beber alcohol. En caso de hacerlo, los hombres deberán no tomar más de dos (2) bebidas por día.
- Proteja su piel de la exposición al sol.
- Conozca sus riesgos, su historial médico y el de su familia.
- Acuda al médico para sus revisiones médicas de rutina y pruebas para la detección del cáncer.

Hyperlinks

1. www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/hagase-la-prueba.html
2. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html
3. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-piel.html

Referencias

American Cancer Society. *Cancer Facts & Figures 2023*. Atlanta, Ga: American Cancer Society; 2023. Accessed October 23, 2023. <https://www.cancer.org/content/dam/cancer-org/research/cancer-facts-and-statistics/annual-cancer-facts-and-figures/2023/2023-cancer-facts-and-figures.pdf>

Centers for Disease Control and Prevention. *Cancer and men*. Updated June 5, 2023. Accessed October 23, 2023. <https://www.cdc.gov/cancer/dpcp/resources/features/cancerandmen/index.htm>

Fletcher GS. Evidence-based approach to prevention. *UpToDate*. UpToDate Inc; 2023. Updated February 17, 2022. Accessed October 23, 2023. https://www.uptodate.com/contents/evidence-based-approach-to-prevention?search=cancer%20screening&source=search_result&selectedTitle=4~150&usage_type=default&display_rank=4#H20178120

Jemal A, Ward EM, Johnson CJ, et al. Annual report to the nation on the status of cancer, 1975-2014, featuring survival. *J Natl Cancer Institute*. 2017; 109(9): 1-19.

Siegel RL, Miller KD, Wagle NS, Jemal A. Cancer statistics, 2023. *CA Cancer J Clin*. 2023; 73(1): 17-48. doi:10.3322/caac.21763

Wolf, AMD, Oeffinger, KC, Shih, YCT, et al. Screening for lung cancer: 2023 guideline update from the American Cancer Society. *CA Cancer J Clin.* 2023. doi:10.3322/caac.21811

Actualización más reciente: octubre 31, 2023

Escrito por

Equipo de redactores y equipo de editores médicos de la American Cancer Society (<https://www.cancer.org/cancer/acs-medical-content-and-news-staff.html>)

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido (www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html) (información disponible en inglés).

cancer.org | 1.800.227.2345