Cáncer de próstata: la importancia de una atención integral

Cáncer de próstata: la importancia de una atención integral
Jun 23, 2026
Autor
Paula Treviño
Cáncer de Próstata
Atención Oncológica
Salud Masculina

El **cáncer genitourinario**, que engloba tumores del sistema urinario y del sistema reproductor masculino, enfrenta un desafío que va más allá del tratamiento: la **falta de visibilidad**.

"*Representan más del 20 % de los tumores diagnosticados a nivel mundial, sin embargo, siguen recibiendo poca atención*", señaló el **Dr. Alan Reyes**, líder de la Clínica de Cáncer Genitourinario de TecSalud.

El especialista explicó que una de las razones es que, históricamente, los hombres han mostrado una **menor cultura de detección**, **diagnóstico** y **prevención**, lo que reduce las oportunidades de identificar la enfermedad en etapas tempranas.

Con el objetivo de generar conciencia sobre estos padecimientos y fomentar una atención más integral, TecSalud organizó el foro "**Hablemos de Cáncer Genitourinario**", dirigido a pacientes.

"*La intención es que cuenten con herramientas para enfrentar la enfermedad de manera informada, porque entenderla también ayuda a recuperar el control sobre uno mismo*", indicó el doctor.

Paciente en consulta

Un tratamiento que va más allá del tumor

Dentro de los tumores genitourinarios, el **cáncer de próstata** es uno de los más frecuentes entre la población masculina.

Y aunque los avances terapéuticos han permitido mejorar significativamente su control, el tratamiento puede generar **efectos que impactan distintos aspectos de la vida del paciente**.

"*Este cáncer se alimenta de la testosterona, por lo que uno de los pilares del tratamiento consiste en bloquear la producción de esta hormona*", explicó el Dr. Reyes.

Esta estrategia, comentó, puede provocar **aumento del apetito**, **ganancia de peso**, **fatiga**, **pérdida de masa muscular**, **disminución de la libido** y **alteraciones en el estado de ánimo**.

"*Por ello, el seguimiento del paciente no debe limitarse a la evolución de la enfermedad. También es necesario atender los efectos físicos, emocionales y funcionales asociados al tratamiento*", añadió.

Dr. Alan Reyes, líder de la Clínica de Cáncer Genitourinario de TecSalud
Dr. Alan Reyes, líder de la Clínica de Cáncer Genitourinario de TecSalud.

La salud emocional también forma parte del tratamiento

Entre las disciplinas que forman parte de este abordaje se encuentra la **psicooncología**.

De acuerdo con **Isabel Centeno**, especialista de TecSalud en el área, recibir un diagnóstico de cáncer suele generar emociones como **miedo**, **incertidumbre** o **frustración**.

"*Es normal experimentarlas, pero cuando dejan de ser transitorias y comienzan a afectar la vida cotidiana del paciente, se convierten en una señal de alerta*", señaló.

Agregó que las principales señales de alerta son:

- **Ansiedad persistente**
- **Ataques de pánico**
- **Alteraciones del sueño**
- **Aislamiento social**
- **Depresión mantenida**
- **Dificultades para concentrarse**
- **Deseo de abandonar el tratamiento**

"*Los cambios asociados a la disminución de la libido también son importantes, pues pueden impactar la dinámica de pareja y la percepción de la propia identidad*", añadió.

Por ello, enfatizó que el **acompañamiento psicológico** resulta fundamental, ya que el objetivo es que el cáncer **robe lo menos posible** de la vida de las personas.

Isabel Centeno, especialista en psicooncología de TecSalud
Isabel Centeno, especialista en psicooncología de TecSalud.

Nutrición y ejercicio para preservar la funcionalidad

Por su parte, **Rocío Jiménez**, directora del Programa de Nutrición y Bienestar Integral de la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud del Tec, destacó la importancia de implementar estrategias que ayuden a **contrarrestar efectos secundarios del tratamiento**.

"*Una de las características del tratamiento para el cáncer de próstata es que favorece la fatiga, el cansancio y la pérdida de masa muscular*", explicó.

Ante este escenario, la **nutrición** y la **actividad física** son fundamentales para preservar la funcionalidad, la salud y el bienestar de los pacientes.

“*La recomendación es acumular 150 minutos semanales de ejercicio moderado y complementar esta rutina con dos sesiones de fortalecimiento muscular*”, indicó.

En cuanto a la alimentación, recomendó **priorizar el consumo de frutas**, **verduras**, **cereales integrales** y **leguminosas**, así como **reducir (o en algunos casos eliminar) la ingesta de carnes procesadas**, **azúcares añadidos** y **alcohol**.

“*No obstante, es importante recordar que no existe una dieta universal para las personas con cáncer de próstata. Cada paciente requiere un plan individualizado que responda a sus necesidades, condiciones y objetivos específicos”*, enfatizó.

Alimentación balanceada

Durante el foro, los especialistas coincidieron en que la atención del cáncer de próstata debe ir **más allá del control de la enfermedad** y considerar las necesidades particulares de cada paciente a lo largo de su proceso de atención.

En este contexto, el **trabajo multidisciplinario** se ha convertido en un elemento clave para brindar un cuidado más completo, humano y centrado en la persona.

A través de este modelo, TecSalud busca acompañar a los pacientes y sus familias desde una **perspectiva integral**, promoviendo no solo mejores resultados clínicos, sino también una **mejor calidad de vida durante todas las etapas del tratamiento**.