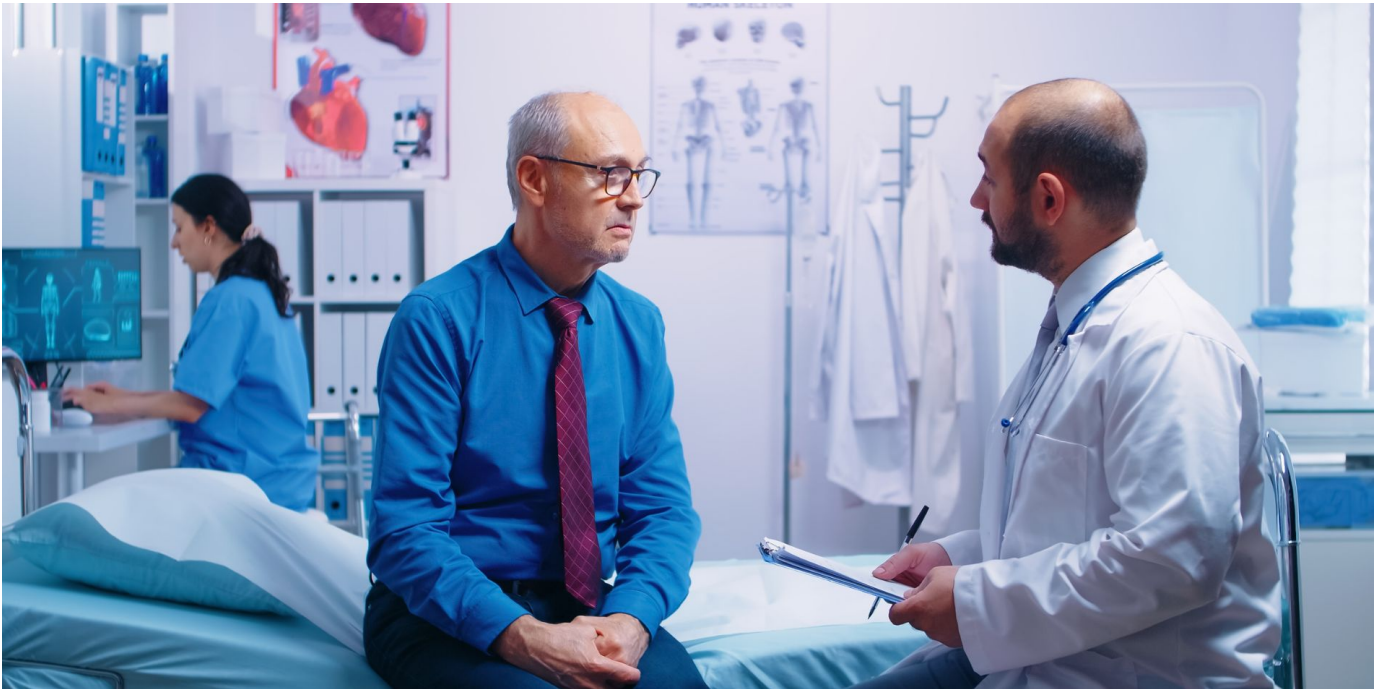


## Cáncer de próstata: la importancia de una atención integral



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.



## **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.

## 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.

## **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.*



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**.