Cáncer de próstata - Factores de riesgo y prevención

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [1], July / 2012

Factores de riesgo y prevención

Un factor de riesgo es todo aquello que aumenta la probabilidad de que una persona desarrolle cáncer. Si bien, a menudo, los factores de riesgo influyen en el desarrollo del cáncer, la mayoría no provoca cáncer en forma directa. Algunas personas que tienen varios factores de riesgo nunca desarrollan cáncer, mientras que sí lo hacen otras personas sin factores de riesgo conocidos. Sin embargo, el hecho de conocer sus factores de riesgo y consultar a su médico al respecto puede ayudarle a tomar decisiones más informadas sobre el estilo de vida y los cuidados médicos.

Debido a que todavía no se conoce la causa exacta del cáncer de próstata, tampoco se sabe cómo prevenirlo. Los siguientes factores pueden aumentar el riesgo de que un hombre desarrolle cáncer de próstata:

Edad. El riesgo de cáncer de próstata aumenta con la edad, especialmente después de los 50 años. Más del 80% de los cánceres de próstata se diagnostican en hombres de 65 años de edad o más.

Raza/origen étnico. Los hombres de raza negra presentan un riesgo mayor de cáncer de próstata que los de raza blanca. Tienen más probabilidades de desarrollar cáncer de próstata a una edad más joven y de tener tumores agresivos, de crecimiento rápido. Se desconocen los motivos exactos de estas diferencias, y es posible que se vinculen con factores socioeconómicos y de otros tipos. Los hombres hispanos tienen un riesgo menor de desarrollar cáncer de próstata y de morir a causa de la enfermedad que los hombres de raza blanca. El cáncer de próstata se produce más a menudo en América del Norte y el norte de Europa. Además, parece que el cáncer de próstata está en aumento entre los asiáticos que viven en áreas urbanizadas, como Hong Kong y Singapur, así como en ciudades de América del Norte y Europa y, en especial, entre aquellos que llevan un estilo de vida más occidental.

Antecedentes familiares. Un hombre cuyo padre o hermano tiene cáncer de próstata presenta un riesgo más elevado de desarrollar la enfermedad que un hombre sin antecedentes familiares. Los investigadores descubrieron genes específicos que posiblemente estén relacionados con el cáncer de próstata, aunque todavía no se ha demostrado que lo causen ni que sean específicos de esta enfermedad. Obtenga más información sobre la genética del cáncer de próstata [2] (en inglés).

Alimentación Ningún estudio ha comprobado que la alimentación y la nutrición puedan causar o prevenir, en forma directa, el desarrollo del cáncer de próstata; sin embargo, muchos estudios que analizan los vínculos entre determinados comportamientos y el cáncer indican que quizás exista una conexión. Todavía no hay información suficiente para hacer recomendaciones claras acerca del papel que desempeña la alimentación en el cáncer de próstata, y puede que sea necesario hacer cambios en la alimentación muchos años antes en la vida de un hombre para reducir el riesgo de desarrollar cáncer de próstata. La siguiente información alimenticia puede ser útil:

- Una alimentación con alto contenido de grasas, especialmente grasa animal, puede aumentar el riesgo de cáncer de próstata. De hecho, muchos médicos creen que una alimentación con bajo contenido de grasas puede ayudar a reducir el riesgo de cáncer de próstata, además de proporcionar otros beneficios para la salud.
- Una alimentación rica en verduras, frutas y legumbres (guisantes y frijoles) puede disminuir el riesgo de cáncer de próstata. No se sabe con certeza cuáles son los nutrientes directamente responsables. El licopeno, que se encuentra en los tomates y otras verduras, puede retardar o prevenir el desarrollo del cáncer. De cualquier modo, ese tipo de alimentación no causa daños y puede disminuir la presión arterial de una persona y el riesgo de que padezca una enfermedad cardíaca.
- El selenio, un elemento que las personas reciben en muy pequeñas cantidades a través de los alimentos y el agua, y la vitamina E han sido analizados para averiguar si uno o ambos nutrientes pueden disminuir el riesgo de cáncer de próstata. Sin embargo, en un estudio clínico (un estudio de investigación en el que participan personas) llamado Estudio de prevención del cáncer con selenio y vitamina E (Selenium and Vitamin E Cancer Prevention Trial, SELECT [3]; en inglés), que incluyó a más de 35,000 hombres, los investigadores hallaron que tomar suplementos (pastillas) de selenio y vitamina E, ya sea de forma individual o combinada, durante un promedio de cinco años, no previene el cáncer de próstata e, incluso, puede causar daños en algunos hombres. Debido a este riesgo, el National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer) ha interrumpido el estudio SELECT. Los hombres deben consultar a su médico antes de tomar suplementos de selenio y vitamina E para prevenir el cáncer de próstata.

Es importante recordar que los cambios específicos en la alimentación pueden no detener ni retardar el desarrollo del cáncer de próstata, y es posible que dichos cambios deban iniciarse en etapas tempranas de la vida para tener algún efecto.

Hormonas y quimioprevención Los niveles altos de testosterona (una hormona sexual masculina) pueden acelerar o causar el desarrollo del cáncer de próstata. Por ejemplo, es muy poco común que desarrolle cáncer de próstata un hombre cuyo cuerpo ya no produce testosterona. Además, la detención de producción de testosterona en el cuerpo, llamada terapia de privación androgénica, a menudo reduce el tamaño del cáncer

de próstata avanzado.

Una clase de fármacos denominada inhibidores de la 5 alfa-reductasa (5-alpha-reductase inhibitor, 5 ARI) que incluye la finasterida (Proscar) y la dutasterida (Avodart) puede reducir el riesgo de que un hombre desarrolle cáncer de próstata. En estudios clínicos, ambos fármacos disminuyeron el riesgo de cáncer de próstata. Las investigaciones han sugerido que algunos hombres que recibieron estos fármacos tienen un mayor riesgo de desarrollar un tipo de cáncer de próstata más agresivo que los hombres que no recibieron estos fármacos, posiblemente porque hicieron que la glándula prostática reduzca su tamaño, lo que permite a los médicos detectar estos cánceres más agresivos. Sin embargo, los datos se continúan revisando, el tema es muy polémico y estos fármacos aún no han sido aprobados para la prevención del cáncer de próstata por la Administración de Medicamentos y Alimentos (Food and Drug Administration, FDA) de los EE. UU.

Detección precoz del cáncer de próstata

La prueba de detección del cáncer de próstata se realiza para encontrar evidencia de cáncer en hombres sanos. Habitualmente se utilizan dos pruebas para detectar cáncer de próstata: el análisis de sangre del PSA y el tacto rectal digital (digital rectal examination, DRE: examen en el que el médico se coloca un guante e inserta un dedo lubricado en el recto del hombre para palpar la superficie de la próstata y detectar cualquier irregularidad).

Existe controversia acerca del uso de la prueba del PSA para detectar cáncer de próstata en hombres que no tienen síntomas de la enfermedad. Por un lado, la prueba del PSA es útil para detectar cáncer de próstata en estadio temprano, lo cual ayuda a que los hombres reciban el tratamiento necesario antes de que el cáncer se disemine. Por otro lado, la prueba de detección del PSA puede detectar afecciones distintas del cáncer y cánceres de próstata de crecimiento lento que nunca amenazarían la vida del hombre. Debido a esto, la detección del cáncer de próstata puede implicar que algunos hombres deban someterse a cirugía y a otros tratamientos que quizás no sean siquiera necesarios. Por este motivo, muchos hombres, junto con sus médicos, pueden considerar la vigilancia activa (consulte Tratamiento [4]) del cáncer en lugar del tratamiento inmediato.

Debido a que las biopsias y los tratamientos tienen efectos secundarios significativos, como la impotencia (incapacidad de tener y mantener erecciones) y la incontinencia (incapacidad de controlar el flujo miccional), el tratamiento innecesario puede afectar seriamente la calidad de vida de un hombre. Sin embargo, no es fácil predecir cuáles son los tumores que crecerán y se diseminarán rápidamente, y cuáles son los que crecerán lentamente.

De acuerdo con una opinión clínica preliminar [5] (en inglés) sobre la prueba de detección del PSA para los hombres que no presentan síntomas de cáncer de próstata, la ASCO recomienda que los hombres cuya expectativa de vida es de 10 años o menos no deben realizarse la prueba de detección del PSA y que los hombres cuya expectativa de vida es mayor de 10 años deben hablar con su médico para averiguar si la prueba es adecuada para ellos. Cada hombre debe analizar su situación y su riesgo de cáncer de próstata con su médico, y tratar de llegar a una decisión. Para proporcionar ayuda con este análisis, la ASCO proporciona una Ayuda para tomar decisiones sobre la prueba de detección de cáncer de próstata [6] (en inglés).

Links:
[1] http://www.cancer.net/about-us
[2] http://www.cancer.net/node/24903
[3] http://www.cancer.gov/clinicaltrials/digestpage/SELECT/allpages
[4] http://www.cancer.net/node/18129
[5] http://www.cancer.net/cancer-news-and-meetings/expert-perspective-cancer-news
[6] http://www.asco.org/pco/psa