



Semana de la Prevención del Cáncer de **PRÓSTATA** en **HOSPITALES PÚBLICOS**

Con una adecuada prevención y la consulta médica correspondiente podemos evitar su aparición.

Desde Septiembre hasta Octubre se realiza en hospitales públicos de Buenos Aires controles gratuitos para detectar la aparición del Cáncer de Próstata. Los objetivos principales de esta campaña son: prevenir la aparición de la enfermedad o descubrirla en sus etapas tempranas para poder tratarla a tiempo y lograr un buen pronóstico. Si bien era el segundo cáncer más diagnosticado en varones, **gracias a la acción preventiva** pasó a ocupar el tercer lugar. Es por ello que los especialistas insisten en que las posibilidades de tratamiento son muy efectivas cuando esta dolencia se detecta a tiempo, razón por la que se desarrollan actividades dirigidas a la acción preventiva. Como lo hacemos siempre desde **AMEBPBA**, acompañando la realización de eventos para el cuidado de la salud, les acercamos información referida a esta

¿DÓNDE SE UBICA LA PRÓSTATA?

La próstata es una glándula encapsulada que tiene el tamaño aproximado a una almendra y pesa cerca de 20 gramos. Está localizada debajo de la vejiga, abrazando la uretra, y produce un líquido que se une a la segregación de la vesícula seminal para formar el semen. Del mismo modo dentro de ella ocurre la transformación hormonal masculina de la testosterona, que a su vez, es la responsable del control del crecimiento de esta glándula.

AFECCIONES

La glándula prostática puede padecer distintas afecciones (Prostatitis, Hiperplasia Benigna, etc.) que presentan síntomas similares como dificultades para orinar, ardor y síntomas obstructivos. Pero la enfermedad más seria es el Cáncer de Próstata, que en su inicio puede no presentar síntomas relevantes. En la mayoría de los casos el paciente manifiesta dificultad para orinar, sensación de que el líquido no se eliminó totalmente, además puede aparecer sangre y aumentar la frecuencia de micción. Es una afección de larga evolución y en la que se aplican tratamientos de alta efectividad. Además, es la dolencia masculina más frecuente, pero no es la más grave ya que podemos prevenirla. Los profesionales afirman que con los controles correspondientes, en la mayoría de los casos, se logra un buen pronóstico.



ASOCIACIÓN MUTUALISTA
Bolívar 368 / 374 - Ciudad Autónoma de Buenos Aires
WWW.AMEBPBA.ORG.AR

PREVENCIÓN

La consulta médica cumple un rol fundamental para la prevención de dolencias que afectan la próstata. Si no tiene ningún signo, los chequeos se recomiendan a partir de los 50 años, y si existen antecedentes familiares a partir de los 40 años. Habitualmente los controles incluyen: revisión médica, análisis de sangre PSA (Antígeno Prostático Específico) ecografías, y un examen de tacto rectal, que es el procedimiento más efectivo para su detección. Teniendo en cuenta que las enfermedades prostáticas no siempre producen síntomas relevantes, es una verdadera necesidad realizar los controles periódicos correspondientes para detectar afecciones tanto benignas como malignas. Asimismo, otros elementos muy importantes para evitar la aparición de enfermedades son no fumar, realizar ejercicio y llevar una alimentación saludable. Para mejorar nuestra nutrición es importante tener en cuenta los siguientes consejos:

DIETA SALUDABLE

- Incorporar frutas y verduras en la dieta.
- Evitar las comidas fritas.
- Condimentar con aceite vegetal, vinagre y jugo de limón.
- Es primordial reducir la ingestión de carnes grasas (carnes rojas) y, sobre todo, los productos elaborados a partir de ellas, como embutidos, mortadelas, salchichas, longanizas, etc.
- El pollo debe cocinarse sin piel y comer, preferentemente, la parte de la pechuga.
- Los productos lácteos deben ser descremados.
- No abusar del huevo, se recomienda ingerir sólo las claras.
- Beber mínimo 2 litros de agua por día.
- El Alcohol debe tomarse con moderación.

Sr. Afiliado recuerde que en la Clínica AMEBPBA cuenta con el Servicio de Urología. Para solicitar mayor información sobre prestadores en su zona puede comunicarse con el Centro de Atención Telefónica al 0810-122-6888 de Lun. a Vie. de 9 a 19 hs. o a través de nuestro sitio web www.amebpba.org.ar

SEMANA DE LA PRÓSTATA



HOSPITAL DR. IGNACIO PIROVANO
Monroe N° 3555, CABA
(011) 4542-5552

Del 24 al 28 de Octubre, de 8 a 13 hs.
Recuerde que los requisitos son: asistir con
8 hs. de ayuno,

HOSPITAL NACIONAL PROF. A. POSADAS
Av. Pres. Arturo U. Illia, El Palomar, Bs. As.
(Ingresando por el Sector E - Planta Baja)
(011) 4469-9300

Del 22 al 26 de Septiembre
de 8 a 13 hs.



ASOCIACIÓN MUTUALISTA
Bolívar 368 / 374 - Ciudad Autónoma de Buenos Aires
WWW.AMEBPBA.ORG.AR