



Unidad de Comunicación Social

Ciudad de México, viernes 15 de noviembre de 2019  
No. 496/2019

## BOLETÍN DE PRENSA

### Prevenibles hasta en 50 por ciento los tres principales tipos de cáncer en el hombre

- Hasta la mitad de los casos de cáncer de próstata, de pulmón, y en colon y recto podrían evitarse o retrasar por varios años su aparición con sencillas medidas.
- Se debe crear un hábito alimenticio desde la niñez con dieta balanceada y rica en fibra, reducir la ingesta de grasa y carbohidratos, así como evitar el consumo de tabaco y alcohol.

Con una dieta rica en fibra, consumir verduras y frutas, reducir la ingesta de carnes rojas, comidas con alto contenido en grasas, mantener un peso saludable, tomar dos litros de agua al día, evitar tabaco y alcohol, se pueden prevenir entre 30 y hasta 50 por ciento los tres principales tipos de cáncer que padecen los varones: próstata, pulmón y colo-rectal.

Datos de la Coordinación de Administración de Riesgos Institucionales indican que en la actualidad más de 23 mil derechohabientes reciben tratamiento médico y/u oncológico por cáncer en próstata, 12 mil 212 en colon y recto y mil 738 en pulmón.

El jefe de la División de Cirugía Oncológica del Hospital de Oncología del Centro Médico Nacional Siglo XXI, doctor Edgar Rodríguez Antezana, señaló en este el último caso se registra una menor cantidad de personas a pesar de su alta prevalencia.

Señaló la importancia en que la población conozca los principales factores de riesgo de los tres principales tipos de cáncer en el hombre, a fin de acudir a recibir atención de manera oportuna, ya que los varones tienen mayor posibilidad de desarrollar tumores a partir de los 40 años de edad y se incrementa con el transcurso de los años, más en las personas con antecedentes familiares (padres, abuelos, tíos, hermanos) con cáncer.

El doctor Rodríguez Antezana explicó que para el diagnóstico oportuno del cáncer de próstata, es fundamental que a partir de la cuarta década de la vida,



### *Unidad de Comunicación Social*

sin necesidad de sentir dolor o algún tipo de síntoma, los derechohabientes acudan con su médico familiar para que se realicen el tacto rectal, ultrasonido de próstata y prueba sanguínea del Antígeno prostático específico, según el requerimiento de cada derechohabiente.

Respecto al cáncer pulmonar, dijo que el principal factor de riesgo es el hábito de fumar por un largo periodo, o los fumadores pasivos, personas que conviven con un fumador.

El especialista explicó que cuando el paciente presenta tos crónica de más de dos semanas, hemoptisis (tos con sangre) y dificultad respiratoria, debe acudir a su Unidad de Medicina Familiar.

En el caso del cáncer colo-rectal, el principal factor de riesgo para su desarrollo es la dieta baja en fibra y el consumo excesivo de grasas, carbohidratos, carnes rojas y procesadas. Los síntomas que puede presentar el paciente son cambios en los hábitos de evacuación, sangrado rectal, dolor abdominal tipo cólico y pérdida de peso.

Ante esto, debe solicitar atención con su médico familiar para realizar un diagnóstico y tratamiento oportuno, que tiene como parte fundamental cambiar la dieta por una rica en fibra en la que se prefieren verduras y frutas frescas, así como el consumo de dos litros de agua simple al día.

El especialista del IMSS destacó que, no obstante, cáncer no debe ser sinónimo de muerte y es un mito que debe romperse. La parte medular está en realizar un diagnóstico temprano y oportuno, ya que en los estadios I y II del cáncer en general, la posibilidad de curación va del 80 hasta el 90 por ciento con el manejo quirúrgico con criterio oncológico.

--- o0o ---