

Los hombres nos protegemos del cáncer



¿Qué es el cáncer?

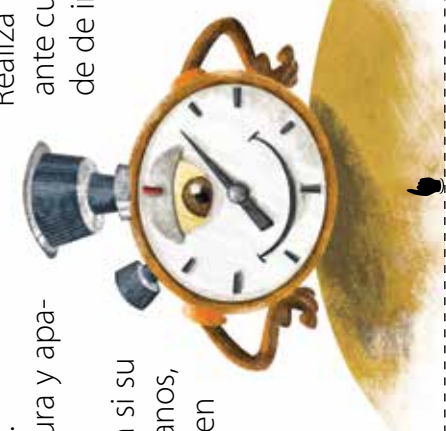
Todo nuestro cuerpo y nuestros órganos, como pulmones, corazón, cerebro, piel, hígado y órganos sexuales, están formados por millones de partes pequeñas llamadas células. En algunos casos, éstas pueden empezar a crecer y a desarrollarse de una manera anormal, hasta llegar a formar tumores, estos pueden ser de dos tipos: benignos, que no representan mayor riesgo, y malignos, esto es, los que producen cáncer y pueden surgir en cualquier parte de nuestro cuerpo.



- Revisa todo el pene para identificar si no hay una bolita o algo anormal.
- Después continúa con la revisión de los testículos: color y textura de la piel. Tócalos con cuidado para identificar si existe algún endurecimiento o bolla.

Realiza esta revisión por lo menos cada mes y ante cualquier cambio o duda que tengas, acude de inmediato a tu centro de salud!

¡Recuerda, en esto del cáncer el tiempo es oro!



El cáncer de próstata suele crecer muy lentamente. La mayoría de los hombres con este cáncer son mayores de 65 años y no se mueren por la enfermedad. Detectarlo y tratarlo antes de que se presenten los síntomas pueden mejorar la salud o ayudar a vivir más tiempo. Es importante acudir con la médica o el médico, para:

- Verificar que no existan lesiones que no se noten a simple vista.
- Indicar el tratamiento adecuado.
- Indicar qué exámenes médicos y de laboratorio hay que realizarse.
- Explicar las medidas que deben tomarse para prevenir otros problemas como el cáncer.
- Orientar sobre la manera de proteger a la pareja de la infección, y sobre las medidas que podemos tomar al tener relaciones sexuales.

Técnica para explorar nuestros órganos sexuales (Revisión personal)

- Párate frente a un espejo y observa el tamaño y la forma de tu pene y tus testículos.
- Revisa primero el pene: color, textura y apariencia de la piel.
- Retira la piel del prepucio y verifica si su aspecto es normal, si no tiene granos, llagas y/o enrojecimiento anormal en la punta del pene o glándelo.

5

¿En qué consiste la prueba del Papanicolaou?

Es un examen que puede mostrar la presencia de infecciones, inflamaciones y anomalías como el cáncer, y que consiste en tomar muestras de células de la matriz y el cérvix o cuello de la matriz.

Aunque la prueba no es infalible 100 por ciento, en la mayoría de los casos es muy segura y puede detectar el cáncer cuando apenas inicia, por lo tanto puede ser tratado y casi invariablemente curado.

¿Quiénes se deben realizar esta prueba?

- Todas las mujeres que tienen una vida sexual activa.
- Todas las mujeres que estén expuestas a algunas de las situaciones de riesgo que ya mencionamos.
- Todas las mujeres mayores de 25 años, aunque no tengan o no hayan tenido nuntas relaciones sexuales.

¿Dónde se realiza este estudio?

Este estudio se realiza de forma gratuita en los centros de salud de la Secretaría de Salud, en las clínicas del Instituto Mexicano del Seguro Social y del ISSSTE, entre otras.



5

¡Hazte la prueba!

Algunas indicaciones para hacerse el estudio

- Es necesario no estar menstruando.
- No haber tenido relaciones sexuales 48 horas antes.
- No haberse realizado lavados vaginales, ni haber utilizado óvulos, cremas vaginales o espermicidas 48 horas antes.

Para tomar la muestra, el o la médico/a, coloca con mucho cuidado dentro de la vagina, un pequeño aparato, conocido como espejo vaginal, y con un hisopo y delgado toma una muestra del tejido que se encuentra en el útero o matriz.

Si nunca se han tenido relaciones sexuales, es necesario indicarlo al médico con anticipación, en cuyo caso no se utiliza el espejo vaginal, y sólo se toma la muestra con el hisopo, que no provoca alteraciones al himen, ni molestias de ningún tipo.

Es un procedimiento sencillo que dura aproximadamente 15 minutos, el cual puede ocasionar un poco de incomodidad, pero no causa dolor. Para sentirnos más seguros, podemos hacerlos acompañar de nuestra pareja si la tenemos, o de alguna persona de nuestra confianza. Es nuestro derecho que una persona se encuentre presente mientras nos hacen el Papanicolaou.

Esta muestra se envía a un laboratorio para su análisis, y los resultados estarán listos en un máximo de 15 días, para que el o la médico/a nos explique lo que se encontró y nos dé las indicaciones correspondientes para cuidar nuestra salud. El Papanicolaou toma unos minutos de nuestro tiempo y nos puede salvar la vida.

6

Las mujeres decimos no al cáncer al cérvico-uterino



¿Qué es el cáncer cérvico-uterino? Todo nuestro cuerpo está formado por millones de partes pequeñas llamadas células. En algunos casos, éstas pueden empezar a crecer y a desarrollarse de una manera anormal hasta llegar a formar lo que conocemos como tumores. Estos tumores pueden ser de dos tipos: benignos, que no representan mayor riesgo, y malignos, esto es, los que producen cáncer. Cuando se desarrolla un tumor maligno en el útero o matriz y en el cuello o cérvix de éste, recibe el nombre de cáncer cérvico-uterino.

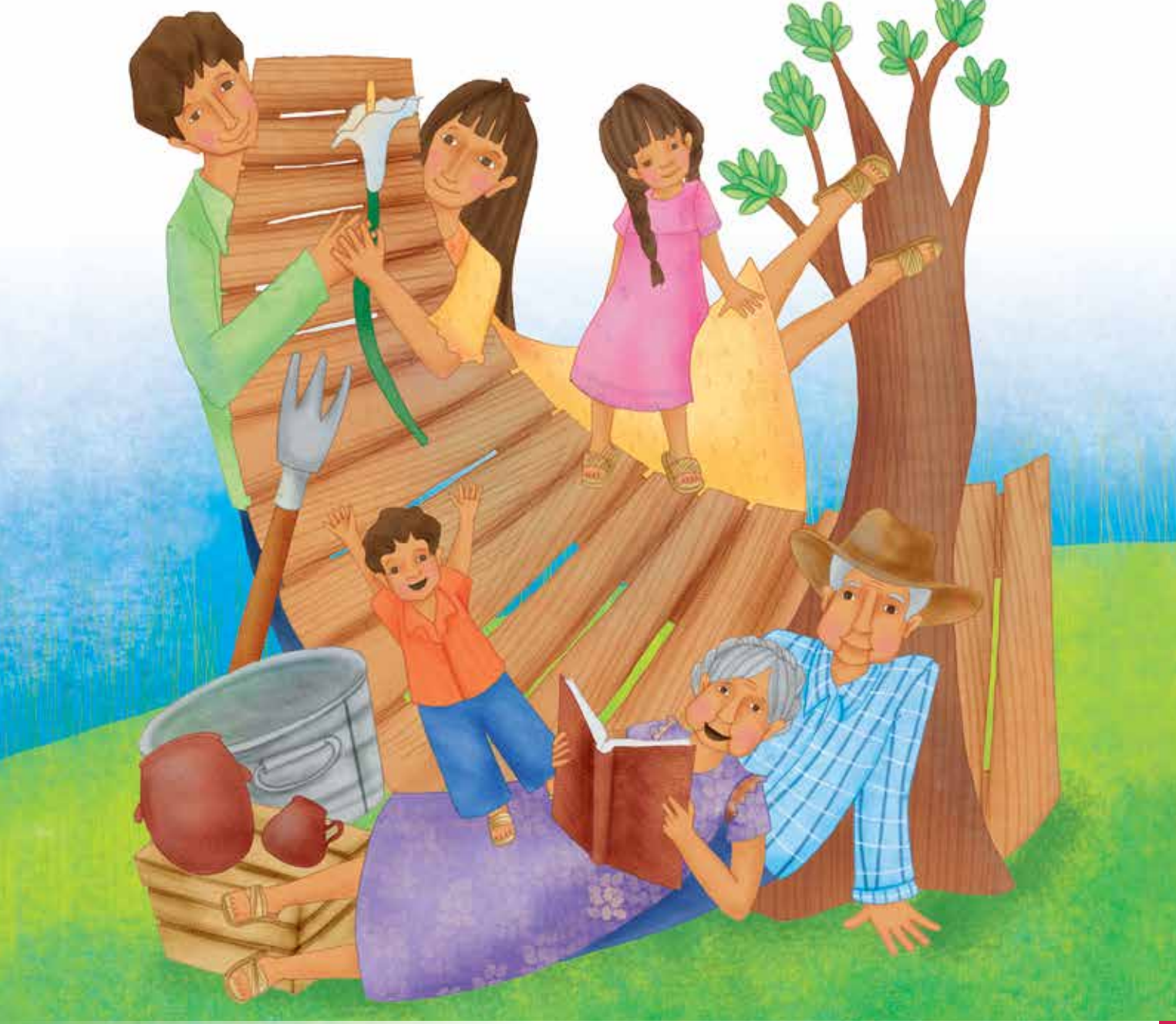
Métodos definitivos

Recomendaciones de uso	Formas de uso y duración	Contraindicaciones	Ventajas	Desventajas
Vasectomía sin bisturí 99%+ <ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres en edad fértil con vida sexual activa y fecundidad satisfecha. ◊ Por razones médicas. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Operación que se realiza sin bisturí en el hombre y consiste en cortar y ligar los conductos por donde pasan los espermatozoides. ◊ Método permanente. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Criptorquidia (hombres cuyos testículos no descendieron). ◊ Antecedentes de cirugía escrotal o testicular. ◊ Hombres con problemas de coagulación. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Es sencilla de realizar. ◊ No afecta la potencia sexual. ◊ Es muy segura. ◊ No causa efectos negativos a la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Entre los primeros 6 meses después del parto. ◊ Etarda efectividad anticoncepcional. ◊ Recaptación inmediata de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlos. ◊ No afecta el organismo siempre y cuando no sea utilizado con frecuencia. ◊ No protege de ITS, VIH y SIDA. ◊ No se puede utilizar como método de emergencia. ◊ No se debe utilizar un condón nuevo para cada contacto sexual.
Salpingoclasia 99% <ul style="list-style-type: none"> ◊ Mujeres en edad fértil con vida sexual activa y fecundidad satisfecha. ◊ Por razones médicas. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Operación que se realiza en la mujer y consiste en amarrar y cortar las trompas de Falopio. ◊ Método permanente. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Enfermedad inflamatoria pélvica activa. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Es muy efectiva. ◊ No afecta las relaciones sexuales. ◊ No causa efectos negativos a la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Reacción en el área de aplicación, entre los períodos menstruales. ◊ Puede haber sangrado o manchado en los supositorios. ◊ Náuseas. ◊ Problemas de empuje de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlos. ◊ No se puede utilizar como método de emergencia. ◊ No se debe utilizar un condón nuevo para cada contacto sexual.
Condón 85 a 95% <ul style="list-style-type: none"> ◊ Como apoyo a otros métodos sexuales. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Se coloca en el pene erecto del hombre antes del contacto genital. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Como apoyo a otros métodos sexuales. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Después de un aborto o parto. ◊ Toda mujer con vida sexual activa.
Anticoncepción de emergencia <ul style="list-style-type: none"> ◊ Antes de 24 horas 90% ◊ Más de 72 horas 75% 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Administración por vía oral. ◊ 72 horas siguientes a la relación sexual sin protección. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Después de un aborto o parto. ◊ Toda mujer con vida sexual activa.
Parche 99% <ul style="list-style-type: none"> ◊ Después de un aborto o parto. ◊ Toda mujer con vida sexual activa. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Durante los primeros 6 meses después del parto. ◊ Etarda efectividad anticoncepcional. ◊ Recaptación inmediata de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlos. ◊ No afecta el organismo siempre y cuando no sea utilizado con frecuencia. ◊ No protege de ITS, VIH y SIDA. ◊ No se puede utilizar como método de emergencia. ◊ No se debe utilizar un condón nuevo para cada contacto sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Después de un aborto o parto. ◊ Toda mujer con vida sexual activa.
Métodos de fácil acceso <ul style="list-style-type: none"> ◊ 85 a 95% 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Se coloca en el pene erecto del hombre antes del contacto genital. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Como apoyo a otros métodos sexuales. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres con vida sexual activa y actividad sexual esporádica. ◊ Su duración está limitada al tiempo de utilización. ◊ Cuando hay riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH y SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Después de un aborto o parto. ◊ Toda mujer con vida sexual activa.
Métodos definitivos <ul style="list-style-type: none"> ◊ Hombres en edad fértil con vida sexual activa y fecundidad satisfecha. ◊ Por razones médicas. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Operación que se realiza sin bisturí en el hombre y consiste en cortar y ligar los conductos por donde pasan los espermatozoides. ◊ Método permanente. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Criptorquidia (hombres cuyos testículos no descendieron). ◊ Antecedentes de cirugía escrotal o testicular. ◊ Hombres con problemas de coagulación. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Es sencilla de realizar. ◊ No afecta la potencia sexual. ◊ Es muy segura. ◊ No causa efectos negativos a la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ◊ Entre los primeros 6 meses después del parto. ◊ Etarda efectividad anticoncepcional. ◊ Recaptación inmediata de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlos. ◊ No afecta el organismo siempre y cuando no sea utilizado con frecuencia. ◊ No protege de ITS, VIH y SIDA. ◊ No se puede utilizar como método de emergencia. ◊ No se debe utilizar un condón nuevo para cada contacto sexual.

Diferentes tipos de Métodos anticonceptivos



Hágalo por su salud sexual y reproductiva



2ª Edición

¿Cómo se previene?

Siempre usar condón, de forma adecuada, así sea el femenino o el masculino para sexo oral, vaginal o anal.

Realizarse revisiones periódicas (Papanicolaou, autosexploración) para detectar cualquier señal de alarma en los órganos sexuales, y acudir a la clínica o Centro de salud.

Si una mujer embarazada tiene lesiones por este virus, el nacimiento es a través de una cesárea para evitar que el bebé entre en contacto con las lesiones y secreciones contaminadas por el virus en el canal vaginal.

¿Qué es el HPV?

Es una infección de transmisión sexual, causada por el Virus del Papiloma Humano (VPH), el cual se transmite por vía vaginal, anal u oral, y no tiene cura.

Tercer paso: ¿Qué hacer?

Segundo paso: ¿Qué hacer?

Primer paso: ¿Qué hacer?

La paciente acostada y con una almohada debajo del hombro que corresponde al pecho que se va a examinar, procederá a colocar la mano debajo de la nuca y a realizar la exploración de la manera indicada anteriormente.

Para revisar el seno contrario se realizan los mismos pasos ya descritos, cambiando previamente la almohada de hombro.

¿Que se observa? Observa si por medio de esta exploración siente alguna bolita localizada en los senos, o en axilas.

Se coloca la mano izquierda atrás de la nuca, y con los dedos de la mano derecha explora el seno izquierdo.

Esta exploración se realizará en un solo sentido de manera circular, de tal forma que no quede ningún segmento, sin explorar.

Finalmente se exprimirá el pezón para comprobar que no existe salida de secreciones.

Para revisar el seno contrario se realizarán las mismas maniobras pero con la mano opuesta.

¿Qué se observa?

Observe si por medio de esta exploración siente alguna bolita localizada en los senos, axilas o si al presionar los pezones salen secreciones (líquido).

La persona se para desnuda de la cintura hacia arriba frente a un espejo, elevando los brazos y uniéndolos por encima de la cabeza, y se observa.



¿Qué se observa?

Observe cuidadosamente el tamaño de los pechos: generalmente uno de estos es más grande que el otro (esto es normal), pero el color y las características de la piel deben ser iguales en ambos.



Es conveniente que una vez al año su médico le revise los senos. A continuación se detallan los pasos para realizar la autoexploración de los senos.



Métodos químicos y mecánicos

Recomendaciones de uso	Formas de uso y duración	Contraindicaciones	Ventajas	Desventajas
Pastillas 98% <ul style="list-style-type: none"> Mujeres en edad fértil con vida sexual activa. Parejas con relaciones estables. Mujeres con relaciones sexuales frecuentes. Después de un aborto o parto. 	Administración por vía oral (tomada). Duración limitada a cada uno de los ciclos durante los cuales se toman las tabletas.	<ul style="list-style-type: none"> Durante los primeros seis meses después del parto y durante la lactancia. Embarazo o sospecha de este. Tener o haber tenido enfermedades relacionadas con la circulación o vórices, enfermedades del corazón. Tener o haber tenido cáncer mamario o de cérvix, tumores hepáticos (hígado) benignos o malignos. Enfermedad hepática aguda o activa. Durante la administración de medicamentos. 	<ul style="list-style-type: none"> Elevada efectividad anticonceptiva. Recuperación inmediata de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlas. Puede o normaliza la menstruación. Disminuye las molestias premenstruales. 	<ul style="list-style-type: none"> No protegen de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), VIH y SIDA. Debe usarse diariamente. Puede producir náuseas, dolor de cabeza y variaciones de pecho. No se aconseja la toma por más de 6 a 8 años antes del primer embarazo.
Injectables + 99% <ul style="list-style-type: none"> Mujeres en edad fértil con vida sexual activa. 	Administración por inyección mensual o trimestral. La protección se extiende hasta por 33 días después de la aplicación de la inyección. Las de administración trimestral se recomiendan a mujeres mayores de 18 años.	<ul style="list-style-type: none"> Mismas que el método anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> Su uso es confiable y privado. Solo tiene que aplicarse una vez al mes o al trimestre. Mismas que el anterior. 	<ul style="list-style-type: none"> No protegen de ITS, VIH y ni SIDA. Solo tiene que aplicarse una vez al mes y trastornos en la menstruación.
Espermicidas 75 a 90% <ul style="list-style-type: none"> Mujeres en edad fértil con vida sexual activa y relaciones sexuales esporádicas. 	Se aplica en la vagina de la mujer a través de cremas, óvulos y espumas en aerosol. Su duración es limitada a una hora a partir de la aplicación en la vagina.	<ul style="list-style-type: none"> Hipersensibilidad a algunos de los componentes de la formulación (ardor, comezón, dolor, resequeidad). 	<ul style="list-style-type: none"> No provocan problemas secundarios. Unidos al condón previenen el contagio de ITS y SIDA. Son fáciles de llevar. 	<ul style="list-style-type: none"> Su efectividad disminuye por el uso incorrecto. Puede causar alergias en personas alérgicas al látex. Debe utilizarse una nueva aplicación cada que haya contacto sexual.
Implante hormonal subdérmico + 95% <ul style="list-style-type: none"> Mujeres sanas con vida sexual activa. Después de un aborto o parto. 	Tubos de progesterona que se implantan quirúrgicamente bajo la piel, normalmente del brazo. Su duración es de tres años.	<ul style="list-style-type: none"> Durante los primeros 6 meses después del parto o cesárea y durante la lactancia. Sospecha de embarazo. Problemas circulatorios. 	<ul style="list-style-type: none"> Elevada efectividad anticáncer. El elevado gasto inicial puede ser menor que comprar anticonceptivos orales durante el mismo periodo. 	<ul style="list-style-type: none"> Se puede presentar infección en el brazo y se pone y se quita de manera quirúrgica. Sólo se puede retirar cuando acaben las dosis. Irregularidades menstruales y/o dolor de cabeza o de senos.
Dispositivo intrauterino + 98% <ul style="list-style-type: none"> Mujeres en edad fértil con vida sexual activa que no deseen tomar periódicamente un anticonceptivo hormonal. El dispositivo Levonorgestrel el DIU T de cobre estándar, se recomienda para mujeres que ya han tenido hijos, y el DIU T de cobre para mujeres nulíparas (que aún no tienen hijos) y el cual es de dimensiones menores. También puedes ser usado en mujeres con menstruaciones abundantes, que se encuentran en etapa premenopáusica (que tienen más de 40 años de edad). 	Se inserta en la matriz de la mujer. Duración aproximada 10 años. El DIU Levonorgestrel tiene una duración de 5 años.	<ul style="list-style-type: none"> Embarazo o sospecha de embarazo. Útero con histiometría (útero pequeño) menor de 6 cm. Patología que deforme la cavidad uterina. Tumor del útero. Enfermedad inflamatoria pélvica activa. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede utilizarse hasta por 10 años. No interviene con el acto sexual. Es fácil de quitar y no afecta la oportunidad de tener hijos. 	<ul style="list-style-type: none"> No previene del VIH, SIDA o ITS. Puede causar menstruación con más sangrado. Se debe hacer un examen ginecológico previo. Puede haber dolor al insertarlo.

Es tiempo de superarse... ¡Anímate!

Sólo tienes que platicar sobre lo que has estudiado y lo que te interesa, para que te expliquen mejor lo que el MEVYT te puede ofrecer y reconocer.

También se le conoce como condiloma o cresta de gallo.
Existen más de cien tipos de este virus, algunos se relacionan con 70% de los casos de cáncer cervicouterino, segunda causa de muerte en mujeres. Cada vez hay más personas infectadas en todo el mundo por falta de información para prevenir que se transmita.

Una persona tiene lesiones producidas por el Virus del Papiloma Humano (VPH) puede infectar a otra durante el coito; con sexo oral, los virus ingresan a través de la saliva del compañero/a sexual.

¿Cuáles son los síntomas?

Un gran número de casos no presenta síntomas, por lo que la persona infectada desconoce que lo está; los síntomas pueden aparecer meses o años después. Las molestias principales son ardor y comezón alrededor del pene, la vulva o el ano. Empezan con una lesión parecida a una verruga, que al ir multiplicándose toma una forma parecida a la coliflor.

En el hombre, aparece pili-mero en el prepucio (tejlido que cubre el pene) y el glande, y luego en el escroto (piel externa de los testículos) y alrededor del ano, tal (perine) y el ano.

También se pueden encontrar lesiones en la boca y/o debajo de la lengua. Actualmente no existe cura médica para la infección del papiloma; las lesiones y las verrugas sí pueden ser eliminadas, sin embargo existe la posibilidad de que reaparezcan. El virus sigue ahí. Causas que favorecen la infección por VPH: Prácticas sexuales, como:

- Iniciar las relaciones sexuales a edad temprana.
- Tener muchos compañeros/as sexuales.
- Son situaciones de riesgo también el abuso en el consumo de alcohol o drogas, ya que aumentan la probabilidad de infectarse del Virus del Papiloma Humano.

2

3

4

Autoexploración de mamas

Cáncer de mama

Cáncer de mama

El cáncer de mama, o mamario, se manifiesta por la aparición de una o más bolitas, las cuales se pueden localizar en cualquier parte de los pechos o mamas.

Este tipo de cáncer puede extenderse a cualquier órgano, pero es más frecuente que afecte los huesos, el hígado o los pulmones.

¿Cuáles son los primeros síntomas de la enfermedad?

Si se presenta la enfermedad, la mujer puede presentar cualquiera de las siguientes señales:

- Aparición de las bolitas en cualquier parte de las mamas.
- Dolor en las mamas.
- Enrojecimiento de la piel de los senos.
- Disminución del tamaño y consistencia de uno de los senos.
- Pezones retraídos, con comezón o pezones de lo que salen secreciones.

¿Qué mujeres tienen mayor peligro de enfermarse de cáncer en las mamas?

Las mujeres que tienen mayor peligro de padecer este tipo de cáncer son aquellas que:

- Tienen antecedentes familiares de cáncer mamario.
- Tuvieron su primer hijo después de los 35 años.
- Padecen de obesidad o Diabetes Mellitus.
- Iniiciaron la menstruación a temprana edad y con menopausia tardía.
- Poseen niveles elevados de estrógenos (hormonas femeninas) provenientes, la mayoría de las veces, por automedicación de estrógenos en dosis no apropiadas para la persona.

¿Cómo se puede detectar la enfermedad?

- El estudio más importante es la autoexploración manual de ambos senos.
- Deberán realizar esta exploración como rutina frecuente todas las mujeres a partir de los 15 años.
- Esta autoexploración se deberá de realizar cada mes, 7 días después de iniciada la menstruación.
- Las mujeres menopáusicas la realizarán un día específico de cada mes.

¿Qué ocasiona el cáncer cervicouterino?

No existe una causa única que lo produce o desarrolla, pero se presentan algunas condiciones que nos indican la necesidad de estar pendientes de nuestra salud. Algunas de estas condiciones son las siguientes:

- Estar entre los 25 a 64 años de edad, aunque no se hayan tenido relaciones sexuales.
- Haber iniciado relaciones sexuales antes de los 18 años.
- Tener o haber tenido varias parejas sexuales.
- Infección cervical por virus del papiloma humano (condilomatosis).
- Tener o haber tenido otras infecciones de transmisión sexual.
- Tabaquismo.
- Deficiencia de vitaminas en la alimentación.
- Nunca haberse realizado el Papanicolaou.

Al principio no se experimenta ningún síntoma, por lo que muchas veces no se toman las medidas necesarias para detenerlo a tiempo, lo que ocasiona que muchas mujeres mueran al año por esta causa.

Muchas de estas muertes podrían evitarse con una atención oportuna, ya que este tipo de cáncer es de los más fáciles de detectar y curar.

¿Cómo podemos evitar el cáncer?

Una condición que debemos tener en cuenta, es haber tenido una infección producida por el Virus del Papiloma Humano que produce verrugas en los órganos sexuales, comúnmente conocidas como condilomas, y que son diferentes a las verrugas que aparecen en otras zonas del cuerpo.

Los condilomas o verrugas que aparecen cuando hay infección por el virus del papiloma humano, generalmente se presentan en el cuello del útero o matriz en la vulva, dentro de la vagina, en el ano, en el ano y en la zona que se encuentra entre el ano y la vagina. Estas verrugas se eliminan con tratamiento médico, pero el virus puede permanecer en nuestro cuerpo, por lo que las verrugas pueden aparecer tiempo después. Por ello es necesario utilizar algún método de barrera, como el condón, para evitar transmitirlo a la pareja.

En ocasiones la infección no da ningún síntoma, ni aparecen las verrugas, pero al tener el virus se puede transmitir a la pareja.

Es importante que cuando se tiene o ha tenido una infección por el virus del papiloma humano, o lo tiene nuestra pareja, acudamos al médico, ya que algunos tipos de este virus están asociados con el desarrollo de cáncer en los órganos sexuales, como matriz y cuello de la matriz, ano y recto. El médico será el indicado para:

- Revisar que no vayamos a tener lesiones que no se vean a simple vista.
- Darnos el tratamiento adecuado.
- Indicarnos si hay que realizar exámenes y estudios médicos.
- Explicarnos las medidas que podemos tomar para prevenir otros problemas, como el cáncer.
- Orientarnos sobre la manera de proteger a nuestra pareja de la infección si no la tiene, y sobre las medidas que podemos tomar al tener relaciones sexuales.

¿Cómo podemos evitar el cáncer?

- En primer lugar reconocer nuestro derecho a cuidarnos y querernos.
- Asistir con regularidad con el o la médico/a de nuestro centro de salud.
- Protegernos de las infecciones de transmisión sexual, sobre todo si ya sabemos del riesgo que significa el virus del papiloma humano.
- Realizarnos regularmente el examen del Papanicolaou, cada año, o cuando lo indique el o la médica/a.

¿Qué puede producir el cáncer?

No existe una causa que se considere directa, pero se han identificado algunas situaciones que, si se han vivido, representan riesgos para nuestra salud. A continuación se mencionan algunas de estas situaciones, no son las únicas, pero sí las que debemos considerar para evitarlas.

- Haber tenido infecciones de transmisión sexual sobre todo el Virus del papiloma humano.
- Tener el virus de Inmunodeficiencia humana que produce el sida.
- Haber tenido algún problema anterior en los testículos o en el pene.

¿Cómo detectar a tiempo el cáncer?

El cáncer, cuando inicia, no se nota, por lo que desde pequeños debemos aprender a explorar o revisar nuestros órganos sexuales, y así detectar a tiempo cualquier anomalía o problema de salud, no sólo de cáncer.

Si llegas a notar cambios en tus órganos sexuales, como los que se mencionan a continuación, es importantísimo que acudas de inmediato con tu médico.

- Cambios en el color del pene y los testículos.
- Inflamación o dolor.
- Si aparece alguna "bolita", ya sea que esta duela o no.
- Si notas molestias o dolor al orinar o eyacular.
- Sangre en la orina.

Nuestra salud es nuestro tesoro, ¡cuidémosla!

¡Ojo con el Virus del Papiloma Humano!

Una situación que nos pone en riesgo es haber tenido antecedentes de infección producida por un virus llamado papiloma humano, que produce verrugas en los órganos sexuales, comúnmente conocidas como condilomas. Este tipo de infección podría llegar a convertirse en cáncer si no se lleva un seguimiento médico frecuente.

¡Cuidado con el virus del Papiloma humano!

Estos condilomas o verrugas, generalmente aparecen en el pene, en el interior de la uretra, alrededor de los testículos, en el recto, en el ano y entre la zona que se encuentra entre el ano y el pene. Estas verrugas no son iguales que las que aparecen en otras zonas del cuerpo. Esta infección no es curable. Lo que sí es posible es eliminar las verrugas para evitar que se propaguen, aunque pueden volver a aparecer posteriormente porque este virus va a vivir en nuestro cuerpo. Por ello se debe utilizar algún método de barrera en las relaciones sexuales, como el condón, para evitar transmitirlo a nuestra pareja.

Otro tipo de cáncer en los hombres es el de próstata, que a menudo no presenta síntomas tempranos. El cáncer de próstata avanzado puede hacer que los hombres orinen con más frecuencia o tengan un flujo débil de orina, pero estos síntomas también pueden ser por afecciones benignas de la próstata.

Estos condilomas o verrugas, generalmente aparecen en el pene, en el interior de la uretra, alrededor de los testículos, en el recto, en el ano y entre la zona que se encuentra entre el ano y el pene. Estas verrugas no son iguales que las que aparecen en otras zonas del cuerpo. Esta infección no es curable. Lo que sí es posible es eliminar las verrugas para evitar que se propaguen, aunque pueden volver a aparecer posteriormente porque este virus va a vivir en nuestro cuerpo. Por ello se debe utilizar algún método de barrera en las relaciones sexuales, como el condón, para evitar transmitirlo a nuestra pareja.

Estos condilomas o verrugas, generalmente aparecen en el pene, en el interior de la uretra, alrededor de los testículos, en el recto, en el ano y entre la zona que se encuentra entre el ano y el pene. Estas verrugas no son iguales que las que aparecen en otras zonas del cuerpo. Esta infección no es curable. Lo que sí es posible es eliminar las verrugas para evitar que se propaguen, aunque pueden volver a aparecer posteriormente porque este virus va a vivir en nuestro cuerpo. Por ello se debe utilizar algún método de barrera en las relaciones sexuales, como el condón, para evitar transmitirlo a nuestra pareja.