





Índice



Historia del Sr. Gerardo Rodríguez 01

Historia del Sr. Raul Díaz 03

Experiencia del Sr. Mauricio Gutiérrez luego de la cirugía 05

Experiencia del Sr. Alberto Romero quien vive con cáncer de
próstata desde hace 20 años 07

Historia del Sr. Gilberto Castro 10



HISTORIA DEL SR. GERARDO RODRÍGUEZ¹

"La prostatitis ha afectado mi vida de una manera enorme"

El Sr. Gerardo Rodríguez fue diagnosticado con prostatitis en 2011 a la edad de 24 años. Al compartir esta historia, espera crear conciencia sobre esta condición común y hacerles saber a otros hombres que no están solos.

"Mis síntomas aparecieron mientras tomaba una copa en el bar. De repente sentí una sensación muy aguda y dolorosa en mi pene y necesitaba orinar de inmediato. El dolor y la urgencia empeoraron progresivamente a lo largo de la noche. Cuando llegué a casa, estaba orinando en una botella cada 30 segundos".

"Prácticamente me quedé en mi habitación durante los siguientes cuatro días, alternando entre mi cama y el baño. Yo estaba en la universidad en ese momento, así que mientras mis amigos estaban bebiendo, yo estaba en casa agonizando, sentado en un baño caliente tratando de relajar mis músculos pélvicos. Pero nada funcionaba".

Fue a su médico de cabecera, que le hizo una prueba de STI. Finalmente, siguiendo el consejo de su papá, fue a ver a un urólogo. Después de varias pruebas y exploraciones, a Gerardo le diagnosticaron prostatitis crónica.

No sabía nada de la prostatitis, no había conocido a nadie que la hubiera tenido y no sabía qué hacer.

"Cuando me diagnosticaron, no sabía nada sobre la prostatitis. Esperaba ver a un urólogo, conseguir algún medicamento y eso sería todo. No asimilé sino hasta unos meses después, que probablemente no desaparecería pronto".

Mis síntomas empeoraban, no podía tener una erección y tenía dolor en la espalda





baja. Sentí como si tuviera un tornillo alrededor de mi cintura. En ese punto consumí toda la medicación que pude. Tomaba tres antibióticos diferentes, cuatro analgésicos diferentes; la lista era larga”.

“Desafortunadamente, creo que eso es muy común para muchos hombres al principio. No sabía nada sobre la prostatitis, no había conocido a nadie que la hubiera tenido y no sabía qué hacer”.

Después de ser diagnosticado, Gerardo descubrió que tanto su hermano como su padre también tenían prostatitis. Si bien la condición de su hermano mejoró después de un par de meses, Gerardo y su papá todavía la padecen.

“La prostatitis ha afectado mi vida de una manera enorme, desde el sexo, los viajes, el trabajo, la comida. Es tu sistema urinario: cubre todos los aspectos de la vida”.

“Todavía estoy lidiando con los síntomas pero ya no tomo antibióticos ni analgésicos, simplemente no me funcionan”.

“Sé que el estrés lo empeora y he probado la meditación. Aparte de eso, no he probado nada demasiado holístico, pero creo que ese es el camino a seguir. He hablado con hombres que han visto sus mayores mejoras a través de la CBT (terapia cognitivo conductual)”.

“Creo que es importante seguir hablando de la prostatitis. Es una condición que puede tener un efecto devastador en la calidad de vida, pero no se le presta la atención que merece. Después de ver a un urólogo, realmente no hay una ruta definida para seguir en términos de tratamiento. Significa que muchos hombres se quedan a su suerte”.

“Compartir mi historia ha sido una experiencia catártica. Creo que cuanto más abierto sea con respecto a la prostatitis, menos probabilidades tendrá de sufrir una catástrofe o de evitar ciertas situaciones porque le preocupa lo que pueda suceder. Hablar sobre cómo se siente puede ayudar a abordar parte de la ansiedad subconsciente que acompaña a la afección. Cuando la gente sabe por lo que estás pasando y por qué sientes lo que sientes, se te quita un peso de encima”.





HISTORIA DEL SR. RAUL DÍAZ

El Sr. Raul es un concejal en Colombia. Le diagnosticaron cáncer de próstata en 2005.

Mi experiencia



“Antes de que se detectara mi cáncer, no tenía ningún conocimiento sobre el cáncer de próstata. No tenía síntomas, solo iba al médico de cabecera para un chequeo general. Fue solo por mi edad (67 en ese momento) que mi médico mencionó algo sobre un análisis de sangre de PSA. Decidí hacerme uno y, cuando llegó el resultado, mi médico dijo que debía ir al hospital para hacerme más pruebas.

Me hicieron una biopsia y recuerdo haber recibido una llamada telefónica de mi Médico. Solo me dijo, con mucha sensibilidad, tiene cáncer de próstata. Yo estaba en shock.

Afortunadamente, el cáncer no fue agresivo y después de algunas consultas, decidí someterme a radioterapia seguida de terapia hormonal.



Me sentí afortunado de que me diagnosticaran a tiempo. Era controlable y sentí que este tratamiento era adecuado para mí. Entonces, durante seis semanas, cinco días a la semana, me marcaban la próstata, luego entraba en la máquina de





radioterapia y recibía dos o tres minutos de radioterapia”.

“Me sentí un poco débil después de cada sesión y me dijeron que podía tener efectos secundarios. Pero a la edad de 67 años, cosas como la impotencia no me preocupaban. Solo sabía que tenía suerte porque lo había detectado a tiempo. Sentí que estaba bajo control.

Después de la radioterapia tuve terapia hormonal y desde entonces vuelvo a mi médico de cabecera aproximadamente cada año para una prueba de PSA. Mi PSA ahora es 0.2 y no ha superado el 0.4 desde que recibí el tratamiento. Me siento muy cómodo y saludable y realmente satisfecho de cómo va mi vida”.

Lo que estoy haciendo ahora

“En mi comunidad, el cáncer es un tema tabú y el cáncer de próstata, por su naturaleza, lo es aún más. Los hombres simplemente no saben nada al respecto. Dado que el cáncer de próstata afecta a 1 de cada 8 hombres, compartir mi historia podría animar a los hombres a hablar de ello.

Realmente creo que los hombres deberían hablar más sobre el cáncer de próstata. En el momento en el que me diagnosticaron le conté a mi familia, que estaba preocupada, pero no a mis amigos. Pero después de mi reciente conversación con el grupo, descubrí lo útil que podría ser compartir mi experiencia con otros y cómo puede animar a otros a buscar ayuda. Así que quiero contarle a más personas sobre mi historia, lo que pueden hacer y como pueden buscar ayuda. Todavía estoy sano. Espero mantenerme saludable hasta mi último aliento y si puedo ayudar a otras personas contándoles mi historia, eso me haría muy feliz y quedaría muy satisfecho”.



EXPERIENCIA DEL SR. MAURICIO GUTIÉRREZ LUEGO DE LA CIRUGÍA²

Mauricio Gutiérrez fue diagnosticado con cáncer de próstata localizado en agosto de 2015 a la edad de 60 años. Tres meses después se sometió a una cirugía para extirpar la próstata (prostatectomía radical). Aquí habla sobre su experiencia, cómo fue ser un hombre homosexual con cáncer de próstata y el apoyo que lo ayudó.

Sobre ser diagnosticado

“En 2015, a mi hermana melliza le diagnosticaron cáncer de mama. Yo no tenía problemas de salud ni síntomas, pero fue el diagnóstico de mi hermana lo que me motivó a hacerme un chequeo médico.

Me sometí a un examen rectal (DRE) y una prueba de PSA; los resultados de ambos mostraron que había un problema. Luego me hicieron una biopsia, que fue una experiencia incómoda pero no tan mala como había imaginado. Descubrí que mi miedo era peor que el procedimiento real. Lo peor fue ver sangre en mi orina y semen después, pero esto mejoró con el tiempo. Una semana después me diagnosticaron cáncer de próstata localizado”.

Someterse a una cirugía

“De inmediato me aconsejaron que me hiciera una prostatectomía radical. Aunque quería que me extirparan el cáncer para poder seguir con mi vida, decidí leer algo de información y obtener una segunda opinión.

Después de hablar con otros médicos, me pareció que la cirugía era la mejor opción para mí. Unos meses más tarde, en noviembre de 2015, me operaron, en el Hospital





Pablo Tobón Uribe de Medellín.

Mi principal preocupación al someterme a una cirugía era la incontinencia y la pérdida posterior de mi función sexual. Comencé a hacer ejercicios para fortalecer los músculos de mi suelo pélvico tan pronto como supe que la cirugía era una de las opciones. Creo que esto marcó una gran diferencia ya que no tuve problemas de incontinencia tan pronto como me quitaron el catéter después de la cirugía. Este fue un resultado muy agradable.

Me quedé en el hospital una noche y estaba lo suficientemente bien como para irme a casa al día siguiente. Me sentí bien conmigo mismo y positivo por cómo habían ido las cosas. Regresé al trabajo gradualmente después de tres semanas; tengo mi propio negocio, por lo que era importante recuperar esa sensación de normalidad en mi vida”.

Mi experiencia sobre el hablar con profesionales de la salud sobre mi sexualidad.

“Siempre estoy abierto y feliz de hablar sobre mi sexualidad. Un buen amigo me acompañó a la mayoría de mis citas médicas, y esto nunca fue cuestionado y nunca me sentí juzgado por ninguno de los médicos o enfermeras. Solo he experimentado una profesionalidad completa.

Pero lo que sí encontré fue que a muchos profesionales de la salud no les gustaba hablar de sexo. Aunque sentía que mi médico sentía empatía por mí como hombre homosexual, todavía me sentía incómodo al hablar con un médico heterosexual sobre mi vida sexual.

Para los hombres que son cautelosos con respecto a su sexualidad o están nerviosos por decirle a su médico o enfermera, yo diría que no importa, todos somos hombres y la vida es más importante. No se avergüence de hacer preguntas que sean importantes para usted”.





que estaba solicitando me la enviaban allí”.

En la montaña rusa del PSA

“Una vez que leí sobre mis opciones, decidí buscar a los mejores médicos que pudiera encontrar. Hice cita tras cita para obtener la mayor cantidad de opiniones posible, antes de conseguir un médico que me recomendó la terapia hormonal, junto con la radiación de haz externo, un plan combinado que reduciría el tamaño del cáncer para hacerlo un objetivo más fácil para la radiación”.

Frustrar enfermedades mortales antes de que comiencen: la nueva ciencia de la interceptación del cáncer

“El 1 de diciembre de 2000 inicié el tratamiento hormonal; entre el 1 de diciembre de 2000 y el 31 de enero de 2001, hicieron la radiación.

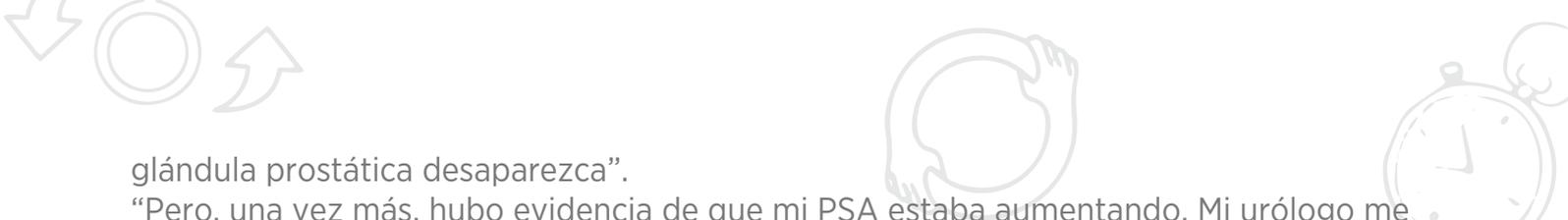
Inmediatamente después de este tratamiento, las cosas se veían bien. Mis niveles de PSA bajaron, que es lo que queríamos. Cuando la próstata produce más PSA, puede indicar un problema, como el posible desarrollo o crecimiento del cáncer; por lo tanto, bajo es mejor. De hecho, mis números se mantuvieron más bajos durante los cinco años siguientes.

Luego, mis niveles de PSA comenzaron a subir. Los médicos solo querían mantenerlos vigilados por un tiempo. Estaban preocupados, pero no demasiado. Después de unos meses de esta espera vigilante, mi equipo, un oncólogo radiólogo, urólogo y oncólogo médico, me dijo que necesitaba una cirugía para extirparme la próstata. Y una vez más, me senté frente a un urólogo mientras me miraba directamente a los ojos y me decía: “no puedo curarte, pero puedo darte un tratamiento”.

No me quedó más remedio que hacer lo que los médicos llaman espera vigilante y lo que yo llamo espera que provoca ansiedad. Mi PSA aumentaba constantemente, pero mi cáncer no hacía metástasis y no había evidencia de un tumor.

Tuve lo que ellos llaman una prostatectomía radical de rescate, que es, generalmente, una cirugía compleja en la que extirpan la próstata, las vesículas seminales adyacentes y los ganglios linfáticos circundantes. Durante un año después de esa cirugía, no se detectó PSA en mi sangre, que es lo que se supone que sucederá una vez que la





glándula prostática desaparezca”.

“Pero, una vez más, hubo evidencia de que mi PSA estaba aumentando. Mi urólogo me dijo que pensaba que la enfermedad había progresado y mi oncólogo me dijo que no había ningún medicamento disponible para alguien en mi situación. Mi cáncer no había llegado al punto de hacer metástasis o extenderse a otros órganos, pero tampoco había desaparecido por completo.

Mi PSA aumentaba constantemente, sin embargo, me realizaban tomografías computarizadas y de huesos cada 90 días, y mi cáncer no hacía metástasis y no había evidencia de un tumor.



Esto continuó hasta 2012, cuando mi oncólogo dijo que era parte de un ensayo clínico para pacientes con cáncer de próstata como yo que vivían con cáncer de próstata resistente a la castración no metastásico. Tuve la suerte de que mi médico fuera el médico principal en la segunda fase de este ensayo. Después de que comencé el tratamiento, mis niveles de PSA se mantuvieron estables y no hubo evidencia de que el cáncer se propagara.

Desde entonces, me han aparecido dos tumores donde solía estar mi próstata, y me han realizado cirugías para extirparlos, que han resultado en una gran dificultad con mi capacidad para orinar, pero ningún tumor se ha extendido por todo mi cuerpo. Seguí tomando el medicamento y me sentí increíblemente agradecido cuando fue aprobado por la FDA.



Ahora tengo 73 años, soy padre de cinco hijos y abuelo de tres nietos. La mayoría de los días ni siquiera creo que tenga cáncer, aunque todavía tomo mis pastillas todas las mañanas. Gracias en gran parte a mi esposa; he logrado vivir mi vida como si no tuviera esta enfermedad. Y a pesar de que siempre está al acecho en el fondo de nuestras mentes, no dejamos que llegue a un primer plano para apoderarse de nuestras vidas”.





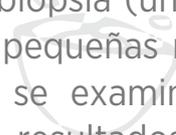
HISTORIA DEL SR. GILBERTO CASTRO⁴

El Sr. Gilberto, es un profesor de inglés de secundaria ya retirado. Sigue siendo el mismo hombre de 63 años que ama a Sinatra, es entrenador de baloncesto y que está agradecido por el amor de su familia: esposa e hijo de 10 años. Le diagnosticaron cáncer de próstata en enero de 2018, 2 años después de que un resultado de antígeno prostático específico (PSA) superior al promedio lo llevó a él y a su médico a controlar más de cerca su nivel de PSA.

El PSA es una sustancia producida por las células de la glándula prostática y su nivel se puede verificar con un análisis de sangre. La mayoría de los hombres sin cáncer de próstata tienen niveles bajos. La probabilidad de tener cáncer de próstata aumenta a medida que aumenta el nivel de PSA. Sin embargo, otros factores que no son cáncer también pueden elevar el nivel de PSA, por lo que no siempre es una forma confiable de detectar cáncer. Si el nivel es alto, un médico puede recomendar esperar un poco y repetir la prueba o realizar una biopsia para averiguar si hay cáncer.

En su caso, un chequeo médico de rutina en junio de 2016 arrojó un resultado de PSA de 4.9. Luego se sometió a un examen rectal digital y el médico sintió "algo", pero nada definitivo. Aconsejó comenzar a hacerse análisis de sangre de PSA con más frecuencia, aproximadamente cada 6 meses.

Durante ese tiempo, se sintió ansioso, nervioso y asustado. En octubre de 2016, él y sus médicos estaban lo suficientemente preocupados como para que se sometiera a una resonancia magnética (una exploración que utiliza ondas de radio e imanes potentes para proporcionar imágenes detalladas de los tejidos blandos del cuerpo) para ver mejor la próstata. Los resultados fueron buenos y Gilberto se relajó. Continuó haciéndose pruebas de PSA con regularidad. Pero en diciembre de 2017, el nivel de PSA de Gilberto aumentó a 8.5 y se sometió a una biopsia (un procedimiento en el que se extraen pequeñas muestras de la próstata y luego se examinan con un microscopio). Los resultados llegaron aproximadamente una semana





después. Gilberto tenía cáncer de próstata.

Tomar decisiones de tratamiento

“Mi consejo es simple: haz lo que te haga sentir cómodo.

En ese momento, todavía trabajaba como maestro. Estaba en su salón de clases cuando buscó en línea los resultados de sus pruebas y vio las noticias. Él dice: “recuerdo estar sentado en silencio en el aula y mirar la pantalla, aturdido por las palabras frente a mí. Sabía que este era una situación completamente nueva y pensé en mi familia.



Mi médico habló sobre la cirugía o la radiación como opciones de tratamiento y sus posibles efectos secundarios. Consideré cómo podría tener problemas para orinar o tener una erección, que son comunes después de la mayoría de los tratamientos contra el cáncer de próstata. Sopesó estos posibles efectos secundarios con su deseo de extirpar el cáncer, vivir el mayor tiempo posible y ver crecer a su hijo pequeño.

Los efectos de la incontinencia y la impotencia no me sorprendieron, pero nunca me parecieron reales, pensé. Escuchas o lees que es posible que no puedas controlar tu orina o tener una erección pero es difícil imaginar cómo se siente eso o qué significa en lo que respecta a tu vida diaria”.



Decidió operarse. Estaba programado para el 13 de marzo de 2018. Esperaba que su edad relativamente joven y su buena salud para un paciente con cáncer de próstata lo ayudaran a recuperarse y disminuir los efectos secundarios.

Preparó a sus alumnos para su ausencia enviándoles un correo electrónico.

Escribió: “a veces, por supuesto, no estamos seguros de qué hacer en momentos como este. A algunas personas les gusta acercarse, a otras les gusta recibir ayuda, algunas personas tienen miedo de decir algo incorrecto y algunas personas se las





arreglan mejor con sus rutinas diarias. Mi consejo es simple: haz lo que te haga sentir cómodo. Confío en que tendrán buenos pensamientos para mí y mi familia, y créanme, encontraré mi camino hacia la catedral antes de la cirugía, así que las oraciones también están bien ”.

“Estoy bien. La noche antes de la cirugía, le dije a mi familia que el tiempo, la paciencia y la perseverancia funcionaron para hacer frente a los efectos secundarios del tratamiento”.

Se levantó de la cama unas horas después de la cirugía con la ayuda de una enfermera y caminó por la unidad del hospital. Después de regresar a casa, comenzó a caminar por su vecindario y poco a poco se hizo más fuerte y pudo caminar más, eventualmente 2 millas o más. En mayo, estaba jugando baloncesto y béisbol con Santiago.

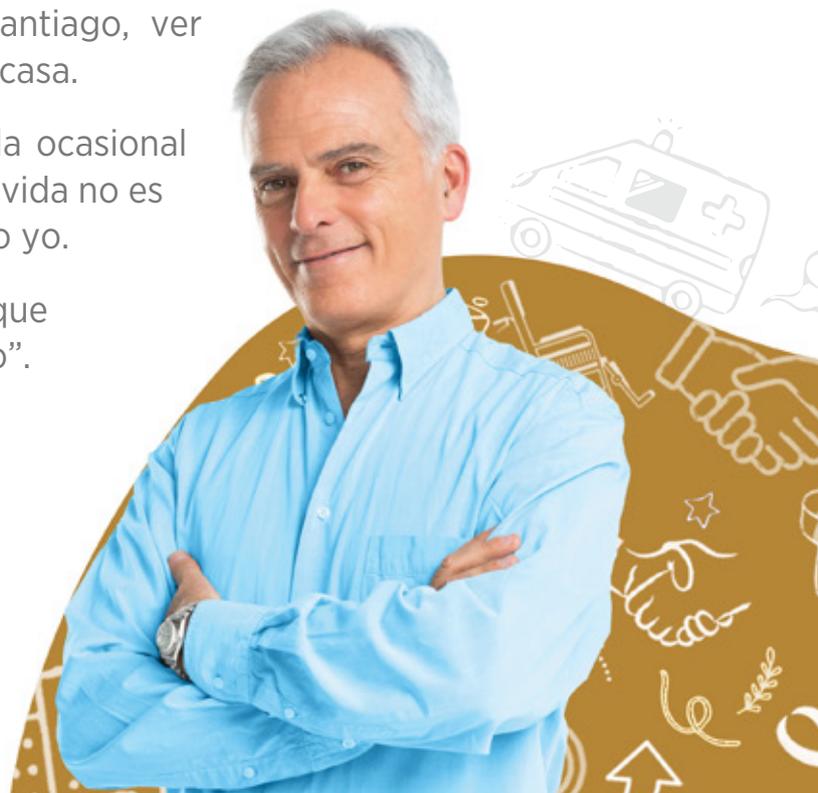
A medida que recuperó su fuerza, también comenzó a recuperar el control sobre su orina y la capacidad de tener una erección. Los primeros días después de la cirugía utilizó un catéter, un tubo que permite el paso de la orina. Después de que le quitaron el catéter, usó pañales para adultos. Pero para mayo, dice que su capacidad para controlar su orina volvió a ser aproximadamente el 90 % de lo que era antes de la cirugía y que usaba protección solo como precaución. Toma medicamentos para ayudar con las erecciones y dice que ha recuperado el 90 % de su funcionalidad original. “Con el tiempo, mis nervios mejoraron, el flujo sanguíneo mejoró y estaba muy cerca de mi condición previa a la cirugía.”

“Sigo siendo yo.”

Desde su cirugía, el PSA ha sido indetectable en sus análisis de sangre. Se retiró de la enseñanza en junio de 2018 y ahora tiene más tiempo para tomarse unas vacaciones familiares, asistir a los juegos de béisbol y baloncesto de Santiago, ver espectáculos de Broadway y renovar la casa.

“Claro, más viajes al baño y una pastilla ocasional son recordatorios constantes de que mi vida no es exactamente como era, pero sigo siendo yo.”

Paso mi vida con una esposa y un hijo que me aman y me cuidan y sigo agradecido”.



ACCIÓN PRO

generación PRO

Conéctate, ve un paso adelante.

Referencia:

1. <https://prostatecanceruk.org/prostate-information/further-help/real-life-stories/simons-prostatitis-story> Consultado el 10 de marzo de 2021
2. <https://prostatecanceruk.org/prostate-information/further-help/real-life-stories/tony-ts-story> Consultado el 10 de marzo de 2021. <https://www.jnj.com/personal-stories/ive-been-living-with-advanced-prostate-cancer-for-almost-20-years> as accessed on 10th Mar, 2021
3. <https://www.jnj.com/personal-stories/ive-been-living-with-advanced-prostate-cancer-for-almost-20-years> Consultado el 10 de marzo de 2021
4. <https://www.cancer.org/latest-news/prostate-cancer-survivor-reflects-on-life-after-treatment-im-still-me.html> Consultado el 10 de marzo de 2021

Aviso legal:

Este material educativo para el paciente es desarrollado por AstraZeneca. Este folleto no pretende reemplazar la guía del médico. Consulte y siga los consejos de su médico tratante

Colombia: AstraZeneca Colombia SAS, Cra 7 # 71-21, Torre A, Piso 19, tel.: 3257200

MATPROM CO-6563. Prep 07-2021.

Si requiere mayor información favor comunicarse con el teléfono abajo

AstraZeneca Colombia SAS, Cra 7 # 71-21, Torre A, Piso 19, tel.: 3257200.

AstraZeneca Perú SA, Calle Las Orquídeas 675, Interior 802, San Isidro, Lima-Perú, tel.: 6101515.

Productos propiedad de AstraZeneca y distribuidos por Dyvenpro Distribución y Venta de Productos S.A. Oficina Matriz: Urbanización Ciudad Colón, Mz 275, Solar 5, Etapa III, Edificio Corporativo 1, Guayaquil-Ecuador, tel.: 43731390. Oficina Regional: Avenida 6 de Diciembre N31-110 y Whymper, Edificio Torres Tenerife, Piso 7. La información que contiene este material es únicamente de carácter informativo, no pretende influenciar la prescripción o consumo de ningún medicamento y no reemplaza la consulta a un profesional de la salud para el diagnóstico o tratamiento de ningún síntoma o enfermedad