

NOTA DE PRENSA

Movimiento *Movember* 2023

1 DE CADA 5 HOMBRES PADECERÁ CÁNCER DE PRÓSTATA Y NECESITARÁN DE REHABILITACIÓN PARA LAS SECUELAS TRAS LA CIRUGÍA

- *Los médicos rehabilitadores llaman a extender estos tratamientos por su necesidad en el Sistema Nacional de Salud*
- *La Rehabilitación trata la incontinencia urinaria y la disfunción eréctil, dos de las secuelas más comunes tras la extirpación de la glándula prostática*
- *La rehabilitación reduce las secuelas de los tratamientos para la próstata en cáncer, prostatitis o hiperplasia benigna de próstata, patologías propias del hombre*

Madrid, noviembre de 2023.- Cada año se diagnostican en España más de 25.000 casos de cáncer de próstata. Se estima que 1 de cada 5 hombres padecerán cáncer de próstata. La Rehabilitación y Medicina Física (especialidad médica cuyo núcleo de tratamientos y razón de ser son las personas con discapacidad) consigue reducir las secuelas de los tratamientos para la próstata en cáncer, prostatitis o hiperplasia benigna de próstata, patologías propias del hombre.

La Rehabilitación ayuda a tratar las secuelas que quedan tras patologías propias de la próstata como cáncer, prostatitis e hiperplasia benigna de próstata. Aborda secuelas como disfunciones miccionales (urgencia miccional, dificultad para vaciar la vejiga) o sexuales (disfunción eréctil, dolor durante o después de las relaciones).

Estas afirmaciones han sido realizadas por la Dra. Laura Morales Ruiz, médica rehabilitadora de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (SERMEF), con motivo del 'Movember', un movimiento a nivel mundial que tiene lugar durante el mes de noviembre y tiene como objetivo concienciar sobre algunos problemas de la salud masculina, como pueden ser el cáncer de próstata y de testículos, así como la depresión masculina.

En este contexto, la portavoz de la SERMEF en el movimiento 'Movember', ha llamado a implantar estos tratamientos por su necesidad en el Sistema Nacional de Salud "ya que no están extendidos". "Lo ideal, siempre que sea posible, es comenzar el tratamiento de la intervención (lo que conocemos como prehabilitación), que permite realizar una concienciación y preparación previas de la musculatura, lo que favorecerá antes una mejor y más rápida recuperación en la mayoría de los casos". "El objetivo principal de la Rehabilitación previa o posterior a la cirugía del cáncer de próstata es compensar el daño que se produce durante la intervención".

"Para ello enseñamos al paciente ejercicios dirigidos a fortalecer la musculatura, se le instruye en cómo realizar los esfuerzos del día a día y se le administra tratamiento farmacológico cuando está indicado. La Rehabilitación de Suelo Pélvico, es, por tanto, esencial en el varón intervenido. Es importante tener en cuenta que el tipo de ejercicios y la forma de realizarlos deben ser específicos para el suelo pélvico masculino, ya que se ha comprobado que trasladar al varón lo que ha funcionado en la mujer no es eficaz".

PATOLOGÍAS DE LAS PRÓSTATA

La portavoz de la SERMEF explica que en la próstata podemos distinguir tres grandes patologías o enfermedades: la prostatitis, la hiperplasia benigna y el cáncer de próstata.

La **prostatitis** es un proceso inflamatorio de la glándula prostática que puede tener distintos orígenes, dando lugar a entidades clínicas diferenciadas y con un espectro variable de gravedad. De forma muy simplificada se podrían distinguir la prostatitis aguda o crónica; la bacteriana o abacteriana. La incidencia de la prostatitis está en aumento; se estima entre el 11-16% en varones de menos de 50 años (es más habitual en varones jóvenes), y del 8.5% en mayores de 50.

La **hiperplasia benigna de próstata** es una de las enfermedades más frecuentes en el varón. El término hace referencia al crecimiento de la próstata asociado a la edad (es decir, se podría considerar parte del envejecimiento fisiológico), que puede, o no, provocar síntomas. La hiperplasia benigna de próstata se presenta en el 40% de los varones mayores de 50 años. Incidencia que va aumentando con la edad llegando a estar entre el 75 y 90% en varones octogenarios.

El **cáncer de próstata** consiste en el crecimiento descontrolado de células malignas dentro de la glándula prostática y, en casos avanzados, con extensión hacia tejidos adyacentes o incluso zonas más lejanas (metástasis).

La prevalencia del cáncer de próstata también ha ido en aumento durante los últimos años, en parte debido a los avances en la detección precoz. Cada año se diagnostican en España más de 25.000 casos de esta neoplasia, la más frecuente en el varón (por

detrás del cáncer de piel). Se estima que 1 de cada 5 hombres padecerán cáncer de próstata. La buena noticia es que, cuando el tumor está localizado, se cura en el 75% de los casos.

REHABILITACIÓN

Tras el tratamiento específico requerido por cada una de ellas, la Dra. Morales, ha indicado que “en ocasiones quedan secuelas que afectan de forma negativa en la calidad de vida de los pacientes que las sufren”. En esta línea, describe:

“En un elevado porcentaje de casos diagnosticados como prostatitis, los síntomas se prolongan durante semanas o meses (es lo que se conoce como *prostatitis crónica*), llegando a provocar dolor persistente en la región pélvica, disfunciones miccionales (urgencia miccional, dificultad para vaciar la vejiga) o sexuales (disfunción eréctil, dolor durante o después de las relaciones)”, afirma.

En este contexto, la experta de la SERMEF subraya que “en estos casos es habitual que exista un componente *miofascial*. Es decir, que los *tejidos blandos* que rodean a la próstata (músculos, fascias, etc.) hayan quedado afectados de forma secundaria. Lo que en ocasiones se convierte en un círculo vicioso que perpetúa el cuadro. En esta situación es necesario un abordaje global, que incluya medidas orientadas, no solo a la próstata, sino al suelo pélvico y a mejorar la conciencia del mismo, y a acompañar al paciente en la mejora de sus hábitos de salud, recuperar su calidad de vida, retomar la actividad deportiva, etc. en el contexto de un programa de Rehabilitación”.

“De forma diferente, el tratamiento del cáncer de próstata deja secuelas en las que la rehabilitación tiene un papel esencial. Tras la cirugía (extirpación de la glándula prostática) o la radioterapia se pueden dañar estructuras adyacentes a la próstata, encargadas de mantener la continencia o que participan en la actividad sexual, dando lugar a incontinencia urinaria e impotencia sexual. Son dos secuelas devastadoras, que afectan mucho a la calidad de vida de los pacientes. Por lo que, una vez salvada la vida del paciente tras liberarle del cáncer, es el momento de brindarle la posibilidad de tratar las pérdidas de orina y la disfunción eréctil a través de la Rehabilitación”, concluye.

Para más información:

Gabinete de prensa de la SERMEF

Docor Comunicación 94 423 48 25

Iñaki Revuelta 678 538 552