



Terapia hormonal y el riesgo de enfermedad cardiovascular en los pacientes con cáncer de próstata

# Contenido

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Sobre el cáncer de próstata</b> .....  | <b>3</b>  |
| ¿Qué es la próstata y cuál es su función?.....  | <b>3</b>  |
| ¿Cuál es la causa del cáncer de próstata?.....  | <b>3</b>  |
| <b>Sobre la terapia hormonal</b> .....  | <b>3</b>  |
| ¿Qué es la terapia hormonal?.....   | <b>4</b>  |
| <b>Sobre la enfermedad cardiovascular</b> .....                                       | <b>4</b>  |
| ¿Qué es la enfermedad cardiovascular?.....  | <b>4</b>  |
| ¿Corro el riesgo de contraer una enfermedad<br>cardiovascular?.....                   | <b>4</b>  |
| ¿Qué es el síndrome metabólico?.....  | <b>4</b>  |
| <b>Relación entre la terapia hormonal y la enfermedad<br/>cardiovascular</b> .....    | <b>4</b>  |
| ¿Cuáles son los riesgos de la terapia hormonal?.....                                  | <b>4</b>  |
| ¿Por qué aumenta la terapia hormonal el riesgo de<br>enfermedad cardiovascular?.....  | <b>5</b>  |
| ¿Qué es una evaluación de los factores de riesgo<br>cardiovascular?.....              | <b>5</b>  |
| ¿Cómo se calcula mi riesgo de enfermedad<br>cardiovascular?.....                      | <b>5</b>  |
| <b>Reducción del riesgo de enfermedad cardiovascular</b> .....                        | <b>6</b>  |
| ¿Cómo puedo reducir el riesgo de enfermedad<br>cardiovascular?.....                   | <b>6</b>  |
| Medicación.....   | <b>6</b>  |
| Cambios de estilo de vida.....  | <b>6</b>  |
| <b>Vivir con cáncer</b> .....   | <b>8</b>  |
| ¿Cómo es la vida si tiene cáncer de próstata y una<br>enfermedad cardiovascular?..... | <b>8</b>  |
| ¿Cuánto tiempo tendré que someterme a terapia<br>hormonal?.....                       | <b>9</b>  |
| <b>Mis notas y preguntas</b> .....  | <b>10</b> |

Esta información ha sido elaborada por la Asociación Europea de Urología (EAU) y fue actualizada en mayo de 2021.

Este capítulo contiene información general sobre el cáncer de próstata. Si tiene alguna pregunta concreta sobre su situación médica individual, debe consultar al médico o a otro profesional de la salud. Ningún sitio web ni folleto pueden sustituir una conversación personal con el médico.

#### Colaboradores:

Sr. Eamonn T. Rogers, Galway (IRL)  
Assoc. Prof. P. Cornford, Liverpool (UR)  
Sr. John Dowling, Dublín (IRL)

Esta información ha sido revisada por un panel laico.

# Terapia hormonal y el riesgo de enfermedad cardiovascular en los pacientes con cáncer de próstata

## Sobre el cáncer de próstata

### ¿Qué es la próstata y cuál es su función?

La próstata es una glándula pequeña que forma parte del sistema reproductor. Es aproximadamente del tamaño de una pelota de golf y rodea al tubo que vacía la orina de la vejiga, que se llama uretra.

La próstata produce un líquido blanco y espeso que se mezcla con el esperma de los testículos para producir el semen. También produce una **proteína** que se llama **antígeno** prostático específico o PSA. El PSA ayuda a reducir el espesor del semen, por lo que se vuelve más líquido.

Si le han diagnosticado cáncer de próstata, significa que tiene una masa de tejido en la próstata (un tumor) con células cancerosas en su interior que se dividirán y crecerán. Una vez el tumor atraviese la pared de la próstata, las células cancerosas pueden diseminarse a otras partes del cuerpo. Más información sobre el [cáncer](#) de próstata, las [pruebas](#) y los [tratamientos](#).

### ¿Cuál es la causa del cáncer de próstata?

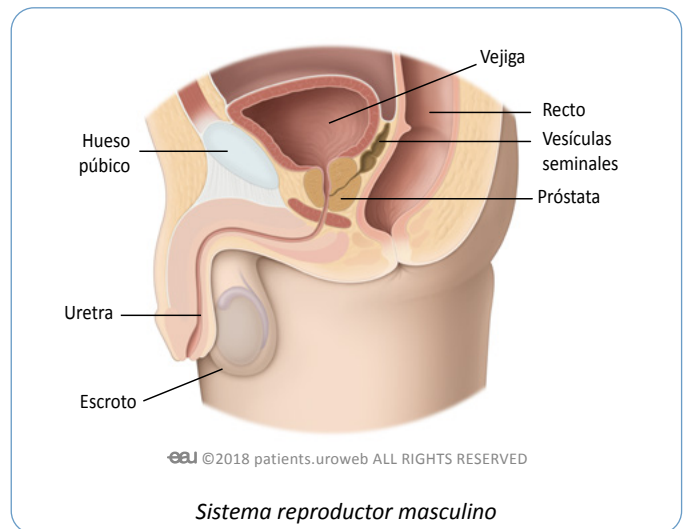
La causa exacta del cáncer de próstata se desconoce. Existen determinados aspectos que aumentan la probabilidad de desarrollarlo. Son lo que se llaman **factores de riesgo**. Tener un factor de riesgo de cáncer no significa que un hombre *tendrá* necesariamente cáncer de próstata; solo significa que tiene *más riesgo*.

## Sobre la terapia hormonal

### ¿Qué es la terapia hormonal?

La testosterona (la hormona sexual masculina) provoca el crecimiento del cáncer. La forma más habitual de controlar la testosterona que tiene en el cuerpo es someterse a terapia hormonal (que se conoce también como terapia de privación de andrógenos o ADT). El médico puede recomendarle terapia hormonal para reducir la cantidad de testosterona en el cuerpo. Los tratamientos consisten en inyecciones, implantes, comprimidos, o un aerosol nasal.

El tipo de tratamiento que le ofrezcan dependerá de la **etapa** y el **grado** de su cáncer; las clases más comunes de tratamiento son:



Sistema reproductor masculino

### Proteína

Las proteínas se encuentran en cada célula del cuerpo.

### Antígeno

Normalmente, un antígeno es una sustancia que hace que el sistema inmune produzca anticuerpos. Aunque el PSA se llama antígeno, bioquímicamente es una enzima lo cual significa que provoca una reacción química. En la próstata, esa reacción química consiste en la reducción del espesor del semen.

### Factores de riesgo

Si es mayor de 45 años y tiene un historial familiar de cáncer de próstata, es de descendencia africana, o se sabe que en su historial familiar se da un "error" en el gen BRCA, entonces usted tiene un mayor riesgo de tener cáncer de próstata.

### Etapas

Las "etapas" del cáncer se utilizan para explicar el tamaño del tumor y hasta qué punto el cáncer se ha diseminado.

### Grado

Los grados dan una idea al médico de la rapidez con que podría crecer el tumor y podría propagarse el cáncer. En general, un grado más bajo indica que el cáncer crece lentamente y un grado más alto que el cáncer crece rápidamente.

- LHRH agonists
- LHRH antagonists
- Anti-androgens

## Sobre la enfermedad cardiovascular

### ¿Qué es la enfermedad cardiovascular?

El término enfermedad cardiovascular se utiliza para describir las enfermedades que afectan al corazón o a los vasos sanguíneos. En los vasos sanguíneos pueden acumularse depósitos de grasa que provocan bloqueos. Esos bloqueos son sumamente peligrosos, porque pueden restringir el suministro de sangre al corazón o al cerebro, provocando ataques cardíacos o derrames cerebrales mortales.

La enfermedad cardiovascular es frecuente en los hombres con cáncer de próstata. Por eso debe intentar mantenerse sano y cuidarse, pese a la fatiga física y mental que puede sentir desde el diagnóstico o durante el tratamiento.

### ¿Corro el riesgo de contraer una enfermedad cardiovascular?

El riesgo de contraer una enfermedad cardiovascular aumenta si fuma, tiene sobrepeso, no hace ejercicio, tiene la presión arterial alta (que se llama hipertensión) o diabetes. Si usted tiene un historial familiar de enfermedad cardiovascular, entonces su riesgo puede ser también mayor.

Hable con el médico sobre el riesgo de contraer una enfermedad cardiovascular y cómo se puede controlar durante el tratamiento.

### ¿Qué es el síndrome metabólico?

El síndrome metabólico es una combinación de diabetes, obesidad y presión arterial alta. Es un problema de salud grave. Si tiene uno o más de los tres siguientes factores de riesgo, puede tener síndrome metabólico:

- aumento del nivel de azúcar en la sangre o incapacidad para controlar los niveles de azúcar en la sangre
- mucho sobrepeso o demasiada grasa alrededor de la cintura (94 cm o 37 pulgadas de cintura en los hombres europeos; 90 cm o 35 pulgadas en los hombres surasiáticos)
- altos niveles de grasa (triglicéridos) y bajos niveles de “colesterol bueno” (o lipoproteína de alta densidad) en la sangre
- presión arterial constante de 140/90 mmHg o más alta
- aumento del riesgo de desarrollar coágulos sanguíneos (trombosis)

El síndrome metabólico aumenta el riesgo de tener una enfermedad cardiovascular, lo cual significa que puede sufrir un ataque cardíaco, un derrame cerebral u otra complicación grave. Si es de ascendencia africana, su riesgo de desarrollar síndrome metabólico es aún mayor.

Si cree que podría tener cualquiera de los factores de riesgo del síndrome metabólico, hable con el médico para ver qué es lo que puede hacer.

## Relación entre la terapia hormonal y la enfermedad cardiovascular

### ¿Cuáles son los riesgos de la terapia hormonal?

La terapia hormonal es un tratamiento eficaz para los hombres con cáncer de próstata, pero casi cada tratamiento tiene riesgos o efectos secundarios.



En estudios clínicos se ha demostrado que algunos tipos de terapia hormonal están relacionados con un mayor riesgo de sufrir problemas cardiovasculares graves. Esto significa que si usted ya tiene enfermedad cardiovascular, la terapia hormonal puede aumentar el riesgo de tener un infarto, un derrame cerebral o cualquier otra complicación grave.

Tanto usted como el médico deben ser conscientes de este mayor riesgo.

### ¿Por qué aumenta la terapia hormonal el riesgo de enfermedad cardiovascular?

La terapia hormonal provoca cambios en el metabolismo y puede afectar a los niveles de azúcar en la sangre, al colesterol y al almacenamiento de grasa en el cuerpo. Se sabe que estos cambios metabólicos dan lugar a la enfermedad cardiovascular. Se necesitan más estudios para comprender totalmente la relación entre la terapia hormonal y la enfermedad cardiovascular.

Si usted tiene factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular, someterse a terapia hormonal puede aumentar su riesgo de tener problemas cardiovasculares durante el tratamiento y después del tratamiento. Por eso, antes de empezar con el tratamiento, el médico debe comprobar que para usted es seguro someterse a la terapia hormonal prevista.

Pida información al médico sobre una “evaluación de los factores de riesgo cardiovascular.”

### ¿Qué es una evaluación de los factores de riesgo cardiovascular?

Si tiene alguno de los siguientes factores de riesgo de tener una enfermedad cardiovascular, pídale información al médico sobre una “evaluación de los factores de riesgo cardiovascular” antes de empezar la terapia hormonal:

- Síndrome metabólico
- Problemas cardíacos, como angina, insuficiencia cardíaca o un infarto anterior
- Problemas de los vasos sanguíneos, como enfermedad de la arteria carótida o enfermedad arterial periférica

Si ya ha iniciado el tratamiento de terapia hormonal y cree que tiene un mayor riesgo de problemas cardiovasculares, hable con el médico sobre el tratamiento. Si no está seguro de si el médico le hizo una evaluación de los factores de riesgo antes de iniciar la terapia hormonal, consulte al médico para asegurarse.

### ¿Cómo se calcula mi riesgo de enfermedad cardiovascular?

El médico evaluará el alcance de sus problemas cardiovasculares actuales y examinará también su historial familiar. Deberá determinar su riesgo de desarrollar un problema cardiovascular grave, resultante del inicio de la terapia hormonal prevista. El médico puede utilizar también una calculadora de evaluación de riesgos para predecir su riesgo de problemas cardiovasculares. Estos instrumentos son programas estadísticos que solo deben ser utilizados por los profesionales de la salud y no por los propios pacientes.

Los resultados de la evaluación de sus factores de riesgo cardiovascular y los cálculos de su riesgo previsto ayudarán al médico a decidir qué terapia hormonal es la más adecuada para usted. Hay varios tipos de terapia hormonal, por lo que algunos tratamientos pueden ser más adecuados para usted que otros. Si tiene un alto riesgo de tener problemas cardiovasculares, el médico puede recomendar cambios en la medicación, o el estilo de vida para ayudar a reducir el riesgo de problemas durante el tratamiento hormonal.



#### Enfermedad de la arteria carótida

Las arterias carótidas son los principales vasos sanguíneos que suministran sangre al cerebro y la cabeza. La enfermedad de la arteria carótida se produce cuando depósitos de grasa obstruyen estos vasos sanguíneos. El bloqueo aumenta el riesgo de derrame cerebral y ataque isquémico transitorio, o AIT, que a veces se llama “miniderrame cerebral.”

#### Enfermedad arterial periférica

Las arterias periféricas suministran sangre a las extremidades. La enfermedad arterial periférica se produce cuando el suministro de sangre a las extremidades queda restringido por una acumulación de depósitos grasos en las arterias.

Si empieza la terapia hormonal, el médico debe someterle a evaluaciones de seguimiento continuas para controlar su riesgo de problemas cardiovasculares. El médico también controlará cómo responde al tratamiento su cáncer de próstata. Hable con el médico sobre la frecuencia con que necesita someterse a evaluaciones de seguimiento.

## Reducción del riesgo de enfermedad cardiovascular

### ¿Cómo puedo reducir el riesgo de enfermedad cardiovascular?

Dependiendo de la magnitud de sus problemas cardiovasculares y el riesgo calculado de que tenga complicaciones graves, el médico le puede aconsejar una o varias formas de reducir su riesgo de desarrollar una enfermedad cardiovascular. El consejo puede incluir medicación, cambios de estilo de vida, o cirugía.

#### Medicación

El médico puede recetarle medicamentos para:

- Evitar que la sangre se coagule (llamados antiplaquetarios)
- Reducir la presión arterial (llamados antihipertensivos)
- Reducir la cantidad de grasa y colesterol en la sangre (llamados medicamentos hipolipemiantes)

#### Cambios de estilo de vida

Para reducir el riesgo de enfermedad cardiovascular es necesario que haga cambios en su estilo de vida. Esos cambios pueden ser: seguir una dieta saludable, mantenerse activo, reducir el consumo de alcohol, evitar el tabaco y cuidar de cualquier otro problema de salud que pueda tener.

Solamente usted puede reducir el riesgo de enfermedad cardiovascular. Necesita fuerza de voluntad. Sabemos que no es fácil, pero puede hacerlo.

A lo mejor le ayuda unirse a un programa educativo, como Life on ADT o Feel+®. El programa Life on ADT [La vida con ADT] fue fundado por un investigador científico que se sometió a terapia hormonal durante más de una década. Richard Wassersug quería ayudar a los hombres y a sus familias a saber qué podían esperar de la aplicación de la terapia hormonal. El programa y el libro complementario analizan las formas de controlar los efectos secundarios, conservar la salud y mantener la calidad de vida. El programa Feel+® ha sido diseñado para ayudarle a tomar el control de su vida y proporciona orientación para que pueda realizar más actividades físicas. Ofrece sugerencias para mejorar las opciones de alimentación y cómo hablar del cáncer puede ayudarle a usted y a sus seres queridos a afrontarlo.

Algunos hombres pueden hacer pequeños cambios en su estilo de vida con facilidad. En cambio, para otros, por mucho que quieran hacer esos “pequeños” cambios, es demasiado difícil. Una lista de ventajas y desventajas puede ayudarle a persuadirse a sí mismo de la importancia de hacer esos cambios en su estilo de vida. O quizás si habla con su familia y sus amigos, y hacen los cambios juntos, es para usted la ayuda adecuada que necesita.

A continuación le damos algunos consejos y trucos que podrían ayudarle

#### *Dieta saludable*

Cambiar la dieta no siempre es fácil. Con la gran oferta de platos preparados en los supermercados y la facilidad para pedir comida para llevar, puede ser difícil prepararse usted mismo la comida. Pero con una alimentación lo más sana posible y siguiendo el sentido común puede ayudar a su cuerpo.

El primer paso es consumir menos alimentos ricos en calorías, grasa, sal y azúcares, y cambiarlos por algo más saludable, como más frutas y verduras. Tener en la despensa y el frigorífico productos de **gran calidad**, que sean fáciles de preparar le ayudará a seguir un plan de alimentación saludable.

Si usted no hace la compra o no cocina, dígame a la persona que se encargue de hacerlo que para usted es muy importante seguir una dieta saludable durante el curso del tratamiento. Incluso pueden elaborar juntos planes de alimentación.

A continuación le damos un ejemplo de alternativas saludables:

|                   | <b>Cambiar</b>                                    | <b>Por</b>  |
|-------------------|---|---|
| <b>Desayuno</b>   | Cereales recubiertos de azúcar                    | Gachas de cereales con puré de plátano                  |
| <b>Almuerzo</b>   | Bocadillo de atún con queso fundido               | Ensalada de atún con pan integral                       |
| <b>Cena</b>       | Hamburguesa de carne de vacuno con patatas fritas | Hamburguesa de pavo hecha en casa con rodajas de batata |
| <b>Aperitivos</b> | Yogur de leche entera<br>Patatas fritas           | Yogur desnatado<br>Galletas de arroz                    |

#### *Mantenerse activo*

Los hombres que se someten a terapia hormonal suelen subir de peso (en forma de grasa, por lo general, alrededor del vientre y las caderas) y, sobre todo, si no tienen ninguna actividad física. Sabemos que el ejercicio físico podría ser lo último en que piensa en estos momentos, pero le animamos a que vea el ejercicio físico como una parte esencial del tratamiento general. También es importante empezar a hacer ejercicio antes de notar cualquier cambio de peso, porque una vez se ha subido de peso, puede ser difícil perderlo.

Seguir un programa estructurado de ejercicios en el gimnasio o en un centro comunitario local puede ser una buena forma para poner en marcha su nueva rutina. Sin embargo, algunos hombres consideran que el ejercicio en el gimnasio o en grupo no es algo para ellos, y en sí, no hay nada en contra pero hacer ejercicio en casa con pesas y bandas elásticas también pueden ayudarle.

Recuerde que cualquier cosa que le haga moverse cuenta como ejercicio. Salir a caminar a paso ligero, sacar a pasear al perro, nadar, practicar la jardinería, la pintura y la decoración, las tareas domésticas, hacer deporte, o jugar con los hijos o los nietos, todo cuenta. Por lo tanto, si los ejercicios en casa o el gimnasio no son nada para usted, intente planear más actividades diarias a la semana que le ayuden a mantenerse activo.

Si ya practica actividades físicas, le recomendamos que las aumente para que le ayuden a mantener su peso.

#### *Reducir el consumo de alcohol*

Si bebe alcohol de forma habitual, podría intentar seguir estos simples consejos para reducir el consumo.

1. Medir la cantidad de bebida alcohólica que consume, o tener un vaso pequeño (de 125 ml) para el vino, pueden ayudarle a reducir el consumo de alcohol y las calorías.

#### **Gran calidad**

Alimentos de gran calidad significa que elige productos naturales en lugar de alimentos ultraprocesados.

2. Pruebe a cambiar la cerveza o el vino fuerte por las alternativas con menos contenido de alcohol. En los supermercados, pubs y otros lugares se venden cada vez más bebidas sin alcohol o con menos contenido de alcohol. Algunas de estas alternativas saben prácticamente igual que las que contienen alcohol ¿Sabía que incluso puede comprar ron, aguardiente y ginebra sin alcohol?
3. Dígales a sus amigos y familiares que está tratando de reducir el consumo de alcohol para que puedan apoyarle. ¿Le gustan las competiciones? ¿Por qué no les propone el reto de ver quién es el que menos bebe en una semana?

### *Evitar fumar*

¿Sabía que después de 2 a 12 semanas de haber dejado de fumar la circulación sanguínea ya ha mejorado? Esto hace que sea mucho más fácil practicar cualquier actividad física, como caminar y correr.

Si ha fumado durante varios años, es un fumador social o recurre a los cigarrillos en momentos de estrés, sabemos que la mayoría de la gente no puede reducir o dejar de fumar de la noche a la mañana.

1. Establecer un plan realista le ayudará a alcanzar su objetivo y a no olvidar por qué lo hace.
2. Dígales a sus amigos y familiares que está tratando de reducir/evitar fumar para que puedan ayudarle.
3. Hable con el médico sobre terapia de sustitución de la nicotina.

### *Cirugía*

Si su riesgo de enfermedad cardiovascular puede aumentar peligrosamente desde el comienzo de la terapia hormonal, el médico querrá hablar con usted sobre las posibles opciones. En estas circunstancias, el médico puede hablar con usted sobre un procedimiento quirúrgico llamado orquiectomía. Esta operación consiste en la extirpación de los testículos. Es una operación sencilla que elimina la mayor parte del flujo de testosterona. También significa que algunos de los efectos secundarios de la terapia hormonal pueden no ser un problema para usted, pero es un procedimiento que no se puede revertir y necesita estar seguro de que es el tratamiento adecuado para usted, teniendo en cuenta su riesgo de problemas cardiovasculares.

## **Vivir con cáncer**

### **¿Cómo es la vida si tiene cáncer de próstata y una enfermedad cardiovascular?**

Enterarse de que tiene cáncer puede tener un gran impacto, incluso si se ha preparado para la posibilidad de que las pruebas pudieran ser positivas. Pese a que muchas personas se curan o siguen viviendo con cáncer durante muchos años, un diagnóstico de cáncer puede provocar diferentes miedos y emociones en usted y en sus seres queridos.

Si ello se combina con la terapia hormonal, que reducirá la cantidad de testosterona en su cuerpo, es completamente normal que sienta ganas de llorar o se sienta enojado, o simplemente que sienta que no es el mismo de siempre.

Si a ello se añade que además le dicen que tiene un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular o síndrome metabólico, no es difícil ver que todo esto puede tener un gran un impacto en su salud mental. Sabemos que si encima le dicen que necesita hacer cambios en su estilo de vida además de todo lo que está pasando es lo último que quiere oír, pero esto podría prolongar realmente su vida o incluso ser su salvación.

A lo mejor, unirse a un programa como [Life on ADT](#) o [Feel+®](#). puede ayudarle a usted y a sus seres queridos a controlar los efectos secundarios del tratamiento, mejorar su calidad de vida, y mantener fuertes relaciones íntimas, mientras se somete a la terapia hormonal.



Es importante que sepa que no está solo. Si le resulta difícil hacer frente a todo esto hable con el médico sobre los grupos de apoyo o los servicios de asesoramiento locales que pueden ayudarle a usted y a sus seres queridos.

### **¿Cuánto tiempo tendré que someterme a terapia hormonal?**

Algunos hombres necesitan someterse a terapia hormonal continua; otros siguen el tratamiento durante un tiempo y luego lo dejan para descansar, lo cual se llama terapia intermitente. El médico hablará con usted si necesita terapia hormonal continua o intermitente. Ello dependerá en gran medida de lo bien que su cáncer se controle y de cómo se comporte su nivel de PSA con el tiempo.

La terapia hormonal intermitente puede limitar los efectos secundarios del tratamiento y al mismo tiempo controlar bien el cáncer en general. Sin embargo, el tratamiento hormonal intermitente requiere un control regular de los niveles de PSA. El médico decidirá el nivel de PSA con el que una vez alcanzado, tendrá que empezar otra vez con la terapia hormonal. A medida que pasan los años, los períodos sin tratamiento podrán ser cada vez más cortos.



El desarrollo de este capítulo ha sido financiado por Ferring Pharmaceuticals. Su contenido ha sido elaborado y aprobado independientemente por la Oficina de Pacientes de la EAU.

**European Association of Urology**

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: [info.patientinformation@uroweb.org](mailto:info.patientinformation@uroweb.org)

Website: [patients.uroweb.org](http://patients.uroweb.org)