Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Terapia hormonal durante la radioterapia de próstata

Esta información explica lo que es la terapia hormonal para personas con cáncer de próstata que reciben radioterapia.

Información sobre la terapia hormonal para el cáncer de próstata

La testosterona es una hormona que tienen los hombres, la cual se produce cuando la glándula pituitaria (una glándula que está en el cerebro) hace que los testículos produzcan esperma. Si tiene cáncer de próstata, la testosterona puede hacer crecer las células cancerosas.

La terapia hormonal evita que las células del cáncer de próstata crezcan debido a que:

- Disminuye la cantidad de testosterona que producen los testículos.
- Bloquea la acción de la testosterona y de otras hormonas masculinas.

Es posible que su proveedor de cuidados de la salud le

recomiende la terapia hormonal para:

- Reducir el tamaño de la próstata antes de comenzar la radioterapia. Eso ayuda a restringir la cantidad de tejido normal que recibe radiación.
- Facilitar que la radiación elimine las células del cáncer de próstata.
- Aliviar el dolor.
- Detener la diseminación del cáncer de próstata avanzado.

Tipos de terapia hormonal

Existen tres tipos de terapias hormonales para el cáncer de próstata, las cuales se pueden usar por separado o juntas.

- **Los agonistas de la hormona liberadora de hormona luteinizante (LHRH)** bloquean la señal que envía la glándula pituitaria a los testículos para que produzcan testosterona. Leuprolide (Lupron®) y goserelin (Zoladex®) son agonistas de LHRH. Se administran mediante inyección una vez al mes o cada 3, 4 o 6 meses.
- **Los antiandrógenos** son medicamentos que bloquean la testosterona para que no se adhiera a las células cancerosas. Esto evita que ayude al crecimiento de las células cancerosas. Bicalutamide (Casodex®) es un ejemplo de lo que es un antiandrógeno. Es una pastilla

que se toma una vez al día.
    - Si toma bicalutamide, es muy importante que la tome a la misma hora todos los días, ya sea con o sin alimentos.
    - Su equipo de atención médica le dirá cuándo comenzar a tomar este medicamento.
- **Los antagonistas de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH)** son medicamentos que detienen la producción de testosterona. Un ejemplo de un agonista de GnRH es degarelix (Firmagon®). Se administra en forma de inyección debajo de la piel una vez cada 28 días (4 semanas).

Si usted recibe terapia hormonal mediante inyecciones, lea la sección “Su calendario de inyecciones” que se encuentra al final de este recurso.

Mientras reciba terapia hormonal

- Informe a su proveedor de cuidados de la salud si toma algún medicamento, incluso si usa parches y cremas, o si los medicamentos que toma han cambiado. Algunos medicamentos podrían cambiar la forma en que funciona la terapia hormonal. Informe al proveedor de cuidados de la salud si está tomando:
    - Medicamentos con receta (medicamentos que un

proveedor de cuidados de la salud le receta).
    - Medicamentos sin receta (medicamentos que se pueden conseguir sin receta).
    - Suplementos alimenticios, como vitaminas, minerales y remedios herbales o caseros.
- Le harán análisis de sangre. Esto se debe a que las enzimas del hígado podrían aumentar. Si es así, su proveedor de cuidados de la salud hablará con usted. Hará un plan para hacer frente a esta situación, si fuera necesario.
- El alcohol puede impedir que sus medicamentos funcionen como deberían. Hable con su proveedor de cuidados de la salud si usted desea tomar alcohol.

Efectos secundarios de las terapias hormonales

La terapia hormonal podría producir efectos secundarios, Los efectos secundarios pueden desaparecer con el tiempo durante su tratamiento. A veces duran muchos meses después de terminar la terapia hormonal. Usted podría presentar algunos o ninguno de estos efectos secundarios.

- Sofocos o sudor.
- Fatiga (sentirse muy cansado o tener menos energía de lo habitual).

- Disfunción eréctil (problemas para tener o mantener una erección).
- Menos deseo sexual de lo habitual.
- Diarrea (defecaciones flojas o aguadas).
- Estreñimiento (defecar con menos frecuencia de lo normal).
- Dolor generalizado.
- Dolor en el pecho o crecimiento del tejido mamario.
- Aumento de peso.
- Debilidad en los músculos.
- Depresión.
- Menos agudeza mental.
- Reacción local en el sitio de la inyección.

Nuestro Programa de Medicina Sexual y Reproductiva Masculina puede ayudar a hacer frente a problemas de salud sexual, como la disfunción eréctil. Llame al 646-888-6024 para obtener más información o para programar una cita.

Prevención de enfermedades durante la terapia hormonal

Diabetes y enfermedades cardíadas

La terapia hormonal podría aumentar el riesgo de sufrir

diabetes y enfermedades cardíacas. Siga un estilo de vida saludable que le ayude a reducir este riesgo.

- No fume ni consuma productos derivados del tabaco. Si fuma, el Programa de Tratamiento del Tabaquismo de MSK cuenta con especialistas que pueden ayudarle a dejar de fumar. Su equipo de atención médica le derivará a este programa para obtener ayuda. Para obtener más información sobre el Programa de Tratamiento del Tabaquismo, visite www.msk.org/tobacco o llame al 212-610-0507.
- Alcance o mantenga un peso saludable. Si desea reunirse con un nutricionista dietista clínico, llame al 212-639-7071. También puede visitar www.msk.org/nutrition para obtener más información.
- Lleve una dieta sana. La dieta que lleve debe ser alta en fibra y baja en grasa y en productos dulces concentrados. Para obtener más información, lea *Nutrición y cáncer de próstata: cómo llevar una dieta saludable* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/nutrition-and-prostate-cancer).
- Haga ejercicio con regularidad. Algunos ejemplos de ejercicio son: caminar a paso ligero, trotar, andar en bicicleta, hacer ejercicios aeróbicos y trabajar en el jardín. Recomendamos que haga ejercicio a diario

durante 30 minutos, además de lo que haga en su rutina diaria. Aun si no puede hacer ejercicio todos los días, cualquier cosa que haga le será de beneficio.

Osteoporosis

Recibir terapia hormonal durante mucho tiempo podría aumentar el riesgo de sufrir osteoporosis. La osteoporosis es una enfermedad en la que los huesos se debilitan y son más propensos a fracturarse.

Consumir suficiente calcio, vitamina D y hacer ejercicio puede ayudarle a reducir su riesgo de tener osteoporosis. Para obtener más información, lea *Qué son la osteoporosis y la osteopenia, y cómo mejorar su salud ósea* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/osteo-bone-health).

Calcio

Asegúrese de consumir suficiente calcio. La mayoría de los adultos necesitan de 1000 a 1200 miligramos (mg) de calcio por día. Su proveedor de cuidados de la salud o dietista clínico nutricionista puede decirle qué cantidad de calcio es adecuada para usted.

La mejor manera de obtener calcio es por medio de los alimentos. Estos alimentos y bebidas contienen mucho calcio:

- Leche
- Queso
- Yogur
- Salmón enlatado
- Tofu
- Requesón
- Jugo de naranja fortificado con calcio
- Espinaca
- Almendras

Suplementos de calcio

Algunas personas no obtienen suficiente calcio en su dieta. Si este es su caso, su proveedor de cuidados de la salud o nutricionista dietista clínico puede sugerirle que tome un suplemento de calcio. Puede comprar un suplemento de calcio sin receta en su farmacia local.

El carbonato de calcio y el citrato de calcio son tipos de suplementos de calcio sin receta. Vienen en pastillas que se tragan. Es posible que algunas personas absorban el citrato de calcio mejor que el carbonato. Este es el caso de las personas mayores o de aquellas que tienen niveles bajos de ácido en el estómago, como las personas que tienen anemia perniciosa.

- Si toma carbonato de calcio, lo mejor es tomarlo con las comidas. Eso ayuda a que el cuerpo lo absorba. OsCal® y Caltrate® son dos ejemplos de suplementos de carbonato de calcio.
- Si toma citrato de calcio, lo mejor es tomarlo 30 minutos antes de una comida. Esto ayuda a que el cuerpo lo absorba. Citracal® es un ejemplo de un suplemento de citrato de calcio que puede conseguir en la mayoría de las farmacias.

Su proveedor de cuidados de la salud o nutricionista dietista clínico le dirá cuántos miligramos de calcio por día debe tomar. Si tiene que tomar más de 500 mg de suplementos de calcio al día, divídalos en dosis. Esto ayuda a que el cuerpo lo absorba. Por ejemplo, si tiene que tomar 1000 mg de calcio al día, tome 500 mg por la mañana y 500 mg por la tarde.

Vitamina D

El cuerpo necesita vitamina D para absorber el calcio y hacer uso de él. La vitamina D se mide con el número de unidades internacionales (IU) que se necesitan al día.

- Si usted tiene entre 19 y 70 años, entonces necesita 600 IU de vitamina D al día.
- Si tiene más de 70 años, entonces necesita 800 UI de vitamina D al día.

Puede obtener vitamina D de la luz del sol y los alimentos. Estos alimentos y bebidas tienen vitamina D:

- Pescados grasos, como salmón, caballa y atún
- Yemas de huevo
- Hígado
- Leche fortificada con vitamina D
- Juego de naranja fortificado con vitamina D

Suplementos de vitamina D

Los proveedores de cuidados de la salud con frecuencia recomiendan tomar un suplemento de vitamina D. Es difícil recibir toda la vitamina D que necesita de los alimentos. Y si usa protector solar o está en casa la mayor parte del tiempo, no obtendrá mucha vitamina D del sol.

Muchas multivitaminas y algunos suplementos de calcio contienen vitamina D. Compruebe si el suyo la contiene antes de empezar a tomar un suplemento de vitamina D por separado.

Ejercicio

Es posible que el proveedor de cuidados de la salud le recomiende ejercicios para fortalecer los huesos y músculos. Podrían ser ejercicios en los que se use el propio peso del cuerpo, tales como caminar, trotar o correr, ya que aumentan la densidad ósea. También podrían ser

ejercicios sin carga de peso, como nadar.

Hable siempre con su proveedor de cuidados de la salud antes de empezar una nueva rutina de ejercicios. Si tiene problemas para establecer una rutina de ejercicios, pregunte si la fisioterapia es adecuada para usted.

Anemia

Recibir terapia hormonal por mucho tiempo podría aumentar el riesgo de sufrir anemia. La anemia se presenta cuando una persona tiene una menor cantidad de glóbulos rojos de lo normal. Los glóbulos rojos llevan oxígeno de los pulmones a otros tejidos del cuerpo.

Cuando tiene anemia, es posible que se sienta inusualmente cansado. Su proveedor de cuidados de la salud hablará con usted sobre la anemia. Es posible que le recete medicamentos para prevenirla.

Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud

Llame al proveedor de cuidados de la salud si tiene:

- Cualquiera de los efectos secundarios mencionados.
- Cualquier efecto secundario nuevo.
- Preguntas o inquietudes.

Su calendario de inyecciones

Los medicamentos que recibirá son: _____

Los recibirá durante _____ días/semanas/meses

Los recibirá el: _____

Su primera inyección está programada para el:

_____

Es posible que le pongan las inyecciones en la clínica de oncología radioterápica o en el consultorio del urólogo.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center