

Deportes, cirugías e infecciones incrementan las consultas de los hombres a los especialistas

El suelo pélvico también es masculino

ANTONI LÓPEZ TOVAR
Barcelona

Embarazos, partos, menopausia, cambios hormonales... Las mujeres son conscientes desde hace décadas de la importancia de la salud del suelo pélvico. Pero también los hombres tienen suelo pélvico y, al igual que ellas, pueden sufrir dolores y disfunciones que afectan a su salud urinaria y sexual. Sin embargo, "en torno al suelo pélvico masculino todavía existe un gran desconocimiento y muchos tabús", afirma David Sánchez Rienda, uno de los pocos fisios especializados.

"En general, la gente o no sabe nada de ello o conoce tópicos, cosa

todavía peor. Las mujeres desconocemos, pero los hombres ni tan solo se imaginan que ellos también tienen suelo pélvico", afirma Mireia Grossmann, fisioterapeuta, fisiosexóloga y osteópata. "A los hombres nos cuesta explicar los problemas sexuales o de micción porque se viven entre el tabú y el orgullo masculino. Pero estas problemáticas son mucho más habituales de lo que se piensa y hay que romper el silencio", explica Sánchez Rienda.

Un silencio que cada vez es menos perceptible. Aumentan las visitas de hombres a las consultas de urólogos, andrólogos y fisios por problemas relacionados con el perineo. A la fisioterapia los hombres acuden principalmente por problemas derivados del cáncer de próstata o la hiperplasia (cada vez

más jóvenes), apunta Sánchez Rienda. También figuran las disfunciones de carácter sexual debidas a infecciones, el sedentarismo (conductores, oficinistas), y se está incrementando significativamente la cifra de pacientes con dolor pélvico ocasionado por la práctica de deporte. "Sobre todo, ciclismo o equitación. Muchos jinetes se lo callan porque piensan que es normal [el fisioterapeuta ha realizado cursos de formación a jinetes profesionales en Argentina], o ciclistas a quienes se les duerme el pene, sienten cosquilleo y tienen disfunción eréctil", expone profesional.

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha organizado un ciclo de seminarios dirigidos a profesionales y al público en general, con el objetivo de abrir espacios de diálogo

y formación, que se ha estrenado en Girona y proseguirán en Barcelona (24 de octubre), Manresa (25 de octubre), Tarragona (7 de noviembre) y Lleida (8 de noviembre). Un estudio de esta entidad revela que el 40% de los catalanes ha sufrido alguna patología relacionada con el suelo pélvico, con una significativa diferencia en función del sexo: la incidencia es el 46% en las mujeres entrevistadas y del 36% en los hombres.

Según el sondeo, las patologías más comunes son el dolor lumbopélvico (19% de los entrevistados) y la incontinencia urinaria (14%), que afecta más a las mujeres (21%) que a los hombres (6%). Aparecen a continuación problemas en las relaciones sexuales (8%) y los problemas de erección (5%, que asciende

al 8% en hombres de 55 a 65 años).

Entre los síntomas más frecuentes que describen los pacientes con dolor pélvico crónico se encuentran molestias o dolor en el periné y el ano, ardor en el perineo y ano, dolor en los testículos y el pene, dolor al eyacular, molestias al tener erección o molestias y dolor al orinar. Los fisioterapeutas disponen de un arsenal de tratamientos que, aseguran, son efectivos en la mayor parte de los casos. A partir de una valoración ecográfica, se procede a la terapia manual para estirar músculos y trabajar los nervios. "La electroterapia también nos está ayudando muchísimo, y tenemos un montón de aparatología muy novedosa para mitigar estas disfunciones", explica Sánchez Rienda.

El problema, además de la escasez de profesionales especializados, es el desconocimiento social y sanitario. "El paciente no sabe dónde ir cuando tiene un problema; los urólogos y andrólogos ahora nos están escuchando, y la cosa [las derivaciones] empezará a funcionar", dice un fisio. En este sentido, re-



MANUEL BRIQUE / EFE

Los especialistas recomiendan un sillín prostático y un análisis biomecánico de cuerpo y bicicleta para practicar ciclismo intensamente

Los problemas en el perineo pueden producir disfunciones que afectan a la salud urinaria y sexual

cientemente se celebró en Madrid el primer congreso internacional sobre suelo pélvico masculino, donde 300 médicos y fisioterapeutas expertos compartieron los últimos avances para tratar problemas asociados al suelo pélvico.

El suelo pélvico de un hombre puede estar demasiado débil o demasiado tenso. El primer caso puede deberse a levantar sostenidamente objetos pesados, al estreñimiento, tos crónica, sobrepeso o envejecimiento. Por el contrario, un suelo pélvico tenso puede deberse al estrés o la ansiedad, a ejercitar en exceso los músculos de la zona, pasar demasiado tiempo sentado o ir en bicicleta, o también a un trauma o cirugía como una vasectomía. (Recomendación de Sánchez Rienda para los ciclistas: primero, un sillín prostático; segundo, un análisis biomecánico del cuerpo con la bici, controlando la altura del manillar, la rotación de los pies en las calas, etcétera).●

Un sistema de análisis de sangre puede detectar 50 tipos de cáncer de forma precoz

BARCELONA Redacción

Un análisis de sangre para detectar más de 50 tipos de cáncer podría ayudar a acelerar el diagnóstico, según publicó ayer la BBC en su página web. Los resultados de un ensayo realizado en Estados Unidos y Canadá demuestran que la prueba fue capaz de identificar una amplia gama de cánceres, de los cuales tres cuartas partes no cuentan con ahora ningún

tipo de programa de detección.

Uno de los aspectos más prometedores de este sistema, la prueba Galleri de la empresa farmacéutica estadounidense Grail, es que más de la mitad de los cánceres se detectaron en una fase temprana, en la que los tumores son más fáciles de tratar y existe un mayor potencial de curación.

Lo que hace la prueba Galleri es detectar fragmentos de ADN canceroso que se han desprendido de un tumor y que circulan en

la sangre. En estos momentos, el test está siendo probado por el Servicio Nacional de Salud (NHS) británico.

El ensayo siguió a 25.000 adultos de Estados Unidos y Canadá durante un año, y casi uno de cada 100 obtuvo un resultado positivo. En el 62% de estos casos, el cáncer se confirmó posteriormente.

Es fundamental destacar que tres cuartas partes de los cánceres detectados eran aquellos para los que no existe un programa de cribado, como el cáncer de ovario, hígado, estómago, vejiga y páncreas.

En todo caso, el análisis de sangre identificó correctamente el origen del cáncer en nueve de cada diez casos. Estos impresionantes resultados sugieren que el análisis de sangre podría acabar

desempeñando un papel importante en el diagnóstico precoz del cáncer.

Así lo cree el investigador principal, Nima Nabavizadeh, profesor asociado de medicina radio-

El test, ensayado en Norteamérica, halla fragmentos de ADN canceroso desprendido de un tumor

lógica en la Universidad de Salud y Ciencias de Oregón, que afirmó que los datos mostraban que la prueba podía "cambiar radicalmente" su enfoque de la detección del cáncer. Sin embargo,

otros científicos que no participaron en la investigación afirman que se necesitan más pruebas para demostrar si el análisis de sangre puede reducir la mortalidad por cáncer.

Los resultados principales se darán a conocer en el congreso de la Sociedad Europea de Oncología Médica que se está celebrando en Berlín, pero los detalles completos aún no se han publicado en una revista científica revisada por pares.

Se está a la espera de los resultados de un ensayo de tres años en el que participan 140.000 pacientes del Servicio Nacional de Salud (NHS) de Inglaterra, que se publicarán el año que viene. El NHS ha declarado que, si son satisfactorios, ampliará las pruebas a un millón de personas más.●