

Recomendaciones para la prevención de complicaciones asociadas a la terapia de deprivación androgénica (bloqueo hormonal)

Los pacientes con cáncer de próstata que reciben terapia de deprivación androgénica presentan un riesgo aumentado de complicaciones cardíaca, metabólicas, óseas y sexuales, en general se recomienda mantener actividad física con un programada de ejercicios estructurado y monitorizado, mantener una dieta equilibrada y saludable acompañada de suplementos de calcio y vitamina D.

Recomendaciones generales:

- Mejorar el estilo de vida: Dejar de fumar, aumentar la actividad física, dieta balanceada, evitar el alcohol.
- Control metabólico con seguimiento de glucosa, colesterol y control de peso por el médico de atención primaria cada 6-12 meses.
- Se **recomienda mucho** realizar ejercicio aeróbico y de resistencia con un programa de ejercicios estructurado y supervisado por un instructor.
- Consumir suficiente calcio (1,200mg) y vitamina D (800-2000 UI) diarios (entre alimentos y suplementos).

En caso de presentar sofocos/bochornos/“calores”:

- Evitar el calor y alimentos picantes, café o alcohol.
- Fármacos como ciproterona (100mg/día), acetato de medroxiprogesterona (20mg/día), venlafaxina (75mg/día), gabapentina (900mg/día).

En caso de presentar problemas asociados a los pechos/mamas (dolor, aumento de volumen):

- Tamoxifeno (20mg/día por 6-12 meses) o radioterapia (12 sesiones) pueden ser usados en el tratamiento de la ginecomastia y la mastodinia, siendo el tamoxifeno el más efectivo.

Referencia:

- Kokorovic, A., So, A. I., Serag, H., French, C., Hamilton, R. J., Izard, J. P., Nayak, J. G., Pouliot, F., Saad, F., Shayegan, B., Aprikian, A., & Rendon, R. A. (2021). Canadian Urological Association guideline on androgen deprivation therapy: Adverse events and management strategies . *Canadian Urological Association Journal*, 15(6). <https://doi.org/10.5489/cuaj.7355>