29 DE NOVIEMBRE: DÍA NACIONAL DE LA LUCHA VS EL CÁNCER DE PRÓSTATA

(Actualización: noviembre 2026).

Con decreto publicado en septiembre de 2019, el H. Congreso de la Unión declaró este día nacional con objeto de generar conciencia en la sociedad sobre esta enfermedad y promover su prevención.

La Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer (IARC), agencia especializada de la Organización Mundial de la Salud, informa que el cáncer de próstata es el segundo tipo de cáncer más frecuente entre los hombres en el mundo. Sus estimaciones para 2024 indican que se diagnosticaron más de 1.5 millones de casos y ocurrieron casi 420 000 muertes a escala mundial.

Comúnmente, el cáncer de próstata aparece a partir de los 50 años de edad, alcanza su pico de incidencia después de los 65, y constituye un problema de salud pública por la cantidad de pacientes que lo padece y los recursos que demanda su tratamiento. De acuerdo con la IARC, en 2024, en México, la tasa de incidencia estandarizada por edad fue de 36.2 casos por cada 100 000 habitantes, ambos sexos.

Investigadores del INSP publicaron en 2016 un estudio sobre la mortalidad –registrada entre 1980 y 2013– por cáncer de próstata en los 32 estados del país. El estudio arrojó que, en los últimos 13 años del período revisado, la mortalidad por este cáncer registró un crecimiento promedio sostenido de 2.3 % anual, con algunos comportamientos diferentes (más altos) en función del nivel de marginación de cada entidad federativa. De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), la tendencia de crecimiento anual promedio de la mortalidad por este tipo de cáncer fue de 2.0 % durante el período 2010-2025. El mayor crecimiento anual fue 16.0 % en 2020. En 2025, se registró un decremento de .3 %.

La probabilidad de desarrollar este tipo de cáncer puede estar en función de factores tanto modificables como no modificables. Entre los primeros, está la alimentación rica en grasas, con poco consumo de frutas y verduras; beber alcohol y fumar; obesidad y sedentarismo. Entre los no modificables, están la edad y el historial familiar.

Los métodos de detección temprana son el conocimiento de los primeros signos y síntomas de la enfermedad, y la realización, a partir de los 50 años de edad (a partir de los 45, si se tiene historial familiar en esta enfermedad), del tacto rectal por parte de un urólogo, así como la prueba del antígeno prostático específico para detectar anomalías. Un resultado alterado no equivale por sí solo a un diagnóstico de cáncer. Es necesaria una valoración integral para decidir los estudios y el seguimiento necesarios.

En el marco de este Día Nacional, practiquemos y difundamos las principales recomendaciones mundialmente difundidas para su prevención: alimentarse sanamente, practicar ejercicio regularmente, evitar el sobrepeso, no fumar, reducir el consumo de alcohol y la revisión periódica.

Fuentes:

Organización Mundial de la Salud. (3 jul. 2026). Cáncer. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cancer

Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer. (28 ago. 2026). Cáncer de próstata. https://www.iarc.who.int/cancer-type/prostate-cancer/

Agencia Internacional para la Investigación sobre el Cáncer. (8 jul. 2026). Tasa estandarizada por edad por 100 000 habitantes, incidencia, ambos sexos, en 2024. Todos los cánceres. México. https://gco.iarc.who.int/today/en/dataviz/maps-heatmap?mode=population

Torres Sánchez *et al.* (2016). Prostate cancer mortality according to marginalization status in Mexican states from 1980 to 2013. *Salud Pública de México 58*(2), 179-186. http://dx.doi.org/10.21149/spm.v58i2.7787

Instituto de Salud para el Bienestar. (2021). Día Nacional de la Lucha contra el cáncer de próstata. 29 de noviembre. https://www.gob.mx/insabi/es/articulos/dia-nacional-de-la-lucha-contra-el-cancer-de-prostata-29-de-noviembre

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (10 nov. 2026). Defunciones registradas de hombres por tumor maligno de la próstata por entidad federativa de residencia habitual de la persona fallecida y grupo quinquenal de edad, serie anual de 2010 a 2025. https://www.inegi.org.mx/app/tabulados/interactivos/?pxq=mortalidad_Mortalidad_06_d693a28d-07f6-4d7f-8d94-e7526498557b