

Seis síntomas que suelen pasar desapercibidos y podrían indicar enfermedades graves en los hombres

23/06/2025



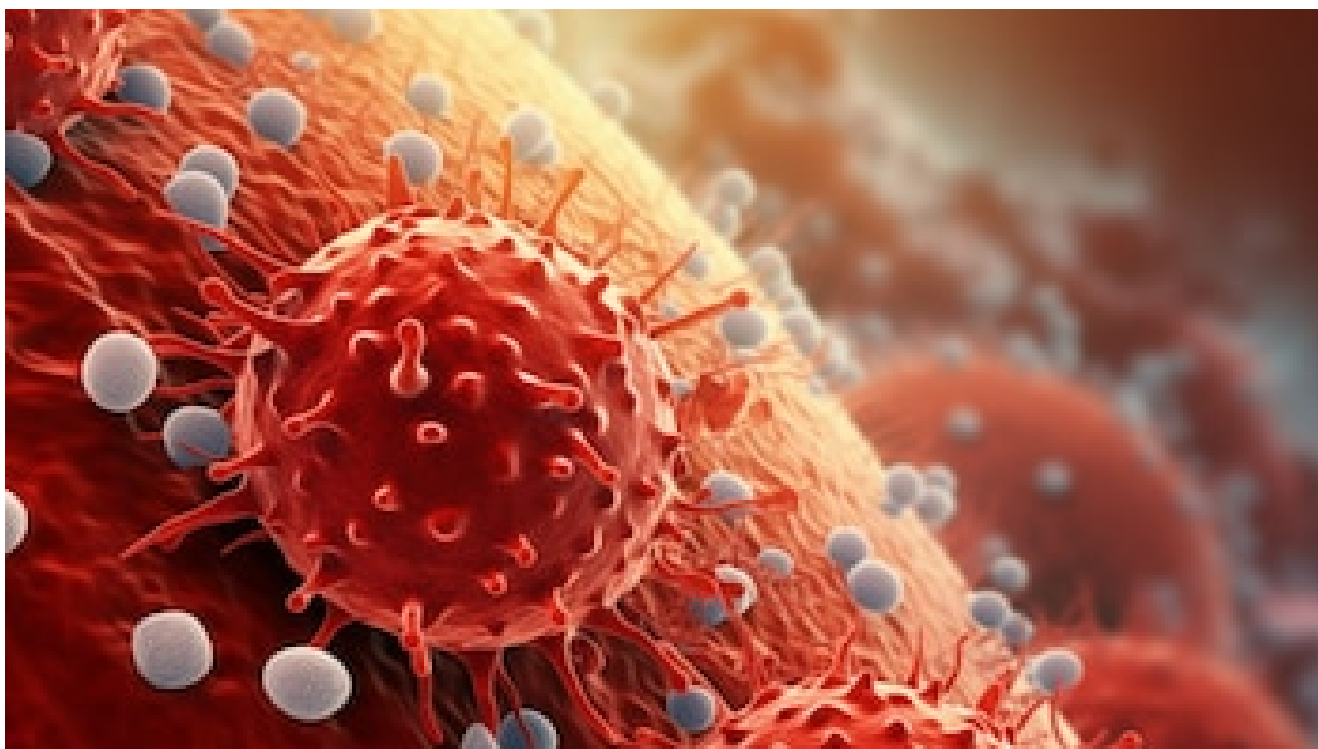
Un dolor persistente, un cambio en la piel o un mal descanso nocturno pueden parecer síntomas menores, pero también podrían señalar un problema de salud más serio en los hombres.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) advierte que la **salud masculina** “ha comenzado a atraer más atención a medida que surgen evidencias de las tendencias epidemiológicas diferenciales entre hombres y mujeres, en particular con respecto a la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles (ENT) y la morbilidad relacionada con los malos comportamientos de búsqueda de salud, la salud mental y la violencia, incluyendo lesiones y homicidios”.

Desde **la Organización Mundial de la Salud (OMS)** también

insisten en la importancia de los controles: “Aunque uno se sienta sano, las revisiones periódicas de salud (como mediciones de la tensión arterial, análisis de glucosa en sangre o revisiones de próstata) son esenciales para detectar a tiempo posibles problemas y mantener una buena salud”.

Algunos síntomas, aunque comunes o esporádicos, podrían ser señales de alerta. Aquí, un repaso por algunos de ellos.



El cáncer de próstata suele no presentar síntomas en sus etapas iniciales, sin embargo, cuando aparecen pueden incluir sangre en la orina, mayor frecuencia urinaria o dificultad para iniciar la micción (Imagen Ilustrativa Infobae)

1- Problemas al orinar

La necesidad de orinar con frecuencia puede ser un signo de alerta, en algunos casos. ¿Qué relación podría tener con el cáncer de prostata? Según **Mayo Clinic**, esta enfermedad es una proliferación de células que comienza en la próstata, una pequeña glándula que ayuda a producir el semen y se encuentra justo debajo de la vejiga, como parte del sistema reproductor masculino. En sus primeras etapas, suele no presentar síntomas.

“La mayoría de los tipos de cáncer de próstata se detectan en una etapa temprana. Esto significa que el cáncer se encuentra solamente en la próstata. En general, un cáncer de próstata en etapa temprana no causa síntomas”, divulgan desde Mayo Clinic,

Sin embargo, cuando los signos aparecen, la entidad médica indica que pueden incluir:

- **Sangre en la orina**, que puede hacer que la orina tenga un color rosa, rojo o similar al de una gaseosa cola.
- Sangre en el semen.
- **Necesidad de orinar con mayor frecuencia.**
- Dificultad para iniciar la micción.
- Levantarse con más frecuencia a orinar por la noche.



La salud masculina incluye afecciones específicas como la baja de testosterona o el cáncer prostático, ambos cuadros requieren diagnóstico clínico oportuno para evitar deterioros a largo plazo (Imagen Ilustrativa Infobae)

2- Cambios en la piel

Desde la **American Cancer Society** sostienen que casi todos los casos de cáncer de piel “pueden ser tratados eficazmente si son detectados en sus etapas iniciales, por lo que es importante saber a qué hay que estar atento”. Y remarcan que “hay muchos tipos de cáncer de piel donde cada uno **puede lucir distinto**”.

Los **carcinomas de células basales** son más frecuentes en varones. “**Los hombres son más propensos que las mujeres a desarrollar los carcinomas de células basales, aunque es importante que cualquiera que note algún punto en su piel que luzca inusual lo someta a revisión con un médico**”, alertan. También agregan que “los carcinomas de células basales de mayor tamaño puede que contengan puntos de supuración o que formen costra”.

3- Ronquidos: un ruido que puede esconder más que cansancio

¿Quién no ha roncado alguna vez? Pero cuando se vuelve habitual, puede ser señal de un trastorno. **Mayo Clinic** define los ronquidos como “el sonido ronco o fuerte que se produce cuando el aire pasa por los tejidos relajados de la garganta y hace que estos vibren mientras respiras”. Y precisa que casi todas las personas “roncan de vez en cuando, pero para algunas esto **puede ser un problema crónico**”.



Pausas respiratorias mientras se duerme, somnolencia diurna y presión alta son síntomas que, combinados con ronquidos, ameritan una consulta médica para descartar apnea del sueño o trastornos similares (Freepik)

Los hombres, según Mayo Clinic, “tienen más probabilidades de roncar o tener apnea del sueño que las mujeres”.

Aunque no todos los casos de ronquido implican apnea obstructiva del sueño (AOS), advierten que si se presentan ciertos síntomas, conviene consultar. Algunos de ellos son:

- Pausas de respiración presenciadas durante el sueño.
- Somnolencia excesiva durante el día.
- Dificultad para concentrarse.
- Dolores de cabeza por la mañana.
- Dolor de garganta al despertar.
- Sueño intranquilo.
- Jadeo o ahogo por la noche.
- Presión arterial alta.
- Dolor en el pecho por la noche.
- Tu ronquido es tan fuerte que interrumpe el sueño de tu pareja.

4- Dolor en el pecho

Los ataques cardíacos afectan a los hombres a edades más tempranas que a las mujeres, de acuerdo con *Harvard Health*. Un infarto se desencadena cuando el flujo de sangre hacia el corazón se bloquea o reduce de forma severa, generalmente por acumulación de grasa, colesterol y otras sustancias en las arterias coronarias.



Los especialistas de MedlinePlus señalan que muchas enfermedades que afectan a los hombres, como las cardíacas o el cáncer de colon, pueden prevenirse mediante controles clínicos regulares (Imagen Ilustrativa Infobae)

Los síntomas más frecuentes, según los expertos de Harvard, son los siguientes:

- Dolor en el pecho que puede sentirse como presión, opresión, dolor, o sensación opresiva o de dolor.
- Dolor o molestias que se propagan al hombro, al brazo, a la espalda, al cuello, a la mandíbula, a los dientes o, a veces, a la parte superior del abdomen.
- Sudor frío.

- Fatiga.
- Acidez estomacal o indigestión.
- Aturdimiento o mareos repentinos.
- Náusea.
- Falta de aire.

5- Disfunción eréctil: un síntoma que puede indicar otras condiciones

Los expertos de Cleveland Clinic explican que la disfunción eréctil (DE) es la incapacidad de lograr o mantener una erección el tiempo suficiente para tener relaciones sexuales. Las causas pueden incluir problemas vasculares, trastornos neurológicos, aspectos de salud mental o lesiones. También pueden estar relacionadas con el **consumo de alcohol, sustancias, ciertos tratamientos o medicamentos.**



Entre las razones por las que los varones acceden menos al sistema sanitario se encuentran el consumo de alcohol, la toma de decisiones riesgosas y el retraso en las consultas médicas (Imagen Ilustrativa Infobae)

La misma entidad de salud recomienda que si un hombre tiene dificultades para lograr o mantener una erección, es una buena idea **programar una cita** con un proveedor de atención médica para conversar sobre el tema.

6- Protuberancia o bulto en los testículos

Mayo Clinic señala que el cáncer testicular es una proliferación de células que comienza en los testículos, que se encuentran en el escroto. Este último es un saco de piel flácida que se encuentra debajo del pene. Los testículos producen esperma y la hormona testosterona.

El primer signo suele ser una protuberancia o bulto. Según Mayo Clinic, “las células cancerosas pueden crecer rápidamente. A menudo, se diseminan del testículo a otras partes del cuerpo”. A pesar de esto, se trata de un cáncer altamente tratable: “Los tratamientos dependen del tipo de cáncer testicular que tengas y de cuánto se diseminó. Los tratamientos comunes incluyen cirugía y quimioterapia”.

Chequeos regulares, la clave para la salud y el bienestar



Muchas afecciones que afectan a la salud masculina se pueden abordar con un diagnóstico temprano (Imagen Ilustrativa Infobae)

Un panorama más amplio lo ofrece **MedlinePlus**, el sitio de la **Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos**. Allí se indica que **la mayoría de los hombres “tienen que prestar más atención a su salud”**. Es que en comparación con las mujeres, destacan que son más propensos “a fumar y beber, tomar decisiones poco saludables o riesgosas y retrasar chequeos regulares o atención médica”.

Además, hay condiciones que afectan exclusivamente a los hombres, como el cáncer de próstata o los niveles bajos de testosterona.

Desde **MedlinePlus** concluyen que muchos de los principales riesgos de salud que enfrentan los hombres, “como el de cáncer del colon o enfermedades cardíacas, **pueden prevenirse y tratarse con un diagnóstico anticipado**. Hay pruebas que pueden determinar enfermedades en forma temprana, cuando es más fácil tratarlas. **Es importante someterse con regularidad a los exámenes médicos necesarios**”.

Fuente: Infobae