

Guía para pacientes de cáncer de vejiga: cómo detectarlo y afrontarlo

Este es uno de los objetivos de la “Guía para pacientes de cáncer de vejiga”, elaborada por el Grupo Español de Oncología Genitourinaria (SOGUG), que promueve la investigación en estos tumores, y la compañía Roche Farma con motivo en mayo del mes mundial del cáncer de vejiga

Según datos del informe anual “Las cifras del cáncer en España 2024” de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), en colaboración con la Red Española de Registros de Cáncer (REDECAN), se estima que este año se diagnosticarán 22.097 nuevos casos de cáncer de vejiga, 18.247 en hombres y 3.850 mujeres.

En los hombres es la tercera neoplasia más frecuente por detrás de cáncer de próstata y de pulmón, y en las mujeres ocupan el undécimo lugar.

En cuanto a la mortalidad, es la sexta causa de muerte por cáncer en varones, con 3.480 fallecimientos al año.

Subtipos de cáncer de vejiga

Hay dos grandes subtipos de cáncer de vejiga:

Carcinoma de células uroteliales

Son los tumores más comunes, el 93% de todos los cánceres de vejiga y afectan a las células que revisten las paredes de este órgano y de los uréteres (conductos que conducen a la orina desde los riñones).

Carcinoma de células no uroteliales:

Representan menos del 5% de los tumores de vejiga. Se distinguen:

- Carcinoma epidermoide: puede asociarse a inflamación o infección crónica de la vejiga y puede estar causada por el parásito *Schistosoma haematobium*; ser secundaria a cistitis; consecuencia de cateterismos prolongados o ser debida a la presencia de cálculos vesicales. Suele relacionarse con un diagnóstico tardío.

- **Adenocarcinoma:** Los adenocarcinomas iniciales (primarios) suelen originarse en colon, próstata u ovarios, produciendo después metástasis a la vejiga.
- **Carcinoma de células pequeñas:** es un tumor muy infrecuente que se produce en células neuroendocrinas.
- **Sarcoma:** es un tipo de tumor muy poco frecuente.

Conocer los factores de riesgo...evitables

Si tenemos conocimiento de los factores de riesgo del cáncer de vejiga, podremos evitar en la medida de lo posible algunos de ellos.

- **Tabaco:** es el principal factor de riesgo y aparece en la mitad de los casos nuevos de carcinoma urotelial de vejiga. El tabaco incrementa el riesgo de padecer cáncer de vejiga independientemente del género, y la duración del hábito tabáquico puede estar relacionada con una mayor agresividad del tumor de vejiga.
- **Alcohol:** según datos de la OMS un 4,4 % de tumores están causados por el alcohol. El riesgo de cáncer debido al alcohol existe a pesar de ingerir cantidades bajas. Este hábito, en combinación con el tabaquismo, multiplica por 30 el riesgo de incidencia de cáncer de esófago, oral y orofaríngeo.
- **Factores ocupacionales:** el 10 % de nuevos casos de cáncer de vejiga urotelial están relacionados con factores ambientales del lugar de trabajo. Particularmente los trabajadores más expuestos son aquellos que trabajan en la industria con aluminio, metal, cuero, aminas aromáticas, tintes y pinturas y los operarios de máquinas, entre otros.
- **Cistitis crónica:** La cistitis es una infección de las vías urinarias, que cursa con síntomas como dolor al orinar, escozor, sangre en la orina (hematuria) o imposibilidad de orinar. Los cuadros inflamatorios que continúan en el tiempo (por ejemplo, por el uso de catéteres, cálculos vesicales, gonorrea...) y los pacientes con cistitis crónica o recurrente, tienen un riesgo mayor de contraer cáncer de vejiga no urotelial (el carcinoma escamoso en especial).
- **Infecciones:** el virus del papiloma humano (VPH) es uno de los agentes infecciosos más frecuentes relacionados con el desarrollo de tumores en Europa. Diversos estudios sugieren que está relacionado con el cáncer urotelial de vejiga.

Síntomas, las señales de alerta

Saber detectar los síntomas contribuye a la detección y diagnóstico precoz.

El principal y más frecuente síntoma es la presencia de sangre en la orina, lo que se denomina hematuria. Presente hasta en un 75 % de los casos, es indolora.

Otros síntomas frecuentes son escozor o ardor al orinar y sensación de micción inmediata o incremento en la frecuencia de la necesidad de orinar. El conjunto de estos síntomas se denomina síndrome irritativo miccional, característico de los tumores que afectan a las capas más profundas de la vejiga, los infiltrantes.

Cuando el cáncer crece o se extiende más allá de la vejiga a diferentes partes del cuerpo, pueden aparecer algunos síntomas como cansancio, dificultad para orinar, dolor en la zona baja de la espalda, hinchazón de pies, entre otros.

Se detecta por análisis de sangre, urocultivo, citología, pruebas de imagen y biopsia.

Ilustración de la “Guía para pacientes de cáncer de vejiga”. Foto cedida

Tratamientos, de los convencionales a los avances

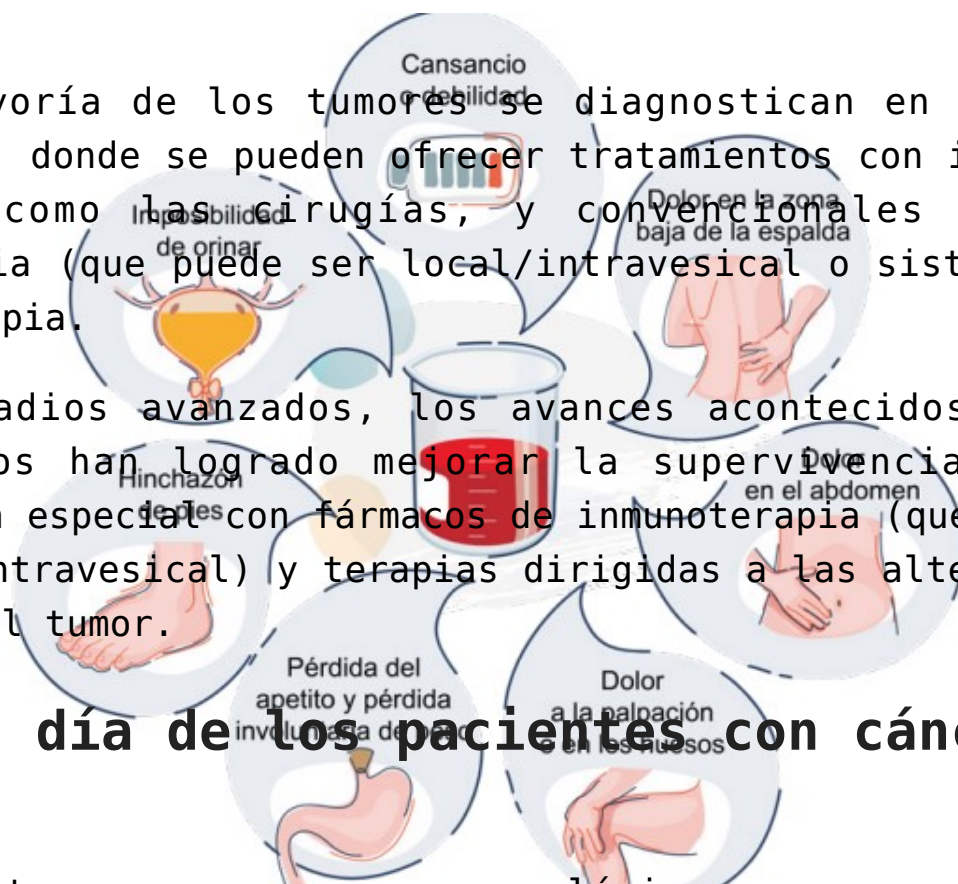
La gran mayoría de los tumores se diagnostican en estadios localizados, donde se pueden ofrecer tratamientos con intención curativa, como las cirugías, y convencionales como la quimioterapia (que puede ser local/intravesical o sistémica) y la radioterapia.

En los estadios avanzados, los avances acontecidos en los últimos años han logrado mejorar la supervivencia de los pacientes en especial con fármacos de inmunoterapia (que también puede ser intravesical) y terapias dirigidas a las alteraciones genéticas del tumor.

El día a día de los pacientes con cáncer de vejiga

Para enfrentarse a un proceso oncológico es necesario unas pautas básicas:

- Alimentarse correctamente con una dieta variada y equilibrada, como mediterránea, que permita el aporte de los nutrientes: proteínas, carbohidratos, grasas, agua, vitaminas y minerales que el cuerpo precisa.
- Realizar ejercicio físico y no llevar una vida sedentaria.



Caminando diariamente veinte minutos conseguirá mantener su peso.

- Abandonar el tabaco y el alcohol.
- Descansar bien. Dormir es fundamental para que el organismo recupere energía.
- También a nivel psicológica y emocional es hablar de sus sentimientos y emociones pero también de la organización logística que requiere la enfermedad.
- Preguntar al equipo médico cualquier duda (hay un capítulo con preguntas para orientar) y no compararse con nadie ya que en cada persona el cáncer puede evolucionar de forma diferentes.
- Los efectos de los tratamientos repercuten en el deseo sexual y repercusiones físicas: esta guía recomienda el consejo médico y una mayor comunicación con la pareja para afrontar este etapa, entre otras

lustración de la “Guía para pacientes de cáncer de vejiga”. Foto cedida

Consejos en cáncer de vejiga

La guía del [Grupo Español de Oncología Genitourinaria](#) para pacientes con cáncer de vejiga también incluye un capítulo dedicado al mindfulness o atención plena, como herramienta para ayudar a identificar aquellos pensamientos o acciones que le resultan perjudiciales, apartándolos, y así decidir libremente cultivar aquello que es beneficioso.

Además, el documento incluye otro apartado con recomendaciones onco-estéticas para la piel, el cabello, cejas, pestañas o uñas afectados por la acción de la enfermedad y de sus tratamientos.

Con información de 800 noticias

