

Autoexamen testicular (TSE, por sus siglas en inglés)

El cáncer testicular es la forma más frecuente de cáncer en hombres de 15 a 35 años. La mayoría de los casos afectan a hombres menores de 55 años. Por lo general, aparece como un bulto indoloro en el testículo. La buena noticia es que un autoexamen mensual puede ayudar a encontrar el problema antes de que se agrave. Cuando se detecta de forma temprana, es casi 100 % curable.

Cómo hacer el TSE

Algunos proveedores de atención médica recomiendan realizar un TSE una vez al mes, durante o después de una ducha tibia. La ducha tibia ayuda a relajar el escroto. Esto facilita la realización del examen. Dedique entre 3 y 5 minutos a la palpación para detectar bultos, áreas firmes o cambios. Si encuentra un problema, no entre en pánico. Llame a su proveedor de atención médica y programe una cita.

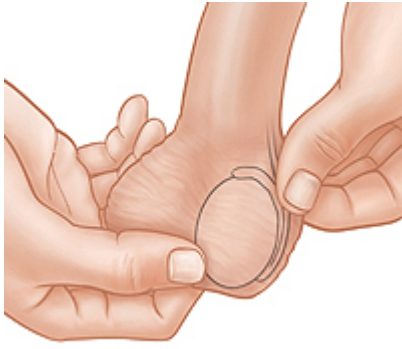
Controle los testículos

Sostenga el escroto en la palma de la mano. Pase cada testículo suavemente entre los pulgares y los dedos de ambas manos. Palpe para detectar cambios en cada testículo, uno a la vez.



Controle el epidídimo

El epidídimo es una estructura elevada con forma de borde que se encarga del almacenamiento de los espermatozoides. Corre a lo largo de la parte superior y posterior de cada testículo y puede doler al presionar sobre él. Palpe suavemente cada epidídimo para detectar cambios. Un espermatocoele es un quiste lleno de líquido. Se puede palpar en el epidídimo o testículo o cerca de estos. Por lo general, los espermatocoeles son indoloros y no cancerosos.



Controle el conducto deferente

El conducto deferente es un pequeño tubo que se extiende desde la parte superior de cada testículo. Un conducto deferente normal se palpa como un trozo de espagueti cocido. Palpe para detectar cambios por encima de cada testículo.



Evaluación profesional

Si palpa algo que no parece normal, informe a su proveedor de atención médica de inmediato. Además de hacer su propio TSE, también debe consultar a su proveedor de atención médica para realizarse controles regulares.