

# INFORMACIÓN ACERCA DEL AUTOEXAMEN TESTICULAR (TESTICULAR SELF-EXAMINATION, TSE)

## ¿Qué es el autoexamen testicular, (TSE)?

Un autoexamen testicular es un examen de los dos testículos (dos glándulas en forma de huevo que están cerca de la base del pene y producen espermatozoides) para ayudar a detectar el cáncer de testículos en las primeras etapas. Es importante hacer exámenes testiculares cada mes para buscar si hay algún cambio.

## ¿Sabía que...?

El cáncer testicular es uno de los tipos de cáncer más frecuentes en hombres de 20 a 34 años y puede ocurrir en cualquier momento posterior a los 15 años. Si se descubre en las primeras etapas, el cáncer testicular es una de las formas de cáncer más curable.

## Factores de riesgo del cáncer testicular

- Criptorquidia
- Antecedentes familiares
- Cáncer del otro testículo
- Carcinoma
- Edad
- Raza y etnia
- Infección por VIH
- Tamaño corporal
- Lesiones previas y/o acciones repetitivas, como cabalgar.

## ¿Cuándo debería hacerme un TSE, por sus siglas en inglés?

El examen testicular debería comenzar a realizarse a los 15 años y seguir haciéndolo hasta los 40. Es importante realizarse el examen cada mes con la finalidad de buscar algún cambio.

El mejor momento de examinarse los testículos es luego de un baño con agua caliente. La piel del escroto está más relajada en este momento y los testículos pueden palparse con más facilidad. El examen debe hacerse de pie y solo tarda unos minutos.

## ¿Cómo hacer un autoexamen testicular?

- Examine el escroto para ver si hay hinchazón.
- Palpe con cuidado la bolsa del escroto para ubicar el testículo.
- Examine cada testículo por separado. Toque con cuidado y con firmeza cada testículo con los pulgares para examinar toda la superficie.
- Es importante notar que es normal que un testículo sea un poco más grande que el otro y sentir una estructura parecida a un cordón, que es el epidídimo, en la parte superior y posterior de cada testículo.

Busque bultos o nódulos duros, o masas redondeadas y suaves, o cualquier cambio en tamaño, forma o consistencia de los testículos.

## RECUERDE:

Contacte a su médico de confianza tan pronto observe algún cambio, en caso de que lo haya, o si experimenta dolor o sensibilidad del área del escroto.