



¿Cómo autoexplorarse los testículos?

El cáncer de testículo es el tipo de cáncer más frecuente en hombre entre 20 y 35 años de edad, por lo que una detección oportuna es la mejor forma de lograr curarlo.

El cáncer de testículo se manifiesta como un nódulo de consistencia dura que va creciendo progresivamente habitualmente sin dolor.

Aunque lo más importante para la atención de un probable cáncer testicular es acudir al médico, estas instrucciones te pueden servir para revisarte y poder detectar zonas sospechosas:

- 1 Revisate mientras te das un baño caliente, ya que con esto la piel del escroto se relaja y será más fácil que puedas sentir los testículos. Es importante que lo hagas estando de pie.
- 2 Revisa con tus dos manos cada testículo, pon cada testículo entre las yemas de tus dedos pulgar, índice y medio de ambas manos y presiona suavemente para sentir la consistencia.
- 3 Si detectas algo que llame tu atención agenda tu cita conmigo.
- 4 Cosas que deben llamar tu atención: bolitas, zonas de consistencia más dura, ver el testículo de mayor tamaño, dolor cuando los tocas.

