

~~~~~ ✨ ~~~~~

# SALUD MASCULINA

Y CONTROLES UROLÓGICOS

~~~~~

*Los controles urológicos varían de acuerdo a la etapa de la vida que transita cada persona.*

*Este control permite el chequeo de todo el aparato urinario (riñones, vías urinarias, vejiga) y genital.*



# CONTROL UROLÓGICO



## RECOMENDACIONES GENERALES

\* **DESDE LOS 15 AÑOS:**  
*realizar autoexamen  
testicular periódico.*

\* **A PARTIR DE LOS 50 AÑOS:**  
*es necesario el control urológico.*

*Aclaración: personas con  
antecedentes familiares de cáncer  
prostático o personales de cálculos  
o cólicos renales, la primera consulta  
debe ser desde los 40 años.*



## INCLUYE



*Consulta personal  
entre paciente  
y especialista*



*Examen físico*



*Estudios  
complementarios*



## BENEFICIOS



**1**

*Detecta alteraciones tempranas en aparato  
urinario y genital, evitando complicaciones futuras*

**2**

*Diagnostica precozmente cualquier enfermedad  
maligna en el aparato urinario*

**3**

*Suministra control periódico y preventivo del  
crecimiento benigno de la próstata y otras  
patologías como cálculos renales*



*Mantener una  
dieta variada*



*Orinar cada 3 o 4 horas  
evitando la retención  
de orina*

~~~~~

# CUIDAR LA SALUD DEL APARATO URINARIO

~~~~~ \* ~~~~~



*No fumar o dejar de  
hacerlo. Los cánceres de  
vejiga y vías urinarias  
están muy relacionados  
con el tabaquismo*



*Consumir  
poca sal*



*Tomar suficiente  
cantidad de líquido*



*Controlar el color de la orina y  
la presencia de sangre*