

Fecha: Abril 2026

Boletín Informativo



ASOCIADOS DE NEGOCIO



MINUTO SALUDABLE

Cáncer de próstata

¿Qué es?

El cáncer de próstata es una enfermedad en la que las células de la próstata, una glándula del sistema reproductor masculino, crecen de manera descontrolada.



¿Se puede prevenir el cáncer de próstata?

- Elige alimentos bajos en grasa
- Come más frutas y verduras todos los días
- Reduce los lácteos
- Ten un peso saludable
- Haz ejercicio la mayoría de los días de la semana
- No fumes

El cáncer de próstata a menudo no presenta síntomas en sus etapas iniciales, y muchos hombres no experimentan síntomas hasta que la enfermedad está más avanzada. Sin embargo, cuando se presentan síntomas, estos pueden incluir problemas para orinar, como dificultad para empezar a orinar, un chorro de orina débil, orinar con más frecuencia (especialmente por la noche), necesidad urgente de orinar, o dolor o ardor al orinar.

También puede haber sangre en la orina o el semen. En etapas más avanzadas, el cáncer de próstata puede causar dolor en la espalda, las caderas o la pelvis, disfunción eréctil, fatiga, pérdida de peso involuntaria y debilidad en las piernas o los brazos.

El cáncer de próstata afecta a toda la familia.

Cada año, más de 52.000 personas son diagnosticadas con cáncer de próstata.

Sabemos que cada vez que a alguien se le diagnostica cáncer de próstata, toda su familia se ve afectada. Desde parejas e hijos hasta padres, hermanos y la familia y amigos en general; un diagnóstico de cáncer de próstata puede afectar a muchas personas.

La frecuencia del tamizaje del cáncer de próstata varía según factores de riesgo individuales, pero generalmente se recomienda comenzar a los 50 años para hombres con riesgo promedio, y a partir de los 40 o 45 años para hombres con mayor riesgo.

Fecha: Abril 2026

Boletín Informativo



CORRUPCIÓN Y SOBORNO

CORRUPCIÓN

La corrupción es el abuso del poder para obtener un beneficio personal o para un grupo específico. Ocurre cuando personas con autoridad (como funcionarios públicos, empresarios o políticos) usan su cargo para favorecer intereses privados en lugar del bien común.

Ejemplos de corrupción:

- Alterar contratos públicos para beneficiar a una empresa.
- Desviar fondos del Estado a cuentas personales.
- Contratar a familiares sin los méritos necesarios (nepotismo)



SOBORNO

El soborno es una forma de corrupción. Consiste en ofrecer, dar, recibir o solicitar algo de valor (como dinero, regalos o favores) para influir en las decisiones de una persona con poder o responsabilidad.

Ejemplos de soborno:

- Pagar a un policía para evitar una multa
- Ofrecer dinero a un funcionario para obtener un contrato .
- Recibir regalos a cambio de favorecer a una empresa .

Pasos para prevenir la corrupción / soborno en una empresa

- Fomentar una cultura de integridad
- Establecer un código de ética
- Capacitación al personal
- Establecer canales de comunicación para las denuncias
- Gestión de relaciones con los terceros
- Evaluación de riesgos

