

## PROSTATA, SINTOMAS URINARIOS Y CALIDAD DE VIDA

### PREGUNTAS Y RESPUESTAS

#### 1. ¿Qué es la próstata?

La próstata se encuentra sólo en los hombres. Es una glándula localizada justo debajo de la vejiga (donde se almacena la orina). Rodea el tubo que conduce la orina desde la vejiga al exterior a través del pene (uretra).

Su función principal es producir el líquido prostático, uno de los componentes principales que constituyen el semen en la eyaculación. En hombres sanos, la próstata tiene aproximadamente el tamaño de una nuez.

#### 2. Por qué son tan vitales las revisiones de la próstata?

Después de que un hombre cumple los 40 años esta mas expuesto a desarrollar problemas con la próstata. Hay dos motivos principales para hacerse revisiones regulares de la próstata:

- La detección temprana del cáncer de la próstata.
- El diagnostico de problemas de la próstata que pueden ser el origen de síntomas de malestar. Una próstata agrandada o inflamada puede causar síntomas molestos o dolorosos.

La Sociedad Colombiana de Urología, SCU, recomienda exámenes anuales de la próstata para todo hombre de más do 40 años de edad. También recomienda un examen inmediato para todo hombre que desarrolle síntomas persistentes. Este examen anual puede ayudarle a evitar las serias consecuencias de una enfermedad avanzada de la próstata.

#### 3. ¿Qué es la hiperplasia benigna de próstata?

La hiperplasia benigna de próstata (HBP) es una enfermedad frecuente en hombres mayores. Se produce cuando aumenta el número de células de la próstata, haciendo la glándula más grande.

Un aumento moderado de la próstata sería aproximadamente del tamaño de una ciruela, pero en casos muy graves puede alcanzar el tamaño de un pomelo.

El aumento del tamaño de la próstata puede causar problemas a la hora de orinar. La HBP no deriva directamente en cáncer de próstata, que también aparece en hombres mayores. Sin embargo, la HBP es una enfermedad que puede derivar en complicaciones si no se trata adecuadamente.

#### 4. Doctor, ¿tengo HBP?

Si Usted presenta uno o más de los siguientes síntomas, puede sugerir que tenga HBP:

- Necesidad de orinar con frecuencia o sin previo aviso.
- Despertarse durante la noche para orinar.
- Dificultad para comenzar a orinar.
- El chorro de la orina es débil y se interrumpe.
- Incapacidad para cortar completamente el chorro de orina cuando se desea.
- Sensación de que la vejiga no está vacía después de haber ido al baño.
- Se le escapa la orina y tiene goteo tras orinar.

Estos síntomas pueden ser molestos y pueden afectar a su vida personal, laboral y social, por lo que es importante que hable con su Urólogo si presenta alguno de ellos.

#### 5. Diagnóstico de la HBP

Puede que su Urólogo realice una exploración física, que podría incluir una prueba denominada tacto rectal. Durante esta prueba, se pondrá unos guantes lubricados e introducirá un dedo en el recto, para examinar la próstata. Aunque este procedimiento puede ser desagradable, no es doloroso.

Muchos hombres consideran la posibilidad de realizarles un tacto rectal como una situación embarazosa; es importante que recuerde que es un procedimiento sencillo que realiza el Urólogo con frecuencia a muchos hombres.

Puede que también realicen otras pruebas, como por ejemplo:

- Prueba del antígeno prostático específico (PSA): prueba sanguínea sencilla que mide la cantidad de PSA, una enzima producida de forma natural por la próstata. Niveles elevados de PSA pueden indicar HBP y otras enfermedades como el cáncer de próstata.
- Pruebas de flujo urinario: su médico puede pedirle que orine en un dispositivo especial que mide la fuerza y cantidad de flujo urinario.

#### 6. ¿La HBP es una dolencia grave?

La HBP es una enfermedad benigna y no es cáncer de próstata. A medida que la HBP progresa encontrará que sus síntomas empeoran. Algunos pacientes pueden presentar complicaciones más graves, como retención aguda de orina (RAO), que supone una incapacidad repentina para orinar, la orina se acumula, lo que resulta muy incómodo a medida que la vejiga se dilata y requiere un tratamiento urgente para vaciar la vejiga. Algunos pacientes necesitan pasar por el quirófano para tratar la HBP. Además, la HBP ocasionalmente puede originar otras complicaciones, como infecciones urinarias, cálculos vesicales y lesión vesical o renal.

## 7. Tratamiento para la HBP

Existen diferentes opciones de tratamiento disponibles para la HBP que su Urólogo comentará después de revisar su historia clínica y realizar una exploración física. La elección del tratamiento dependerá tanto de la gravedad de sus síntomas, como del grado en que afecten a su vida diaria y de sus circunstancias particulares (por ejemplo, si padece cualquier otra enfermedad o complicaciones asociadas a la HBP).

Su Urólogo comentará con usted las ventajas y desventajas de las diferentes opciones de tratamiento.

- **Vigilancia expectante y cambios en el estilo de vida.** Con esta opción, no se le administra ningún tratamiento, pero usted estará controlado. Esta opción puede ser la más apropiada para varones con síntomas leves de HBP que les causan pequeñas molestias.

Si sus síntomas empiezan a empeorar, debe volver a la consulta de su Urólogo, puesto que es posible que necesite un tratamiento más activo. Además le aconsejará sobre cambios sencillos en su estilo de vida que pueden ayudarle a mejorar sus síntomas.

- Evite bebidas alcohólicas o con cafeína.
  - Evite beber a última hora de la tarde.
  - Aumente la cantidad de fruta y fibra en sus comidas.
  - Anticipe los momentos en los que la necesidad de orinar a menudo o urgentemente pueda ser más problemática y reduzca de antemano la cantidad de bebida durante 2 ó 3 horas antes.
  - Después de haber acabado de orinar, vuelva pasados unos minutos e intente orinar un poco más para ayudar a vaciar completamente la vejiga.
  - Reeduque su vejiga aguantando tanto como sea posible antes de orinar.
- **Tratamiento farmacológico.** Existen tres tipos diferentes de tratamiento farmacológico que su Urólogo puede recomendarle:
    - Los alfa bloqueantes se usan para tratar los síntomas de la HBP y mejorar su calidad de vida.
    - Los inhibidores de la 5-alfa-reductasa se emplean para tratar los síntomas de la HBP, mejorar su calidad de vida y también reducir la probabilidad de desarrollar complicaciones, como retención aguda de orina y la necesidad de cirugía.
    - Aunque actualmente no se recomienda en las guías de tratamiento de la Asociación Europea de Urología, en algunos países se usa la fitoterapia para ayudar a aliviar los síntomas de la HBP.

- **Tratamiento quirúrgico.** Esta opción puede ser adecuada para hombres cuyos síntomas empeoran a pesar del tratamiento farmacológico o para aquellos que experimentan complicaciones.

Su Urólogo le recomendará la mejor opción quirúrgica ajustada a sus necesidades. La mayoría de los tratamientos quirúrgicos para la HBP requieren el uso de anestesia local y supone un ingreso hospitalario.

La intervención más frecuente se denomina resección transuretral de próstata (RTUP), que consiste en la inserción de un fino tubo en la uretra y en cortar pequeños trozos de la próstata crecida. Otro procedimiento quirúrgico es la prostatectomía abierta en la cual se extirpa la próstata a través de una incisión en el abdomen inferior. Alternativamente, para casos específicos, hay disponibles terapias mínimamente invasivas y otras en desarrollo.

**Mayores Informes Prensa:**



Agencia de Comunicaciones y Relaciones Públicas  
Narda Rodríguez / Orlando Carmona  
Jenny Cicery / Angélica Gaitán / Carolina Cendales  
Tels. 4803063- 4803064 / 6163203 / 8044164  
Cels. 310 – 8709646 / 310- 8067039 / 311-2571529  
E-mail: [opcion@opcion.com.co](mailto:opcion@opcion.com.co)  
Bogotá D.C., Colombia