



Benigno de próstata

Tabla de contenido

¿Qué es la próstata?	3
Crecimiento benigno de próstata	3
En qué consisten la HPB, APB y la OPB?	3
Síntomas	3
Diagnóstico	4
Vigilancia activa	4
Tratamiento farmacológico	5
Tratamiento quirúrgico	5
Vivir con el CBP	5
Glosario de términos	7

Información actualizada en septiembre del 2013

Este folleto está incluido en el grueso de la Información al paciente que la AEU facilita sobre el CBP. Contiene información general sobre el crecimiento benigno de próstata. Si desea hacer alguna pregunta sobre sus problemas de salud en particular, deberá consultar con su médico u otro profesional de la salud.

Esta información ha sido elaborada por la Asociación Europea de Urología (EAU por sus siglas en inglés) en colaboración con el Departamento de Urotecnología de la AEU (ESUT por sus siglas en inglés), con Europa Uomo y con la Asociación Europea de Enfermeros de Urología (EAUN por sus siglas en inglés).

El contenido de este folleto se ajusta a las Directrices de la EAU. Podrá encontrarlo junto con más información sobre enfermedades urológicas en nuestra página web: <http://patients.uroweb.org/es>

Personas que han colaborado en la elaboración de esta serie informativa:

Prof. Thorsten Bach	Hamburgo, Alemania
Prof. Alexander Bachmann	Basilea, Suiza
Prof. Christopher Chapple	Sheffield, Reino Unido
Prof. Louis Denis	Amberes, Bélgica
D. Günter Feick	Gehrden, Alemania
Prof. Stavros Gravas	Larissa, Grecia
Dr. Hashim Hashim	Bristol, Reino Unido
Prof. Rolf Muschter	Rotenburg, Alemania
Dr. Cosimo De Nunzio	Roma, Italia
D. Hans Ransdorp	Bussem, Países Bajos
Prof. Jens Rassweiler	Heilbronn, Alemania
D ^{ra} . Maria Russo	Orbassano, Turín, Italia
Dr. Roman Sosnowski	Varsovia, Polonia
Prof. Andrea Tubaro	Roma, Italia

Benigno de próstata

¿Qué es la próstata?

La próstata es una glándula situada en la parte inferior del tracto urinario, debajo de la vejiga y alrededor de la uretra (fig. 1). Sólo los varones tienen próstata. Produce el líquido portador del semen y está formada por músculos lisos que contribuyen a expulsarlo durante la eyaculación.

Una próstata sana tiene el tamaño aproximado de una nuez grande y una capacidad de 15-25 mililitros. La próstata va aumentando poco a poco de tamaño a medida que el hombre envejece.

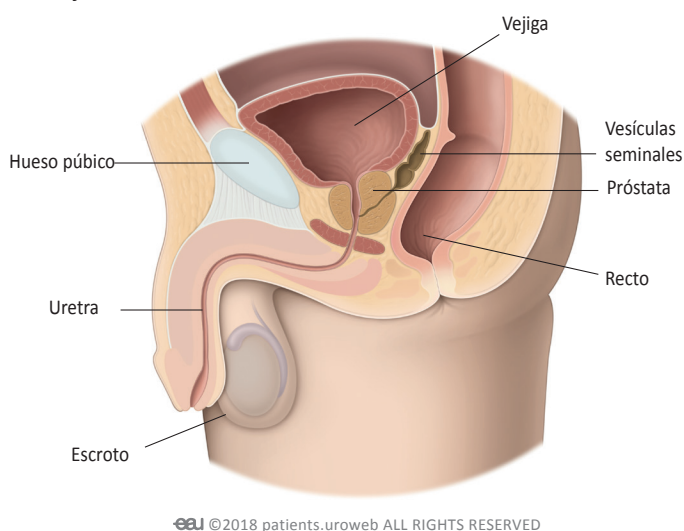


Fig. 1: próstata sana en las vías urinarias inferiores.

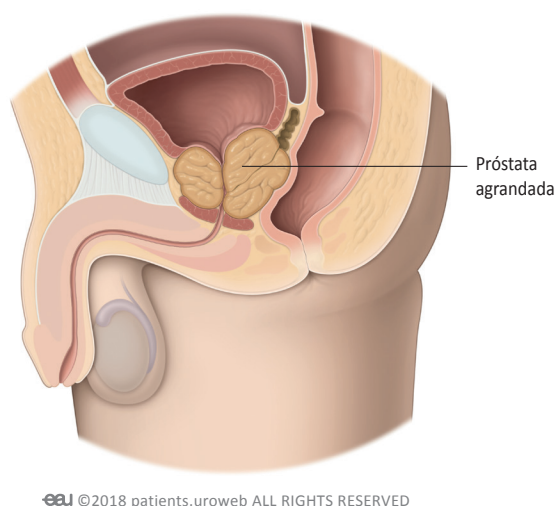


Fig. 2: próstata aumentada de tamaño que comprime la uretra y la vejiga.

Crecimiento benigno de próstata

Las enfermedades de la próstata suelen ir asociadas al envejecimiento. Pueden causar síntomas molestos en el tracto urinario inferior en hombres de más de 50 años. Muy a menudo el origen de esos síntomas se asocian al crecimiento de la próstata, conocido como crecimiento benigno de próstata (CBP) (fig. 2).

El crecimiento benigno de la próstata es una situación frecuente, relacionada con cambios hormonales que afectan a los hombres a medida que envejecen.

Las enfermedades de la próstata pueden llegar a ser muy preocupantes, pero es importante saber que el CBP no es ni se convierte en cáncer de próstata aunque se deje sin tratar. Sin embargo, cualquiera de estas dos situaciones se pueden desarrollar con la edad e incluso pueden convivir. Consulte con su urólogo para exponerle cualquier preocupación que pueda tener al respecto.

En qué consisten la HPB, APB y la OPB?

La hiperplasia prostática benigna es una afección benigna común que, en mayor o menor medida, la padecen todos los hombres. Esta afección se asocia a los cambios hormonales que se van sucediendo al envejecer estos.

En aproximadamente la mitad de estos hombres, la HPB puede derivar en un crecimiento prostático benigno (CPB). A partir de ahí, el crecimiento puede obstruir el flujo urinario, una afección que se conoce como obstrucción prostática benigna (OPB) que aparece en, más o menos, la mitad de los hombres que padecen un crecimiento.

Al referirse a su afección, el médico utilizará una de las tres palabras ya que estas afecciones están muy relacionadas unas con otras.

Síntomas

El crecimiento benigno de próstata puede afectar a su modo normal de orinar. Esto ocurre porque, al aumentar de tamaño, oprime la uretra en la salida de la vejiga (fig. 2).

Algunas veces los síntomas son leves, como necesitar orinar más a menudo o tener más dificultades para vaciar completamente la vejiga. Estos síntomas forman parte del proceso normal de envejecimiento, al igual que la disminución de la movilidad y la pérdida de memoria o de flexibilidad. Es posible que el médico no le recomiende seguir un tratamiento para este tipo de síntomas.

Otras veces los síntomas molestan mucho y pueden afectar negativamente a su calidad de vida, en cuyo caso podrá beneficiarse de seguir un tratamiento.

El CBP puede hacer que su flujo de orina se haga muy lento, o que se entrecorte varias veces mientras vacía su vejiga, o incluso puede tener que esperar y empujar (hacer esfuerzos) antes de empezar a orinar.

El CBP puede obligarle a orinar a menudo a lo largo del día y despertarle por la noche para orinar (lo que se conoce como nocturia). También puede producir urgencia miccional e incluso, a veces, producir pérdidas involuntarias de orina (incontinencia).

También puede Vd. notar que su vejiga no se ha vaciado por completo después de orinar. El chorro de orina puede terminar con un goteo, que a veces continúa cuando ya ha terminado de orinar y ha salido del servicio, mojándole la ropa interior.

Los síntomas, a los que normalmente se les conoce como síntomas del tracto urinario inferior (STUI), pueden ser causados por el CBP pero también pueden ser debidos a otras afecciones que afectan al sistema urinario

Diagnóstico

El médico y el personal de enfermería realizan una serie de pruebas para encontrar la causa de los síntomas. A esto se le llama diagnóstico.

Los síntomas descritos en el apartado anterior pueden corresponder a muchas enfermedades, no únicamente al CBP. Por esta razón puede ser necesario realizar varias pruebas para poder establecer un diagnóstico. En primer lugar, el médico o la enfermera confeccionan la historia médica del paciente y realizan una exploración física. A continuación pueden prescribir análisis de orina o de sangre, pruebas de imagen de la vejiga y de la próstata y cualquier otra que se considere necesaria.

Términos que puede utilizar su médico:

- Incontinencia urinaria - Pérdida involuntaria de orina
- Micción -Acción de orinar
- Nocturia - Necesidad de levantarse por la noche para orinar
- Orina residual postmiccional (ORPM) - Orina que queda en la vejiga después de la micción
- STUIS - Síntomas del tracto urinario inferior
- Urgencia - Necesidad repentina de orinar que es difícil de posponer

Vigilancia activa

Si tiene Vd. crecimiento benigno de próstata (CBP) pero no tiene ningún síntoma molesto en el tracto urinario inferior (STUI), posiblemente no necesitará medicación ni cirugía. Bastará con que el urólogo le explique la situación, cómo puede evolucionar y cómo deberá adaptar su estilo de vida para atenuar y sobrellevar sus síntomas. También observará atentamente su evolución durante los meses o años siguientes y empezará a tratarle cuando sea necesario. Es lo que se conoce como vigilancia activa.

La vigilancia activa es una buena opción si sus síntomas son leves y si su calidad de vida no se ha deteriorado. Aunque lo parezca, no se trata de un planteamiento pasivo, ya que incluye revisiones periódicas para comprobar si la situación empeora.

Antes de prescribir un tratamiento, en la mayoría de los casos de CBP se ofrece un período de vigilancia activa . Se suele recomendar porque es muy raro que se presenten complicaciones graves durante ese tiempo. De hecho, algunos síntomas pueden mejorar por sí solos, y otros pueden permanecer estables durante años.

Un programa de vigilancia activa consta de:

- Evaluación de los síntomas
- Exploración física
- Análisis de sangre y orina
- Información sobre su situación
- Apoyo psicológico
- Consejos sobre su estilo de vida y autocuidados

Diario miccional

Su médico puede pedirle que lleve un diario miccional, en el que podrá anotar cuánto líquido bebe, con qué frecuencia orina y la cantidad de orina que produce. El diario miccional es importante porque ayuda a su médico a entender mejor sus síntomas.

Tratamiento farmacológico

Se recomienda seguir un tratamiento farmacológico cuando los síntomas son tan molestos que afectan a la calidad de vida. Existen varios grupos de fármacos para el tratamiento del CBP, de los cuales debe hablar con su médico para decidir conjuntamente cuál es el más indicado para Vd.

Los factores que influyen en esta decisión incluyen:

- Sus síntomas
- El tamaño de su próstata
- Su historial médico
- Los fármacos comercializados en su país
- Sus preferencias y valores personales

Los grupos de fármacos utilizados en el tratamiento del CBP son:

- Plantas medicinales
- Alfabloqueantes
- Inhibidores de la 5 alfa-reductasa (5ARI)
- Antagonistas de los receptores muscarínicos (ARM)
- Inhibidores de la fosfodiesterasa tipo 5 (5IPDE)
- Combinaciones de medicamentos

Cada grupo de fármacos funciona de manera distinta y puede proporcionar resultados y efectos secundarios distintos.

Tratamiento quirúrgico

La principal finalidad de la cirugía es aliviar los síntomas causados por el CBP y mejorar el flujo miccional. Existen distintas opciones terapéuticas, de las cuales debe Vd. hablar con su médico, de manera que juntos puedan decidir cuál es la más indicada para Vd.

Los factores que influirán en la decisión son, entre otros:

- Sus síntomas y su calidad de vida
- El tamaño de su próstata
- Su historial médico
- El tipo de tratamiento que puede ofrecer su hospital y el que sea mejor en manos de su médico. Pregúntele qué experiencia tiene con la opción que le recomiende. Vd. tiene derecho a conocer el porcentaje de complicaciones que se le han presentado al cirujano que va a operarle.
- Sus preferencias y valores personales. No existe un tratamiento ideal para todos los pacientes.

¿Cuándo debo pensar en operarme?

- Cuando sus síntomas empeoren a pesar de haber recibido tratamiento farmacológico

- Cuando tenga complicaciones causadas por el CBP o esté en riesgo de tenerlas. Estas complicaciones pueden ser:
 - Insuficiencia renal
 - Dilatación de los riñones
 - Incapacidad para orinar (retención de orina)
 - Infección recurrente de las vías urinarias
 - Cálculos en la vejiga
 - Frecuente presencia de sangre en la orina
- Si no tolera bien el tratamiento farmacológico
- Si prefiere operarse a tomar medicamentos

Durante una intervención quirúrgica el médico suprime la parte agrandada de la próstata (también conocida como adenoma). Los principales procedimientos quirúrgicos son:

- Resección transuretral de la próstata (RTUP)
- Incisión transuretral de la próstata (ITUP)
- Prostatectomía abierta
- Tratamiento con láser
- Stents prostáticos
- Ablación transuretral con aguja (TUNA)
- Terapia transuretral por microondas (TUMT)

Cada procedimiento tiene sus propias ventajas e inconvenientes. La elección del tratamiento depende de su situación particular y de sus preferencias.

Vivir con el CBP

A medida que envejecen, muchos hombres con CPB tienen que vivir con síntomas del tracto urinario inferior (STUI). Esto molesta y deprime a algunos hombres, mientras que para otros sólo representa una ligera incomodidad.

Por otra parte, cada persona experimenta los mismos síntomas de manera diferente. Por ejemplo, un hombre puede pasarlo muy mal por tener que levantarse por la noche para orinar, mientras que a otro puede que apenas le afecte. Por ello no hay que quitar importancia a la experiencia personal de cada uno ni a su calidad de vida ya que son factores tan importantes como las pruebas diagnósticas o los resultados de los tratamientos.

La calidad de vida va ligada tanto a la salud física como a la psicológica. Es importante no sólo sentirse sano, sino también libre de la presión psicológica que puede ejercer el CBP. Existen muchas maneras de controlar los síntomas para que no nos impidan ser felices en nuestras relaciones ni participar en la vida social, cultural y económica de nuestro entorno. Si sus síntomas le hacen sentirse mal, debe buscar ayuda consultando a su médico de cabecera o de atención primaria o a un urólogo.

* Los términos subrayados figuran en el glosario.

Consulte en Internet

Este folleto contiene información básica sobre el crecimiento benigno de próstata. Si quiere conocer más detalles sobre este tema, visite nuestra página web:
<http://patients.uroweb.org/es>

Glosario de términos

Adenoma

Parte de la próstata que ha aumentado de tamaño (véase también próstata).

Crecimiento benigno

Crecimiento de células no canceroso en el cuerpo.

Vejiga

Órgano que recoge la orina procedente de los riñones.

STUI

Síntomas del tracto urinario inferior. Se aplica a los síntomas causados por el CBP que pueden indicar también la existencia otras enfermedades que afecten al tracto urinario (véase también tracto urinario).

Físico

Relacionado con el cuerpo o que afecta a éste.

Próstata

Glándula que produce el líquido portador del semen. Se encuentra en el tracto urinario inferior del varón, debajo de la vejiga y alrededor de la uretra (véase también Vejiga, Tracto urinario inferior, Uretra).

Psicológico

Relacionado con la mente o que afecta a ésta.

Ecografía

Técnica de imagen basada en el uso de sonidos de alta frecuencia para crear una imagen del interior del cuerpo.

Uretra

Formación tubular que lleva la orina desde la vejiga hasta el exterior del cuerpo.

Tracto urinario

Sistema orgánico que produce y transporta la orina en el cuerpo y la dirige hacia el exterior. Consta de dos riñones, dos uréteres, la vejiga y la uretra. Es similar en hombres y mujeres, pero la uretra de los hombres es más larga.

Urólogo

Médico especializado en la salud y en las enfermedades de las vías urinarias y de los genitales.

European Association of Urology

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: info@uroweb.org

Website: patients.uroweb.org