

Hiperplasia prostática benigna (HPB)

Lo que debe saber



La hiperplasia prostática benigna (HPB), también conocida como agrandamiento de la próstata, es una afección común para los hombres a medida que envejecen. De hecho, aproximadamente la mitad de los hombres de entre 51 y 60 años padecen HPB. Hasta el 90 % de los hombres mayores de 80 años la padecen.

La HPB en sí puede no requerir ningún tratamiento, pero si empieza a causar síntomas, el tratamiento puede ayudar. La HPB no es cancerosa y no conduce al cáncer. Aun así, la HPB y el cáncer pueden aparecer al mismo tiempo. Si tiene síntomas, hable con su médico para saber qué puede hacer para obtener alivio.

¿Qué es la HPB?

Si bien la próstata suele tener el tamaño de una nuez o una pelota de golf en los hombres adultos, puede crecer más que una naranja. A medida que la glándula se agranda, puede comprimir la uretra, el conducto por donde la orina sale del cuerpo. Si no puede orinar en absoluto o si sufre de insuficiencia renal, necesita atención médica inmediata. Pero otros síntomas, como un flujo de orina débil o la necesidad de empujar o hacer un esfuerzo, a menudo solo pueden controlarse.

Las causas de la HPB no son claras, pero se cree que los cambios hormonales a medida que los hombres envejecen desempeñan un papel importante.

¿Quiénes corren el riesgo de padecer HPB?

- Hombres mayores de 50 años: el riesgo de padecer HPB aumenta con la edad.
- Hombres cuyos padres tuvieron HPB.
- Hombres con sobrepeso u obesidad.
- Hombres que no se mantienen activos.
- Algunos hombres con disfunción eréctil (DE).

¿Cuáles son los síntomas de la HPB?

Cuando la próstata se agranda, puede molestar u obstruir la vejiga. Los síntomas incluyen:

- Sensación de que la vejiga está llena, incluso después de orinar.
- Necesidad de orinar con frecuencia, aproximadamente cada una o dos horas.
- Necesidad de parar y empezar varias veces a orinar.
- Sentir la necesidad urgente de orinar como si no pudiera esperar.
- Un flujo de orina débil.
- Dificultad para empezar a orinar o necesidad de empujar o esforzarse para orinar.
- Necesidad de despertarse por la noche más de dos veces para orinar.

¿Cómo se diagnostica la HPB?

Existen muchas pruebas para detectar la HPB. Estas incluyen:

Índice de puntuación de síntomas: se trata de una prueba para evaluar los síntomas urinarios, de leves a graves.

Examen de tacto rectal: el médico examina la glándula de la próstata en busca de agrandamiento, sensibilidad, bultos o puntos duros.

Análisis de orina: estas pruebas se realizan para medir la capacidad de evacuación de la orina. Esto le indica al médico si la uretra está bloqueada u obstruida.

Ecografías: las pruebas de imágenes como el ultrasonido, la RM, la TC o la citoscopia muestran el tamaño y la forma de la próstata.



Hiperplasia prostática benigna (HPB)

Lo que debe saber

Análisis de sangre: el análisis del antígeno prostático específico (PSA) comprueba el nivel de PSA, una proteína producida únicamente por la glándula prostática. Un aumento rápido de la PSA puede ser señal de que algo está mal. Un aumento de los niveles de PSA puede indicar una serie de afecciones, como un agrandamiento benigno (no canceroso) de la próstata, una inflamación de la próstata (prostatitis) o un cáncer.

¿Cómo se trata la HPB?

Existen muchos tratamientos para la HPB. Estas incluyen:

- Vigilancia activa. Su HPB se vigilará de cerca pero no se tratará activamente. Puede recibir vigilancia activa a través de visitas regulares a su urólogo.
- Medicamentos con prescripción médica.
- Cirugía menos invasiva o tratamientos quirúrgicos mínimamente invasivos. Estos suelen realizarse de forma ambulatoria.
- En casos graves de HPB o cuando fallan otras opciones, se recomienda una cirugía más invasiva.

¿Cómo se puede prevenir la reaparición de la HPB?

Una vez que se ha tratado la HPB con cirugía, a veces es necesario tomar medicamentos para controlar los síntomas residuales o nuevos. A veces, los hombres necesitan un tratamiento repetido para deshacerse de los síntomas. En los hombres mayores, es posible controlar los síntomas de la HPB hasta el final de la vida.

Prevención de la HPB

No existe una forma segura de prevenir la HPB. Perder peso y seguir una dieta equilibrada, rica en frutas y verduras, puede ayudar. El exceso de grasa corporal puede aumentar los niveles hormonales y otros factores en la sangre, y estimular el crecimiento de las células prostáticas. Mantenerse activo también ayuda a controlar el peso y los niveles hormonales.

Acerca de Urology Care Foundation

Urology Care Foundation es la principal fundación de salud urológica del mundo y la fundación oficial de la Asociación Estadounidense de Urología. Ofrecemos información a las personas que tratan activamente su salud urológica y a quienes están preparados para adoptar cambios saludables. Nuestra información se basa en los recursos de la Asociación Estadounidense de Urología y la revisan médicos especialistas. Para obtener más información, visite el sitio web de Urology Care Foundation, **UrologyHealth.org/UrologicConditions**, o ingrese en **UrologyHealth.org/FindAUrologist** para buscar un médico cerca de usted.

Descargo de responsabilidad

Esta información no es una herramienta de autodiagnóstico ni constituye un sustituto para el asesoramiento médico profesional. No debe utilizarla ni depender de esta para dicho propósito. Hable con su urólogo o prestador de atención médica respecto de las dudas que tenga sobre su salud. Hable siempre con un prestador de atención médica antes de comenzar o interrumpir los tratamientos, incluidos los medicamentos. Para obtener más información, visite **UrologyHealth.org/Download** o llame al +1-800-828-7866.

