

¿Qué es la hipertrofia benigna de próstata (HBP)?

La HBP es el tumor benigno más frecuente del varón. La edad de comienzo es entre la cuarta y a la quinta décadas de la vida.

Los síntomas:

- Retardo en el inicio miccional
- Disminución de la fuerza y calibre del chorro
- Micción entrecortada
- Goteo post-miccional
- Sensación de vaciamiento incompleto
- Escozor miccional
- Orinar mucho y muy frecuente
- Dolor en la parte baja del abdomen.
- Incapacidad de aguantar la gana de orinar. Escapes de orina
- Aumento de la frecuencia nocturna

Los andrógenos (testosterona), **las células estromales** de la glandula prostática y **los factores de crecimiento celular (TGF)** son los agentes implicados en el desarrollo de este tumor.

La testosterona se convierte habitualmente en dihidrotestosterona (DHT) a través de la acción de la 5 alfa-reductasa, y de esta manera adquiere su potencial androgénico sobre la próstata, al mismo tiempo que sirve de base para diversas dianas terapéuticas.

¿Cuándo ir al médico?

Siempre hay que acudir a un médico para que valore la progresión de la inflamación de la próstata. En el cáncer de próstata, **el TGF** está elevado.

Recomendaciones higiénicas

- Beber líquidos durante todo el día, en pequeñas cantidades y de forma regular.
- Evitar las comidas copiosas o muy condimentadas.
- Reducir el alcohol, ya que produce un efecto irritante en la próstata
- Orinar siempre que haya necesidad y no contenerse innecesariamente.
- Ser paciente a la hora de iniciar la micción. Presionar progresivamente los músculos abdominales, pero nunca de forma brusca o excesiva.
- Evitar el sedentarismo y, sobre todo, no permanecer sentado mucho tiempo. - Es importante prevenir el estreñimiento.

Plantas para la próstata.

La hiperplasia benigna de próstata incluye 3 líneas de tratamiento bien diferenciadas: las plantas medicinales, el tratamiento farmacológico y el quirúrgico.

Plantas medicinales.

La fitoterapia incluye medicamentos que derivan de extractos vegetales y favorecen el vaciado de la orina. Además, son fármacos descongestionantes prostáticos.

- Sabal (*Serenoa repens*, *Sabal serrulata* y *Serenoa serrulata*)
- Ciruelo africano (*Pygeum africanum* o *Prunus africanum*)
- Semillas de calabaza (*Cucurbita pepo*)

Fármacos:

Los **bloqueadores de receptores alfa** son los fármacos más empleados en la HBP.

Los **inhibidores de la 5-alfa-reductasa**, que es una enzima que convierte la testosterona en 5-DH testosterona, y así actúan sobre la próstata

Pharmacare® es un proyecto de FARMACIA DEL MERCAT y la UNIVERSIDAD DE VALENCIA
Incrementar la calidad de la atención farmacéutica en la farmacia comunitaria.