



6

Vivir con crecimiento benigno de próstata (CBP)

Los términos subrayados figuran en el glosario.

A medida que van envejeciendo, muchos hombres con CBP tienen que vivir con los 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 de vivir con 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.

Cómo pueden influir sus síntomas en su vida social

Los síntomas asociados al CBP, tales como la urgencia o la necesidad de orinar a menudo, pueden influir negativamente en su vida social. Algunos hombres se sienten tan afectados que evitan cualquier actividad social. Temen encontrarse en una situación en la que no haya servicios cerca. Además, perder sueño por tener que levantarse a orinar por la noche puede disminuir sus niveles de energía, dificultando la realización de sus actividades cotidianas.

Evitar las actividades sociales puede parecer la salida más fácil para sobrellevar el problema, pero esta actitud puede llevarle al aislamiento e impedirle disfrutar plenamente de su vida social. Busque

asesoramiento profesional en su urólogo, quien podrá ayudarle a controlar sus síntomas.

Relaciones personales y vida sexual

Los síntomas asociados al CBP pueden influir negativamente en sus relaciones personales y en su vida sexual. Puede resultarle difícil sentirse atractivo o tener confianza en sí mismo o intimar con su pareja porque no siempre se siente con el control de su cuerpo. Los episodios de incontinencia o de urgencia pueden resultar embarazosos y disminuir su autoestima. Algunos efectos secundarios del tratamiento farmacológico, como la falta de apetencia sexual o la disfunción eréctil, pueden empeorar todavía más las cosas.

Esos cambios pueden ser muy difíciles de sobrellevar, ya que para la mayoría de los hombres la sexualidad es importante a lo largo de toda su vida. Algunos incluso no llegan a aceptarlo o se deprimen. Por esa razón no se debe subestimar la influencia del CBP en la calidad de vida.

Vivir con CBP puede ser difícil no sólo para el paciente, sino también para su pareja. Su intimidad y sus relaciones en el día a día pueden verse afectadas. Su pareja puede sufrir sin apenas hablar de ello, por lo que es muy importante que hablen abiertamente sobre la mejor manera de hacer frente a esta situación.

Puede resultar embarazoso hablar de su vida sexual con un urólogo pero es lo más eficaz para abordar sus preocupaciones. Hablando con él y con su pareja Ud. podrá identificar lo más importante en su vida sexual y de esta forma podrá elegir la mejor opción terapéutica. Existen muchas maneras de aliviar sus síntomas y de mejorar su vida sexual, lo cual le hará más fácil vivir con el CBP.

Buscar ayuda

Los síntomas del tracto urinario inferior (STUI), sobre todo si son muy molestos, pertenecen a la esfera de

lo íntimo y privado de la persona. Muchos hombres prefieren no hablar con nadie de su problema o incluso no ir al médico porque:

- Tienen miedo de que les descubran una enfermedad incurable
- Les preocupa que se equivoquen en el diagnóstico
- No tienen fácil acceso a un médico
- Han tenido una experiencia negativa en el hospital
- Tienen amigos o familiares que han tenido una experiencia negativa al ser tratados de una patología parecida
- No conocen las distintas opciones de tratamiento
- Tienen problemas económicos
- Se sienten aislados por su edad o situación

Aunque esas razones pueden parecer convincentes, no deben impedirle buscar ayuda y mejorar su calidad de vida. No permita que un problema de próstata controle su vida.

Preguntas que puede hacer a su médico

Quizás quiera hacer muchas preguntas sobre su situación. La publicación de la AEU “Información al paciente sobre el CBP” aborda muchas de ellas pero no trata su situación personal. Acuda a su urólogo, la persona idónea con quien hablar de ella, para exponerle sus preocupaciones sin ningún pudor.

Veamos algunas preguntas que puede hacer a su médico:

- ¿Cuáles son los resultados de mis pruebas y qué quieren decir?
- ¿Tengo cáncer?
- ¿Por qué me sucede a mí esto?
- ¿Qué me ocurrirá en los próximos meses y años si no recibo tratamiento?
- ¿Qué me ocurrirá en los próximos meses y años si recibo tratamiento?
- ¿Por qué me recomienda este tratamiento en concreto?
- ¿Qué puedo esperar de ese tratamiento?
- ¿Tiene curación mi enfermedad?
- ¿Cuánto tiempo durará?

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 ^a . Maria Russo	Orbassano, Turín, Italia
Dr. Roman Sosnowski	Varsovia, Polonia
Prof. Andrea Tubaro	Roma, Italia