

## PROSTATITIS

El término **prostatitis** es utilizado de modo genérico para hacer referencia a una afección que comprende una gran variedad de alteraciones desde una infección bacteriana aguda o subaguda, a síntomas inespecíficos del tracto inferior genitourinario, caracterizados fundamentalmente por dolor perineal o genital, síntomas miccionales como disuria (difícil, dolorosa e incompleta expulsión de la orina) y polaquiuria (aumento del número de micciones durante el día, que suelen ser de escasa cantidad), o disfunción sexual en sus diversas manifestaciones.

### A quién afecta la prostatitis

La prostatitis constituye la **infección urinaria** parenquimatosa más habitual en el varón entre la segunda y cuarta décadas de la vida. Aunque su diagnóstico resulta difícil debido a las limitaciones de los métodos diagnósticos y a la confusión con el resto de la patología prostática, representaría el diagnóstico urológico más común en menores de 50 años, y el tercero más frecuente en mayores de 50 años tras la hiperplasia benigna de próstata (HBP) y el cáncer de próstata. Datos epidemiológicos de Norteamérica, Europa y Asia sugieren que entre el 2 y el 10% de los adultos presentan síntomas compatibles con prostatitis crónica en algún momento de su vida.

La prevalencia por separado de los diferentes tipos de prostatitis es de 62% para la categoría III (el más frecuente), seguido de los I/II con 19% y el IV con 10%.

### TIPOS DE PROSTATITIS

Clínicamente existen varios síndromes prostáticos; el Instituto Nacional de Salud de EE.UU. (NIH), propuso una clasificación, que es la vigente en estos momentos, dividiendo el síndrome de inflamación prostática en los siguientes tipos de prostatitis:

- **Categoría I.** Prostatitis bacteriana aguda (infección aguda de la glándula prostática).
- **Categoría II.** Prostatitis bacteriana crónica (infección urinaria recurrente e infección crónica prostática).
- **Categoría III.** Prostatitis abacteriana crónica / Síndrome de dolor pelviano crónico (dolor perineal o pelviano, 3 meses mínimo, con síntomas variables miccionales o sexuales sin infección demostrada).

Subcategoría III a. Síndrome de dolor pelviano crónico inflamatorio.

Subcategoría III b. Síndrome de dolor pelviano crónico no-inflamatorio.

- **Categoría IV.** Prostatitis inflamatoria asintomática (evidencia de inflamación en biopsia, semen, secreción prostática postmasaje o micción postmasaje en ausencia de síntomas).

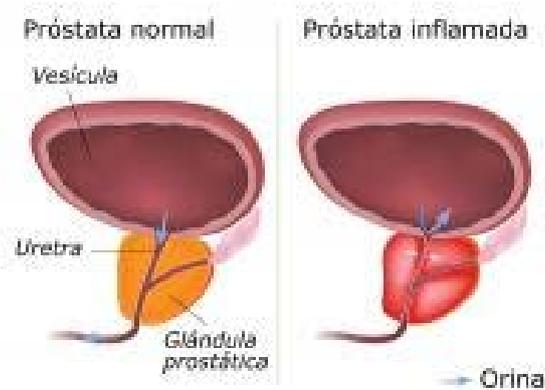
### INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

## Prostatitis aguda y crónica

La patogenia de la prostatitis aguda difiere del resto de las entidades crónicas. En la primera existe una verdadera infección parenquimatosa aguda de la glándula prostática (de su propio tejido glandular), generalmente por uropatógenos (microorganismos con capacidad de infectar el tracto urinario) habituales (fundamentalmente *E. coli*) y que puede provocar, si se deja evolucionar sin tratamiento, una diseminación bacteriana que desemboque en una sepsis de origen urinario o un absceso prostático que pongan en peligro la vida del paciente.

Por el contrario, en las prostatitis crónicas se han barajado diferentes hipótesis acerca del origen de sus causas.



## Síntomas

En la mayoría de los casos, el agrandamiento puede ser debido a una infección bacteriana de las glándulas de la próstata o simplemente se muestran signos de inflamación, sin que exista infección, pero en ninguno de los casos quiere decir que exista relación directa con el desarrollo de cáncer de próstata.

Los síntomas que pueden darse son problemas para orinar, impotencia, escalofríos, presencia de sangre en la orina y dolor de espalda baja, pudiendo llegar a causar problemas muy serios, si no se trata el problema.

Los distintos procesos infecciosos o inflamatorios que afectan al área uretro-próstato-vesicular cursan con sintomatología similar. Los trastornos urinarios más frecuentes están representados por la disuria (ardor o dolor al orinar), imperiosidad (necesidad repentina e incontrolable de orinar) y polaquiuria (necesidad de orinar con una frecuencia superior a lo normal), tanto diurna como nocturna, micción dolorosa, e incluso retención aguda de orina.

En el caso de los síndromes crónicos de prostatitis algunas veces los síntomas son escasos o inexistentes, comportando únicamente **alteraciones en el semen** que condicionan infertilidad. En otras ocasiones, predominan los **síntomas sexuales** como la disminución de la libido, la pérdida total o parcial de la erección, la

## INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

eyaculación dolorosa, la eyaculación precoz, la hemoespermia (sangre en el semen) o la infertilidad.

Pero lo más habitual es la existencia de **dolor pelviano y síntomas urinarios**. El dolor es referido a áreas dispares: suprapúbico, perineal, lumbosacro, escrotal, peneano y cara interna de los muslos.

De todos los síntomas de la prostatitis señalados, ninguno de ellos es específico de un tipo determinado de afección prostática, excepto la forma aguda de infección de esta glándula, en la cual la clínica presenta unas características muy bien definidas con fiebre, mal estado general, disuria, dolor perineal espontáneo o con la micción y, en ocasiones, retención aguda de orina.

### **Tratamiento**

Según el tipo de prostatitis que se haya diagnosticado, existen diversos tratamientos posibles:

#### Tratamiento de la prostatitis aguda o tipo I

Consiste en cefalosporinas de 2ª y 3ª generación o fluorquinolonas o aminoglucósidos por vía parenteral. Si existe obstrucción miccional hay que añadir a lo anterior sonda uretral o cistostomía suprapúbica. Si hay mejoría con lo anterior se instaura tratamiento oral durante 10 días con doxiciclina o fluorquinolonas. Si no hay mejoría, se realiza una ecografía; si se observa un absceso prostático se realiza una punción para drenarlo + tratamiento antimicrobiano, primero parenteral, y luego oral, durante 14 días, y si en la ecografía no se observa nada se cambia el antimicrobiano.

#### Tratamiento de la prostatitis crónica bacteriana o tipo II

Consiste en tratamiento antimicrobiano oral durante 6-12 semanas con fluorquinolonas, trimetoprim o doxiciclina. Tras lo anterior pueden ocurrir tres situaciones:

- **Curación:** se realizarán seguimiento y controles.
- **Recaída o no mejoría:** se administra antimicrobiano a dosis plenas durante 6 meses, y se realiza la valoración de cirugía prostática.
- **Recurrencia:** se pondrá tratamiento antimicrobiano a dosis bajas durante 6 meses.

#### Tratamiento del síndrome doloroso pelviano inflamatorio o tipo IIIA

Consiste en tratamiento antimicrobiano oral durante 6 semanas con fluorquinolonas, trimetoprim o doxiciclina. Si hay mejoría, se mantiene el tratamiento 6 semanas más. Si no hay mejoría, se cambia a otro antimicrobiano y se añaden antiinflamatorios. Si aun así no hay mejoría, se administran primero

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

alfa-bloqueantes y, si esto no funciona, se utilizarían otros fármacos (finasteride, dutasteride, pentosan o polisulfato) o fitoterapia.

#### Tratamiento del síndrome del dolor pelviano crónico no-inflamatorio o tipo IIIB

Consiste en tratamiento simultáneo de dos semanas con diazepam, alfa-bloqueantes y analgésicos opiáceos. Si hay mejoría se cambian los opiáceos por antiinflamatorios no esteroideos (AINES), se mantienen el diazepam y los alfa-bloqueantes, estos últimos durante tres meses. Si no hay mejoría, se intenta con psicoterapia, técnicas de relajación y cambios en los estilos de vida.

#### Tratamiento de la prostatitis asintomática inflamatoria o tipo IV

No se recomienda tratamiento alguno, excepto en casos de PSA elevado o infertilidad.

### **PROSTATITIS BACTERIANA**

La prostatitis es la hinchazón e irritación de la glándula prostática. Cuando es causada por una infección con bacterias, se denomina prostatitis bacteriana.

- La prostatitis bacteriana aguda comienza rápidamente.
- La prostatitis bacteriana crónica dura 3 meses o más.

La irritación continua de la próstata que no es causada por bacterias se denomina prostatitis abacteriana crónica.

#### **Causas**

La prostatitis casi siempre es causada por una infección bacteriana de la glándula prostática. Cualquier bacteria que pueda causar una infección urinaria puede producir una prostatitis bacteriana aguda.

Algunas enfermedades de transmisión sexual (ETS) pueden causar prostatitis bacteriana, entre ellas clamidia y gonorrea. Las enfermedades de transmisión sexual tienen mayor probabilidad de presentarse a raíz de:

- Ciertas prácticas sexuales, como tener relaciones sexuales anales sin usar un condón.
- Tener muchas parejas sexuales.

#### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

En hombres mayores de 35 años, la E. coli y otras bacterias comunes por lo regular causan prostatitis. Este tipo de prostatitis puede presentarse después de:

- Epididimitis
- Uretritis
- Infecciones urinarias

Asimismo, la prostatitis aguda puede ser causada por problemas con la uretra o la próstata, tales como:

- Obstrucción de la salida de la vejiga
- Imposibilidad de retraer el prepucio (fimosis)
- Lesión al área entre el escroto y el ano (perineo)
- Sonda vesical, cistoscopia o biopsia de próstata (extracción de un pedazo de tejido para buscar cáncer)

Los hombres de 50 años o más que tienen agrandamiento de la próstata (hiperplasia prostática benigna) presentan un mayor riesgo de sufrir prostatitis. La glándula prostática puede obstruirse, lo que facilita la proliferación de las bacterias. Los síntomas de prostatitis crónica pueden ser muy similares a un agrandamiento de la glándula prostática.

### **Síntomas**

Los síntomas de la prostatitis aguda pueden comenzar rápidamente e incluir:

- Escalofríos
- Fiebre
- Enrojecimiento de la piel

Los síntomas de la prostatitis crónica son similares, pero no tan graves. Por lo general, comienzan más lentamente. Algunas personas no tienen síntomas entre los episodios de prostatitis.

Los síntomas urinarios abarcan:

- Sangre en la orina
- Ardor o dolor al orinar (disuria)
- Fiebre, escalofríos, sofoco
- Dificultad para iniciar la micción o vaciar la vejiga
- Orina de olor fétido

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

- Chorro urinario débil

Otros síntomas que pueden ocurrir con esta enfermedad son:

- Dolor o malestar en el abdomen por encima del hueso púbico, en la región lumbar, en el área entre los genitales y el ano, o en los testículos
- Dolor con la eyaculación o sangre en el semen
- Dolor con las deposiciones

Si la prostatitis ocurre con una infección en los testículos o a su alrededor (epididimitis u orquitis), usted también puede tener síntomas de esa afección.

### **Pruebas y exámenes**

Durante un examen físico, el médico puede encontrar:

- Agrandamiento o sensibilidad en los ganglios linfáticos inguinales
- Secreción de líquido de la uretra
- Inflamación o sensibilidad en el escroto

Para examinar la próstata, el médico realizará un tacto rectal. Durante este examen, el médico le introducirá un dedo enguantado y lubricado dentro del recto.

El examen puede revelar que la próstata está:

- Grande y blanda (con una infección de la próstata crónica)
- Caliente, blanda, inflamada o sensible (con una infección de la próstata aguda)

El médico puede hacer un masaje de próstata para ver si usted tiene una infección. Para hacer este examen:

- El médico pasará un dedo enguantado sobre la glándula prostática unas cuantas veces para segregar líquido de la uretra.
- Se examinará el líquido en busca de signos de una infección.

Las muestras de orina se pueden recoger para análisis de orina y urocultivo.

La prostatitis puede afectar los resultados de la prueba del antígeno prostático específico (PSA), un examen de sangre utilizado para detectar el cáncer de próstata.

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

## Tratamiento

A menudo se utilizan antibióticos para tratar las infecciones de la próstata.

- Para la prostatitis aguda, se toman antibióticos durante 4 a 6 semanas.
- Para la prostatitis crónica, se toman antibióticos durante al menos 4 a 6 semanas. Debido a que la infección puede volver, es posible que tenga que tomar un medicamento durante incluso más tiempo, hasta 12 semanas.

A menudo, la infección no desaparece, incluso después de tomar antibióticos por un largo tiempo. Los síntomas pueden reaparecer cuando se suspende el medicamento.

Si su glándula prostática inflamada le dificulta vaciar la vejiga, usted puede necesitar una sonda para vaciarla. Ésta se puede introducir a través del abdomen (sonda suprapúbica) o desde el interior de su cuerpo (sonda permanente).

La prostatitis aguda debe desaparecer con medicamentos y cambios menores en su dieta y comportamiento.

La prostatitis aguda puede reaparecer o convertirse en prostatitis crónica.

## Posibles complicaciones

- Absceso.
- Incapacidad para orinar (retención urinaria).
- Diseminación de bacterias desde la próstata al torrente sanguíneo (sepsis).

## Hábitos higiénico-dietéticos

No todos los tipos de prostatitis se pueden prevenir; las infecciones causadas por enfermedades de transmisión sexual se pueden prevenir teniendo un comportamiento sexual seguro.

Dieta recomendada:

- ✓ Aumentar la ingesta de frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, aceite de oliva y pescado azul, como las sardinas, salmón, caballa y atún, y agua.
- ✓ Evitar el consumo de azúcares refinados y todos sus derivados (pasteles refinados, dulces, azúcar blanca, etc.) ya que el azúcar refinado crea un medio ambiente interior propicio para el desarrollo de bacterias, infecciones y demás.
- ✓ Evitar los alimentos refinados, fritos, lácteos y la cafeína ya que irritan la vejiga.

## INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Baños de asiento de agua tibia: aumentan la circulación en la glándula y ayuda a reducir la inflamación.

### **Ingredientes naturales que ayudan en la prostatitis**

#### **QUERCETINA**

La quercetina es un flavonoide, con acción antioxidante, que se puede encontrar en algunos alimentos, como las cebollas, té verde, vino tinto, e hipérico o hierba de San Juan, que ayudan a combatir los radicales libres que dañen las células y suele tener efectividad en ciertos casos de prostatitis.

En las cáscaras y las cortezas se puede encontrar la quercetina, y puede mejorar los síntomas de dos tipos de prostatitis: prostatitis crónica no bacteriana y prostatodinia.

#### **PAU D´ARCO**

El pau d'Arco proviene de las selvas tropicales de Sudamérica y es un árbol que cuenta con fuertes propiedades antibacterianas, principalmente contra la bacterias E. coli, y es altamente beneficioso para las personas que padecen prostatitis inducida por bacterias. Analgésico, antiinflamatorio y antibiótico natural.

#### **PYGEUM O CIRUELO AFRICANO**

El pygeum o ciruelo africano es nativo de las regiones de África y es beneficioso para ayudar a los hombres que padecen prostatitis; se utiliza generalmente para aliviar los síntomas de la hiperplasia benigna de próstata. Unos 200 miligramos de extracto de Pygeum, tomado a diario, da lugar a una notable mejoría en los síntomas de la prostatitis.

#### **SAW PALMETTO O PALMA ENANA AMERICANA**

La palma enana americana es una palmera pequeña que se cultiva en las costas del sureste de Estados Unidos, zonas de Europa mediterránea y África, y se utiliza en ocasiones para curar la prostatitis, debido a los componentes activos de esta planta, que ayudan a disminuir la inflamación de la próstata.

El tratamiento natural de la palma enana americana puede en algunos casos reducir el tamaño de la próstata en un mes, y no tiene efectos secundarios.

#### **EQUINACEA**

En caso de prostatitis infecciosa, la equinacea puede contribuir a aliviar las infecciones gracias a sus propiedades antibacterianas y antivirales.

#### **ACIDOS GRASOS ESENCIALES (Omega 3 y 6)**

Importantes para el funcionamiento de la próstata.

#### **ZINC y COBRE**

#### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Su deficiencia se ha asociado con hipertrofia benigna de la próstata, con prostatitis e, incluso, con cáncer de próstata.

#### L-ALANINA, L-GLUTAMICO Y L-GLICINA

Estos aminoácidos son necesarios para preservar el funcionamiento normal de la próstata.

#### VITAMINA E

Poderoso antioxidante y estimulante del sistema inmunológico.

#### **Prostavital (HealthAid), que contiene, entre otros:**

- ✓ **Aceite de semillas de calabaza:** Las semillas de calabaza contienen zinc, muy benéfico para la salud de la próstata.
- ✓ **Ciruelo africano (*Pygeum africanum*):** El pygeum o ciruelo africano es nativo de las regiones de África y es beneficioso para ayudar a los hombres que padecen prostatitis; se utiliza generalmente para aliviar los síntomas de la hiperplasia benigna de próstata. Unos 200 miligramos de extracto de Pygeum, tomado a diario, da lugar a una notable mejoría en los síntomas de la prostatitis.
- ✓ **Sabal (*Serenoa repens*):** La palma enana americana es una palmera pequeña que se cultiva en las costas del sureste de Estados Unidos, zonas de Europa mediterránea y África, y se utiliza en ocasiones para curar la prostatitis, debido a los componentes activos de esta planta, que ayudan a disminuir la inflamación de la próstata.
- ✓ **Zinc y Cobre:** Su deficiencia se ha asociado con hipertrofia benigna de la próstata, con prostatitis e, incluso, con cáncer de próstata.
- ✓ **L-Alanina y L-Glutámico:** Estos aminoácidos son necesarios para preservar el funcionamiento normal de la próstata.
- ✓ **Vitamina E:** Poderoso antioxidante y estimulante del sistema inmunológico.

**Pau D´Arco (cápsulas o líquido) (Lusodiete):** El pau d´Arco proviene de las selvas tropicales de Sudamérica y es un árbol que cuenta con amplias propiedades antibacterianas, principalmente contra la bacteria E. coli, y es altamente beneficioso para las personas que padecen prostatitis inducida por bacterias. También es un excelente analgésico y antiinflamatorio natural.

**Equinácea (*Echinacea purpurea*) 500 mg (HealthAid):** La equinácea es antiinflamatoria y antiedematosa, aliviando la sintomatología asociada a esta patología.

**Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution):** Los ácidos grasos esenciales son útiles para aliviar el agrandamiento de la próstata.

#### Hongos medicinales

**Políporo umbelado (*Polyporus umbellatus*) (Hawlik):** Promueve la micción y alivia el dolor originado por la inflamación derivada de la infección.

#### INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.