

# HPB

Tudo o que você precisa saber sobre o aumento  
benigno da próstata e seus tratamentos

# Introdução

O aumento da próstata é uma das condições urológicas mais comuns entre os homens, especialmente a partir dos 50 anos. Embora seja uma situação frequentemente benigna, pode causar desconforto, atrapalhar o dia a dia e comprometer a qualidade de vida.

Este ebook tem como objetivo esclarecer as principais dúvidas sobre a Hiperplasia Prostática Benigna (HPB) – o que é, por que acontece, quais são os sintomas, como é feito o diagnóstico e quais os tratamentos disponíveis. Com informação de qualidade, é possível entender melhor seu corpo, buscar o cuidado adequado e retomar o bem-estar.

# O que é HPB e por que ela acontece?

A HPB é o crescimento benigno da próstata. Com o envelhecimento, a ação dos hormônios masculinos estimula o aumento do número de células na glândula prostática. Esse aumento pode pressionar a uretra, dificultando a passagem da urina.

## O que significa HPB – hiperplasia prostática benigna?

Hiperplasia significa crescimento celular. Prostática, refere-se à próstata. E benigna, indica que não se trata de câncer. Ou seja, é um aumento não maligno da próstata.



# HPB é um câncer de próstata?

Não. Apesar de ocorrer na mesma glândula, a HPB não é câncer. São doenças distintas, com causas e tratamentos diferentes. No entanto, ambas podem ocorrer ao mesmo tempo.

## Quais os fatores de risco?

- **Idade:** o principal fator. A maioria dos homens apresenta algum grau de HPB após os 50 anos.
- **Hormônios:** alterações hormonais naturais do envelhecimento influenciam no crescimento prostático.
- **Histórico familiar:** parentes de primeiro grau com HPB aumentam o risco.

## Sinais de alerta: como saber se tenho HPB?

Os principais sinais são urinários. Fique atento a alterações como:

- Jato urinário fraco;
- Sensação de esvaziamento incompleto da bexiga;
- Aumento da frequência urinária, especialmente à noite;
- Urgência para urinar;
- Dificuldade para iniciar a micção.



# Como diferenciar os sintomas da HPB de outras doenças?

Somente o urologista, com uma avaliação cuidadosa, pode diferenciar HPB de infecções urinárias, prostatite ou até mesmo o câncer de próstata.



## Por que a HPB pode impactar tanto a qualidade de vida?

A Hiperplasia Prostática Benigna pode parecer um problema simples, mas seus efeitos no dia a dia são significativos. A dificuldade de urinar, a necessidade de levantar várias vezes à noite e a sensação constante de urgência urinária causam interrupções no sono, fadiga durante o dia, irritabilidade e até ansiedade.

Além disso, muitos homens sentem-se envergonhados ou preocupados em situações sociais e profissionais. O medo de não encontrar um banheiro por perto, por exemplo, pode limitar atividades comuns como viagens, reuniões ou passeios.



A HPB não afeta apenas o corpo, mas também o bem-estar emocional e psicológico, com impacto direto na autoestima, sexualidade e nos relacionamentos. Por isso, o diagnóstico e o tratamento adequado se tornam tão importantes – ajudam o homem a recuperar sua saúde e qualidade de vida.

# Diagnóstico: como é feita a avaliação médica?

O diagnóstico começa com uma conversa detalhada sobre os sintomas e histórico médico. Em seguida, exames físicos e laboratoriais ajudam a confirmar a suspeita.

## Quais exames são solicitados?

- Toque retal
- PSA (Antígeno Prostático Específico)
- Ultrassom da próstata
- Urofluxometria
- Exames de urina

## O que o PSA e o toque retal indicam?

- **PSA:** ajuda a avaliar a saúde da próstata, mas não é exclusivo para câncer.
- **Toque retal:** permite sentir o tamanho, textura e possíveis nódulos na próstata.

## Quando é necessário realizar ultrassom ou urofluxometria?

Esses exames complementam a avaliação:

- **Ultrassom:** mede o volume prostático.
- **Urofluxometria:** avalia a força e o fluxo da urina.

# Opções de tratamento para HPB

O tratamento da HPB é individualizado e depende do grau dos sintomas, tamanho da próstata, idade do paciente, presença de comorbidades e preferências pessoais.

## As opções incluem:

- **Conduta expectante (observação ativa):** em casos leves, com acompanhamento regular.
- **Tratamento medicamentoso:** indicado quando os sintomas afetam a rotina.
- **Tratamento cirúrgico:** quando os medicamentos não surtem efeito ou há complicações.
- **Novas terapias minimamente invasivas:** como vaporização a laser, embolização e cirurgia robótica.

A escolha do melhor caminho deve ser feita **em conjunto com o urologista**, considerando os riscos, benefícios e objetivos do paciente.

## Quando é possível tratar apenas com medicamentos?

Nos casos leves a moderados, o tratamento medicamentoso costuma ser eficaz.

## O que muda com o uso de alfa-bloqueadores e inibidores da 5-alfa-redutase?

- **Alfa-bloqueadores:** relaxam os músculos da próstata e da bexiga.
- **Inibidores da 5-AR:** reduzem o volume da próstata ao longo do tempo.



# Quando a cirurgia é indicada?

## Quando há:

- Complicações urinárias;
- Infecções recorrentes;
- Retenção urinária;
- Falha do tratamento medicamentoso.



# Tratamentos cirúrgicos modernos: menos invasivo, mais resultados



**RTU (Ressecção Transuretral da Próstata):** padrão ouro, feita pela uretra, sem cortes externos.



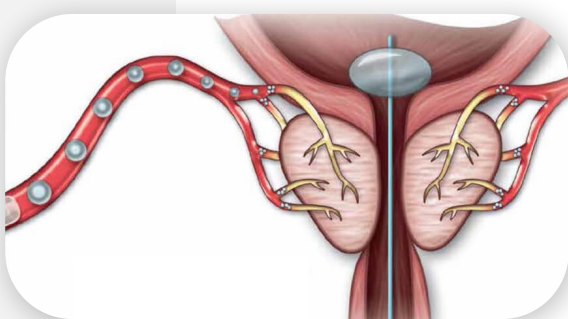
**GreenLight® Laser:** vaporização do tecido prostático com menor sangramento e rápida recuperação.



**HoLEP (Enucleação a laser):** técnica eficaz para próstatas maiores, com remoção precisa do tecido.



**Cirurgia robótica:** indicada para casos complexos, oferece altíssima precisão e menor risco de complicações.



**Embolização das artérias prostáticas:** alternativa para pacientes com alto risco cirúrgico.

Esses tratamentos reduzem o tempo de internação, o uso de sonda e as complicações pós-operatórias, devolvendo mais rapidamente a qualidade de vida.



CONFIRA MAIS INFORMAÇÕES NO VÍDEO!

## O que é a ressecção transuretral da próstata (RTU)?

É a cirurgia mais tradicional, feita pela uretra, sem cortes externos. Remove parte do tecido prostático para desobstruir a uretra.

## Como funciona a cirurgia a laser (HoLEP, GreenLight)?

Cirurgias a laser são minimamente invasivas, com menor sangramento, hospitalização curta e recuperação mais rápida.

## Quando a cirurgia robótica é indicada?

Indicada para próstatas muito grandes ou em casos mais complexos. A cirurgia robótica permite maior precisão e controle.

## Como é a recuperação e o pós-operatório?

Depende do tipo de cirurgia, mas geralmente envolve repouso, uso temporário de sonda e acompanhamento com o urologista. Depende do tipo de cirurgia, mas geralmente envolve repouso, uso temporário de sonda e acompanhamento com o urologista.



# Consequências de não tratar a HPB

Ignorar os sintomas ou adiar o tratamento pode trazer **complicações sérias**:

- Retenção urinária aguda: impossibilidade súbita de urinar, exigindo sonda.
- Infecções urinárias recorrentes.
- Formação de cálculos (pedras) na bexiga.
- Danos à bexiga: como espessamento e perda de função.
- Comprometimento renal: nos casos mais avançados.

Por isso, é essencial não normalizar os sintomas urinários. Quanto mais cedo for iniciado o acompanhamento, mais simples será o tratamento.

## Quais os riscos de adiar o tratamento?

- Retenção urinária aguda;
- Infecções urinárias;
- Cálculos na bexiga;
- Danos aos rins.

## HPB pode comprometer os rins ou causar infecções?

Sim. A obstrução crônica da bexiga causa acúmulo de urina, favorecendo o crescimento de bactérias e a ocorrência de infecções urinárias frequentes.

Além disso, a pressão retrógrada causada pelo acúmulo de urina pode afetar os ureteres e os rins, levando à hidronefrose (dilatação dos rins) e, em casos graves, à perda progressiva da função renal.

O tratamento precoce da HPB ajuda a proteger a saúde urinária como um todo, incluindo os rins.

# Prevenção e hábitos que ajudam a controlar a HPB

Embora não seja possível evitar completamente a HPB, certos hábitos ajudam a **reduzir o risco e desacelerar o crescimento da próstata**:

- **Evite bebidas irritantes à bexiga** (café, álcool, refrigerantes).
- **Reduza o consumo de sal e gordura animal.**
- **Mantenha o peso saudável.**
- **Pratique atividade física regularmente.**
- **Urine sempre que sentir vontade e esvazie completamente a bexiga.**
- **Evite uso excessivo de descongestionantes nasais e anti alérgicos**, que podem piorar os sintomas.

Além disso, a realização de **check-ups regulares** ajuda na detecção precoce de alterações.

## A alimentação influencia?

Sim. A dieta tem papel importante na saúde da próstata. Alimentos que ajudam no controle da HPB:

- **Tomate, melancia e goiaba:** ricos em licopeno, com efeito antioxidante.
- **Peixes ricos em ômega-3**, como salmão e sardinha.
- **Vegetais crucíferos**, como brócolis e couve-flor.
- **Sementes de abóbora e castanhas**, ricas em zinco.

### Evite:

- Carne vermelha em excesso.
- Frituras e alimentos ultraprocessados.

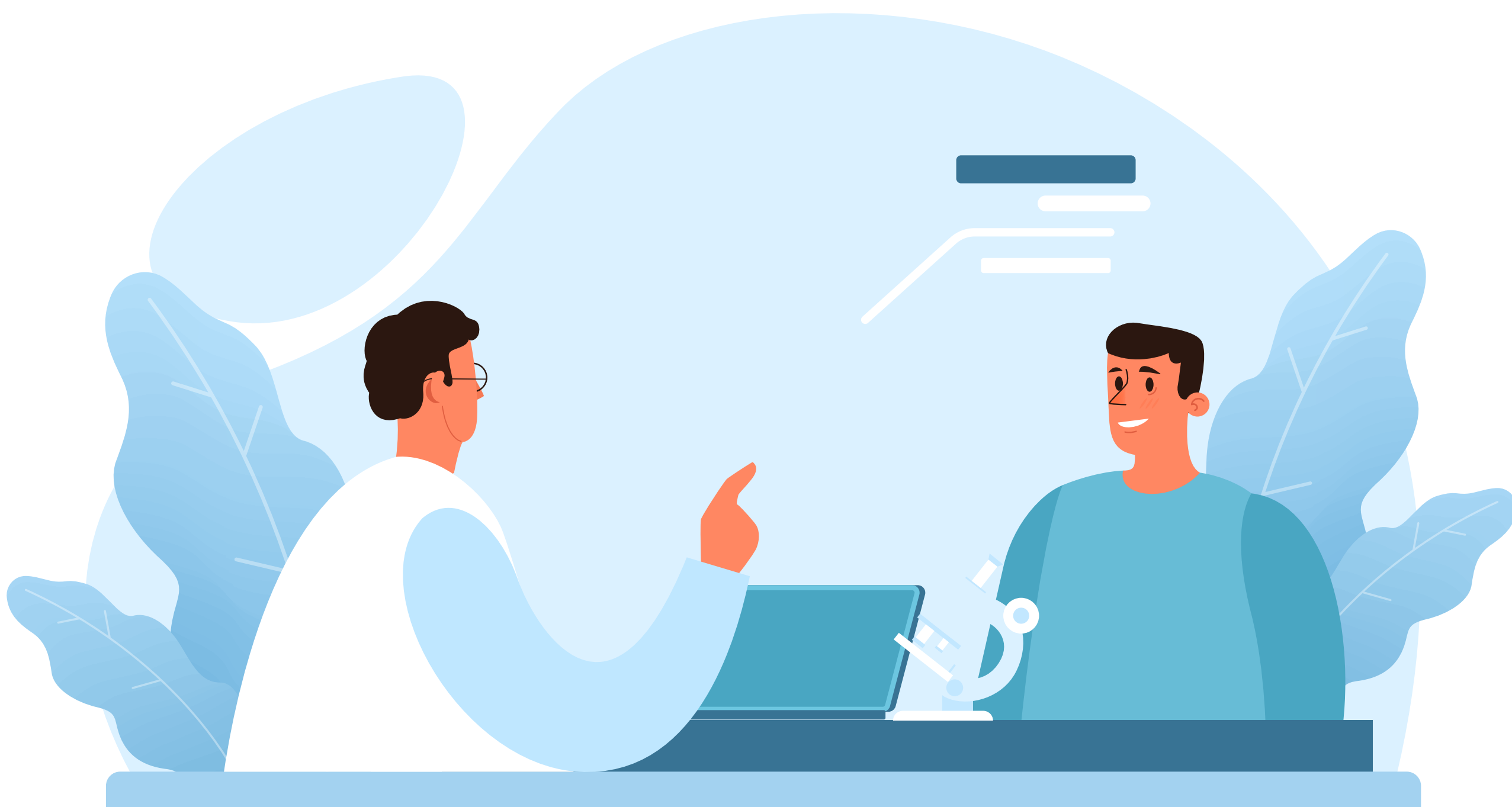
Uma alimentação balanceada ajuda a manter os níveis hormonais adequados e a controlar a inflamação prostática.

## Atividade física ajuda?

Ajuda muito! Exercícios regulares melhoram o metabolismo hormonal e reduzem a inflamação.

## Existe prevenção 100% eficaz?

Não há como prevenir completamente a HPB, mas hábitos saudáveis retardam sua progressão.



## Quando procurar ajuda médica?

- Dificuldade total para urinar;
- Sangue na urina;
- Febre com sintomas urinários;
- Dor abdominal intensa.

### **Por que o check-up é tão importante mesmo sem sintomas?**

Porque o crescimento da próstata pode ser silencioso.

Diagnóstico precoce evita complicações.

# HPB tem cura? Ou exige controle ao longo da vida?

A HPB não é uma doença que "some" com o tempo – é uma condição **crônica**, mas **controlável**.

Com acompanhamento urológico, é possível:

- Monitorar a progressão do crescimento prostático.
- Ajustar medicamentos quando necessário.
- Intervir precocemente em caso de complicações.

Mesmo nos casos que exigem cirurgia, a maioria dos pacientes tem **alívio duradouro dos sintomas** e retoma suas atividades normais.

O segredo está na **continuidade do cuidado**, mesmo após a melhora dos sintomas.

## Como funciona o acompanhamento com o urologista?

Consultas regulares, exames de rotina e monitoramento dos sintomas garantem o controle da doença.

## É possível ter qualidade de vida mesmo com HPB?

Sim! Com acompanhamento e tratamento adequados, é possível viver bem e com segurança.



# Conheça nossa equipe e estrutura

A **Urologia Vida** nasceu em Osasco/SP com o propósito de oferecer atendimento urológico ético, moderno e humano. Fundada pelos doutores **Davi Voller Seishum Abe** e **Edison D. Schneider Monteiro**, a clínica é referência em:

- **Cirurgias minimamente invasivas**
- **Cirurgia robótica e laparoscópica**
- **Diagnóstico completo em um só lugar**
- **Atendimento acolhedor e personalizado**

Ao perceber qualquer sintomas, busque ajuda médica. Conte com a nossa equipe para cuidar da sua saúde prostática com respeito, precisão e tecnologia.

**Agende sua avaliação e cuide bem da sua saúde urinária. Estamos aqui para te ajudar.**



## Localização

Rua General Bitencourt, nº 196, Conjunto 81  
Osasco/SP - CEP 06016-040

## Horário de Funcionamento

Segunda a sexta de 8h às 18h

**WhatsApp:** (11) 91664-2735

**Telefone:** (11) 3682-2756

 [urologiavida.com.br](http://urologiavida.com.br)

 @urologiavida