



HIFU

Cuidados após o tratamento focalizado

Recuperação tranquila após o ultrassom focalizado de alta intensidade da próstata.

ORIENTAÇÕES PÓS-CIRÚRGICAS

Este guia reúne todas as orientações de cuidado após a sua cirurgia. Leia com atenção e mantenha-o à mão durante a recuperação.

Em caso de dúvidas, entre em contato com a equipe médica.

Dr. Alexandre Sato

UROLOGIA E CIRURGIA ROBÓTICA

Bem-vindo à recuperação

Este guia foi elaborado para orientar você nos cuidados após o **HIFU** (ultrassom focalizado de alta intensidade). A recuperação envolve cuidados com a sonda vesical, retorno gradual às atividades, atenção aos sintomas urinários e seguimento oncológico com PSA e exames de imagem.

Importante

Os prazos e cuidados aqui descritos são **orientações gerais**. Recomendações individualizadas, prescritas pelo seu médico, devem sempre prevalecer sobre este material.

1. Primeiros dias com a sonda

Após o HIFU, é colocada uma **sonda vesical (Foley ou suprapúbica)**, mantida por **7 a 14 dias**, devido ao edema prostático que se segue ao tratamento.

- Mantenha a **bolsa coletora abaixo do nível da bexiga**, sempre.
- Esvazie a bolsa regularmente, antes que ela encha completamente.
- Faça **higiene local 2 vezes ao dia**, com água e sabonete neutro.
- **Fixe bem a sonda** na coxa para evitar tração.
- É **normal** notar urina rosada e pequenos fragmentos esbranquiçados (tecido tratado sendo eliminado).
- Procure atendimento se a urina parar de sair, se houver sangramento intenso com coágulos ou se a sonda sair acidentalmente.

2. Cuidados gerais nos primeiros dias

- **Repouso relativo** nas primeiras 48 a 72 h, sem esforços.
- Uso correto dos **analgésicos e antibióticos** prescritos.
- **Hidratação abundante** (2 a 2,5 litros de água por dia, salvo contraindicação).
- Dieta rica em **fibras** (frutas, verduras, integrais) para evitar constipação — fazer força para evacuar pode causar desconforto.
- **Evite bebidas alcoólicas** nos primeiros 7 dias e enquanto estiver em uso de antibiótico.
- **Não fumar**, especialmente nas 2 semanas seguintes.

3. Após a retirada da sonda

É comum apresentar nos primeiros dias/semanas:

- **Urgência miccional** e aumento da frequência urinária.
- **Ardor leve** ao urinar.
- **Perdas urinárias leves** (incontinência transitória) em alguns pacientes — melhoram com fisioterapia do assoalho pélvico.
- Pequenos fragmentos esbranquiçados na urina nas primeiras semanas.
- Jato urinário inicialmente irregular, melhorando progressivamente.

Tranquilize-se

Esses sintomas **melhoram progressivamente** ao longo das semanas. A **fisioterapia do assoalho pélvico** auxilia muito na recuperação da continência urinária.

4. Retorno às atividades

Atividade	Quando retomar
Caminhar em casa	Mesmo dia ou no 1º dia
Atividades domésticas leves	2 a 4 dias
Trabalho de escritório	7 a 14 dias
Trabalho com esforço físico	21 a 30 dias
Dirigir	Após retirada da sonda e sem opioides
Caminhada leve	3 a 7 dias
Exercícios intensos / musculação	30 dias
Banho de mar, piscina, banheira	Após retirada da sonda e cicatrização
Relações sexuais	21 a 30 dias, com liberação médica

5. Função sexual

- A função sexual costuma ser **melhor preservada** com o HIFU do que com cirurgia ou radioterapia, especialmente na modalidade focal.
- Pode haver **disfunção erétil temporária**, que tende a melhorar nos meses seguintes.
- A **ejaculação geralmente é reduzida ou ausente** (a próstata produz parte do sêmen).
- **Reabilitação peniana** com inibidores da PDE5 (sildenafil, tadalafila) pode ser prescrita conforme necessidade.
- Liberação para relações sexuais geralmente entre **21 e 30 dias**, com avaliação médica.

6. Sinais de alerta

ATENÇÃO

Procure atendimento médico imediato se apresentar:

- **Febre acima de 38 °C** ou calafrios.
- **Dor pélvica intensa** que não melhora com a medicação.
- **Retenção urinária** (incapacidade de urinar) após retirada da sonda.
- **Sangramento intenso** na urina ou pelo reto, com coágulos volumosos.
- **Saída acidental da sonda** ou parada do fluxo de urina.
- **Saída de gás ou fezes pela urina** (rara, mas exige atenção imediata).
- Náuseas e vômitos persistentes.

7. Acompanhamento oncológico

- **Primeiro retorno:** 7 a 15 dias para avaliação geral.
- **Retirada da sonda:** 7 a 14 dias após o procedimento.
- **Dosagens de PSA:** a cada 3 meses no primeiro ano e periodicamente nos anos seguintes.
- **Ressonância multiparamétrica** de controle, conforme protocolo.
- **Biópsia de controle** em casos selecionados, aproximadamente em 12 meses.

Sobre o PSA pós-HIFU

Diferente da cirurgia, o **PSA não fica zerado** após o HIFU — ele diminui mas mantém um valor residual, já que parte da próstata é preservada. O critério de sucesso é baseado no **PSA nadir** (menor valor atingido) e na ausência de doença em exames de imagem.

Estamos com você

Dr. Alexandre Sato

Especialista em Urologia e Cirurgia Robótica

Em caso de dúvidas, entre em contato com o consultório. Em emergências fora do horário comercial, procure o pronto-socorro mais próximo e leve este guia com você.

Este material tem caráter informativo e educativo. Não substitui a consulta, diagnóstico ou tratamento médico individualizado.