

Incontinencia Urinaria

La Salud de Los Hombres

Incontinencia Urinaria

¿Qué es la incontinencia urinaria (su sigla en inglés es UI)?

La incontinencia urinaria (UI) es la pérdida del control urinario, o la incapacidad de contener la orina hasta poder llegar al baño. Más de 13 millones de hombres y mujeres en Estados Unidos sufren incontinencia. UI puede pulsar en cualquier edad. Las mujeres más de 50 años son las más probable desarrollar UI. La incontinencia urinaria puede ser una condición temporal y ser el resultado de una condición médica subyacente. Puede variar desde la incomodidad de los escapes leves de orina hasta los frecuentes y severos.

¿Cuáles son las causas de la incontinencia urinaria?

La incontinencia urinaria no es un resultado inevitable de la edad, pero es sobre todo común en las personas mayores. A menudo, se debe a cambios específicos en la función del cuerpo como consecuencia de enfermedades, la toma de medicamentos o el inicio de una enfermedad. Algunas veces es el primer y único síntoma de infección del tracto urinario.

¿Cuáles son algunos de los diferentes tipos de incontinencia urinaria?

Los siguientes son algunos de los diferentes tipos de incontinencia urinaria:

- Incontinencia de urgencia - es la incapacidad de contener la orina el tiempo suficiente para alcanzar el baño. Es frecuente en personas que sufren de enfermedades como la diabetes, derrames cerebrales, demencia, enfermedad de Parkinson y esclerosis múltiple; pero puede ser el indicio de otras

Incontinencia Urinaria

enfermedades o condiciones que también podrían necesitar atención médica.

- Incontinencia por estrés - el tipo más común de incontinencia asociado con el derrame de orina al practicar ejercicio, al toser, al estornudar, al reír, al levantar objetos pesados, o al realizar otros movimientos del cuerpo que hagan presión en la vejiga.
- Incontinencia funcional - derrame de orina causado por la dificultad de alcanzar a tiempo el baño, debido a condiciones físicas como la artritis.
- Incontinencia por sobrecarga - derrame de orina que ocurre cuando la cantidad de orina producida excede la capacidad de almacenamiento de la vejiga.

¿Cuáles son los síntomas de la incontinencia urinaria?

A continuación, se enumeran los síntomas más comunes de la incontinencia urinaria. Sin embargo, cada individuo puede experimentar los síntomas de una forma diferente. Los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Incapacidad para orinar.
- Dolor relacionado con el llenado de la vejiga o dolor relacionado con la micción sin comprobarse infección de la vejiga.
- Debilidad progresiva del chorro urinario con o sin sensación de completo vaciado de la vejiga.
- Aumento de la frecuencia al orinar sin que haya infección de la vejiga.
- Necesidad de alcanzar el baño rápidamente o derrame de orina si no alcanza el baño a tiempo.
- Cambio o anormalidad al orinar relacionados con el sistema nervioso.
- Anormalidades tales como derrame cerebral, lesión de la médula espinal, esclerosis múltiple.
- Derrame de orina que impide las actividades.

Incontinencia Urinaria

- Derrame de orina que comenzó o continuó después de la cirugía.
- Derrame de orina que ocasiona incomodidad social.
- Infecciones frecuentes de la vejiga.

Los síntomas de la incontinencia urinaria pueden parecerse a los de otras condiciones o problemas médicos. Siempre consulte a su médico para el diagnóstico.

¿Cómo se diagnostica la incontinencia urinaria?

Es importante que las personas con incontinencia urinaria consulten al médico para un examen físico completo que haga énfasis en los sistemas urinario y nervioso, órganos reproductores y muestras de orina. En muchos casos los pacientes serán enviados al urólogo, el médico que se especializa en las enfermedades del tracto urinario.

Tratamiento para la incontinencia urinaria:

El tratamiento específico para la incontinencia urinaria será determinado por su médico basándose en lo siguiente:

- Su edad, su estado general de salud y su historia médica.
- Qué tan avanzada está la enfermedad.
- Su tolerancia a determinados medicamentos, procedimientos o terapias.
- Sus expectativas para la trayectoria de la enfermedad.
- Su opinión o preferencia.

El tratamiento puede incluir lo siguiente:

- Ciertas técnicas de comportamiento (incluyendo ejercicios de los músculos pélvicos, técnicas de autocontrol o biorretroalimentación y adiestramiento vesical).
- Medicamentos.

Incontinencia Urinaria

- Cirugía (si la incontinencia se relaciona con problemas estructurales como anomalías en la posición de la vejiga u obstrucción).
- Modificaciones alimenticias (incluyendo la eliminación de la cafeína en el café, la soda y el té o la eliminación del alcohol).

Manejo de la incontinencia urinaria:

Existe ropa interior absorbente con diseño específico, que no abulta más que la ropa interior normal y puede usarse cómodamente bajo la ropa. Además, la incontinencia puede controlarse con la introducción de un catéter en la uretra y la recogida de la orina en un recipiente. Diríjale a su médico las preguntas relacionadas con el control y el tratamiento de la incontinencia urinaria.

Haz click aquí para ir a la página de [Los Recursos en la Red](#) de La Salud de los Hombres.