

Extraído de

<http://www.amecopress.net>

Sólo el 30% de las mujeres que sufren incontinencia urinaria deciden acudir a un especialista

- Noticias -

Fecha de publicación : Martes 4 de septiembre de 2007

La incontinencia urinaria se define como la pérdida involuntaria de orina a través de la uretra, que se puede demostrar de manera objetiva y que se presenta en grado suficiente como para constituir un problema social o higiénico para quien la sufre. La incontinencia urinaria puede alterar la calidad de vida, de una manera importante, ya que favorece situaciones de aislamiento social, caídas e infecciones. Además provoca un gran gasto sanitario y repercute en el deterioro de la vida sexual.

La prevalencia de la incontinencia urinaria aumenta con la edad; en España la incontinencia urinaria afecta en torno al 15% de las mujeres de 35 años y entre un 15% y 20% entre las mayores de 40 años. Además se estima que hay unas 500.000 mujeres de más de 65 años que presentan este problema. Después de la edad de la jubilación aproximadamente el 50% de la población, mujeres y hombres, sufre algún tipo de incontinencia. De todas las mujeres con incontinencia urinaria, menos de la mitad consulta con su médico.

Gregorio Escribano Patio, Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Urología, Profesor Asociado de Patología Quirúrgica en la Universidad Complutense y Jefe de Sección de Urología del Hospital General Universitario Gregorio Marañón de Madrid, ha señalado que a pesar de la alta prevalencia de esta deficiencia urinaria, son pocas las mujeres que acaban pidiendo el consejo de un experto, no siendo más de un 30% las que reciben un enfoque terapéutico, el resto de mujeres muchas veces sólo aceptan seguir con medidas higiénico-paliativas (fundamentalmente absorbentes y alguna modificación en pautas de conducta) como único remedio. Todo ello conlleva a un gran coste sanitario.

Existen diferentes tipos de incontinencia urinaria, pero los más relevantes son la Incontinencia Urinaria de Esfuerzo, que es la más frecuente. Se produce por la insuficiencia de los esfínteres de la uretra, que no consiguen mantenerla cerrada y al ocurrir un aumento de la presión intraabdominal, se produce el escape de orina a través de la uretra. Este tipo de pérdidas de orina se relacionan con actos como estornudar, toser, correr, etc. explica el doctor Escribano.

Otro tipo de incontinencia urinaria muy común, es la Incontinencia Urinaria de Urgencia, que ocurre por espasmos involuntarios del músculo de la vejiga, el detrusor. No está relacionado con esfuerzos y se producen pérdidas urinarias antes de comenzar la micción. También hay el tipo de Incontinencia Urinaria Mixta, donde se presentan los dos tipos de incontinencia urinaria mencionados anteriormente, pero que excluyen aquellos en los que ocurre por una enfermedad en el sistema nervioso, la vejiga neurogénica.

Los factores de riesgo, en la mayoría de los casos médicos son el embarazo y el traumatismo pélvico durante el parto. Cinco años tras el parto, aproximadamente un 30% de mujeres la tienen. También la constitución personal, el esfuerzo físico ocupacional, la obesidad y el estreñimiento crónico, el tabaquismo y las enfermedades pulmonares crónicas, los trastornos neurológicos, la cirugía de la pelvis, la radiación o algunos medicamentos son factores que favorecen el problema de la incontinencia urinaria.

Ante esta situación el doctor Escribano indica que se necesita la experiencia de un especialista en Urología, dedicado a estos problemas, para después de un correcto diagnóstico, a través de la Historia Clínica y Exploración física, a veces se necesitan algunas pruebas adicionales (como análisis, ecografía), para proponer finalmente el tratamiento adecuado.

Es importante recalcar que tras llegar al diagnóstico, es la fase más importante, ya que dependiendo del grado

Sólo el 30% de las mujeres que sufren incontinencia urinaria deciden acudir a un especialista

de severidad y situación de la paciente se plantean los distintos tratamientos: conductuales o cambios en determinados hábitos de vida, re-educación del suelo pélvico, farmacológico y quirúrgico.

El tratamiento en los diferentes tipos de incontinencia urinaria son, la modificación de comportamientos de vida: tos, ejercicios, control de peso, esto quiere decir, la reeducación vesical y potenciación de la musculatura del suelo pélvico. Se consigue con ejercicios de fortalecimiento de la musculatura del suelo pélvico y reentrenamiento de la musculatura de la vejiga, dispositivos intravaginales, electroestimulación, estimulación magnética... otra opción de tratamiento son los sistemas oclusivos (obstrucción), como los tapones, absorbentes o pesarios (colectores externos).

El doctor Escribano también señala de forma detallada, que otro tipo de tratamiento, es la medicación y la cirugía, la medicación cuando se trata de Incontinencia Urinaria de Urgencia, y la cirugía es necesaria cuando se presenta Incontinencia Urinaria de Esfuerzo. En ambos casos es necesario y muy importante modificar los comportamientos de vida, es decir realizar los ejercicios de fortalecimiento de la musculatura del suelo pélvico y reentrenamiento de la vejiga.

Con mucha frecuencia la incontinencia urinaria lleva asociado un prolapso pélvico (herniaciones de la vejiga o recto a la vagina), podemos escuchar la clebre frase en muchas mujeres españolas "tengo la vejiga cada", el tratamiento que es la cirugía, en ambos problemas debe hacerse de manera conjunta.

Las razones para que muchas mujeres con incontinencia urinaria no busquen atención médica son variadas, porque a veces se tiende a aceptar este problema y el sufrimiento que de él se deriva como parte de su vida cotidiana, "se cree que es algo normal en la vida cotidiana, como el dolor de cabeza, pero no es así. Lo normal es no sentir y soportar este tipo de molestias en el cuerpo", ha señalado el doctor Escribano a AmecoPress.

El estigma asociado a esta enfermedad y la vergenza consiguiente hace que las pacientes sean reacias a consultar al médico, pero en ocasiones, la causa es la falsa creencia de que la incontinencia urinaria es un problema sin tratamiento o una consecuencia normal del proceso de envejecimiento, pero este problema puede presentarse a una edad más temprana, o por ejemplo en las mujeres embarazadas, es decir, la incontinencia urinaria no es una enfermedad sólo de mujeres mayores, es más común de lo que cree, debido a que muchas mujeres deciden no asistir a un especialista.

Fotos: AmecoPress

Sociedad – Salud y género – 4 septiembre, 07 (AmecoPress)