



INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 1: **Sobre la Incontinencia.**

La incontinencia no es una enfermedad, es un síntoma como consecuencia de un cambio corporal, provocando un gran impacto, tanto a nivel personal como social.



6%

Epidemiológicamente, sabemos que el 6% de la población mundial puede sufrir de incontinencia.



de estas personas el 70% son mujeres.



mientras que el 30% restante son hombres.



Pese a la alta incidencia mundial de esta condición, la incontinencia sigue siendo un tema tabú, donde las personas que la padecen no quieren poner en evidencia su problema y por lo tanto no consultan al médico y continúan usando productos no especializados para su condición, generándoles de esta manera, problemas asociados como lesiones en la piel, malos olores y aislamiento social.

Adicional, es claro que en nuestro medio a este problema no se le ha dado la importancia que requiere, y en parte se debe a la carencia de información; esto hace que muchas personas escondan su problema o que lo asuman como algo normal de la edad, de haber tenido hijos, que se presenta con el ejercicio o ante pequeños esfuerzos como toser o reír, lo que en muchos casos conlleva a que la persona afectada se aíse socialmente.



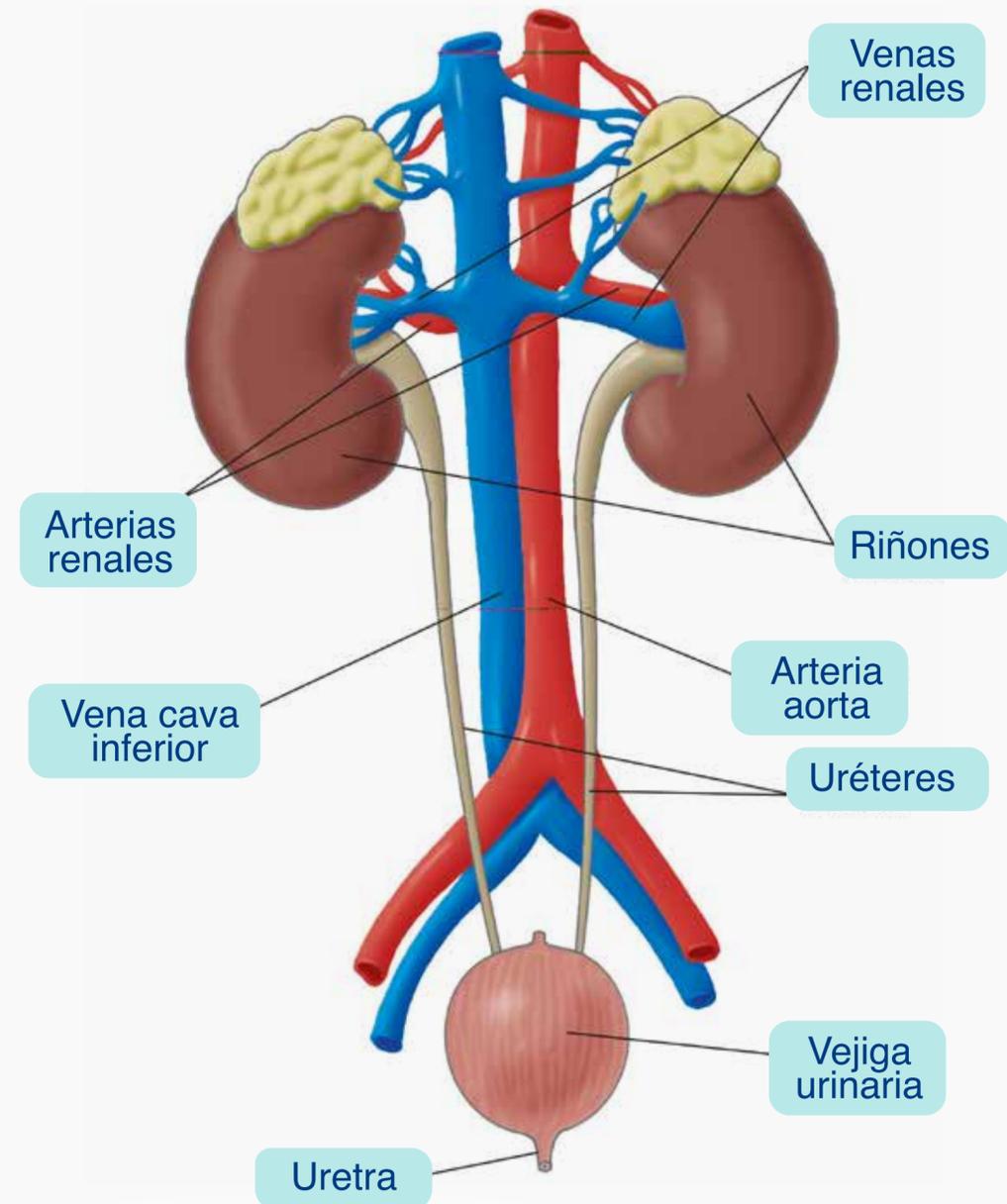


INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 2: **Entendiendo el sistema Genitourinario.**

Los órganos reproductores (genitales) junto a los urinarios forman el sistema genitourinario, al conocer su funcionamiento comprenderemos más fácilmente el origen de la continencia e incontinencia.





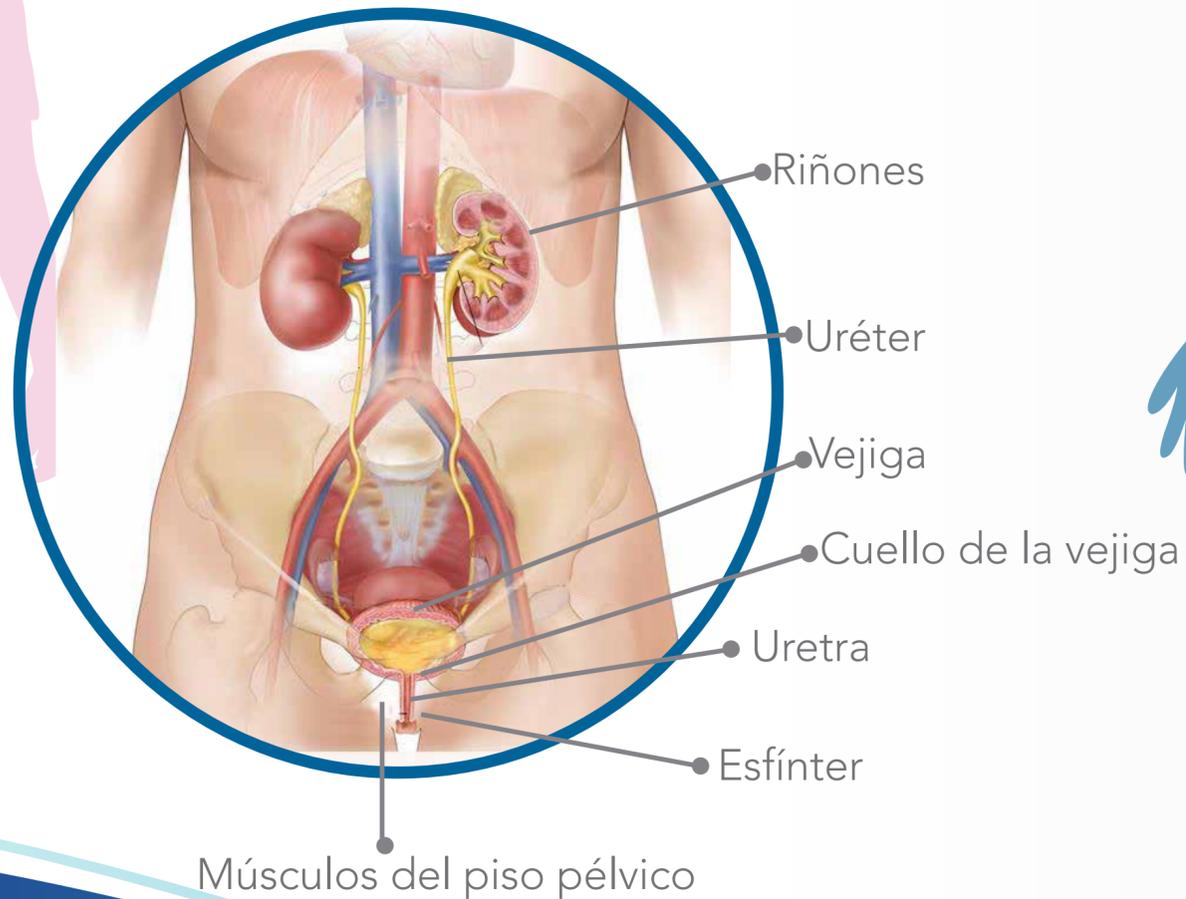
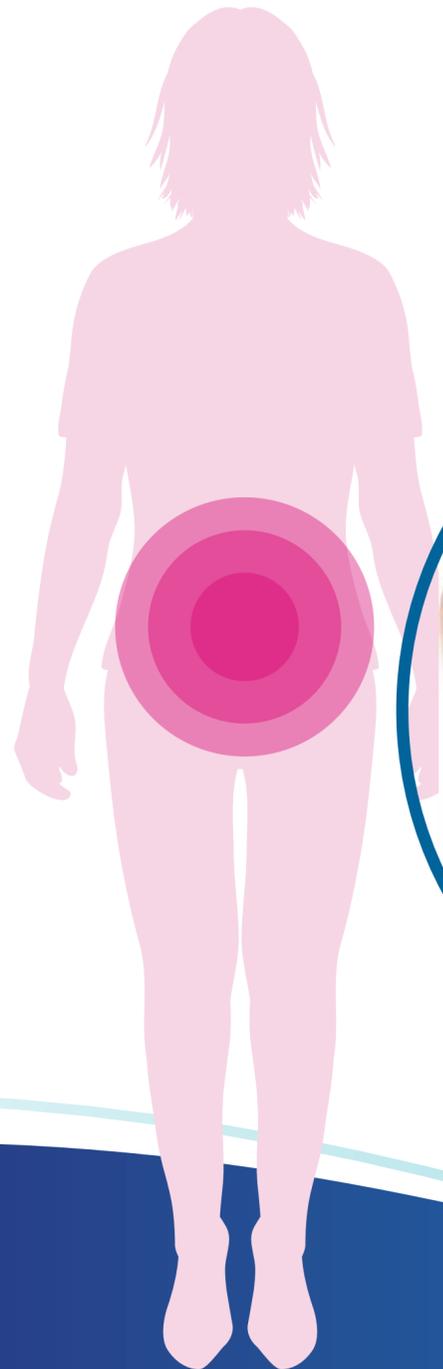


INCONTINENCIA

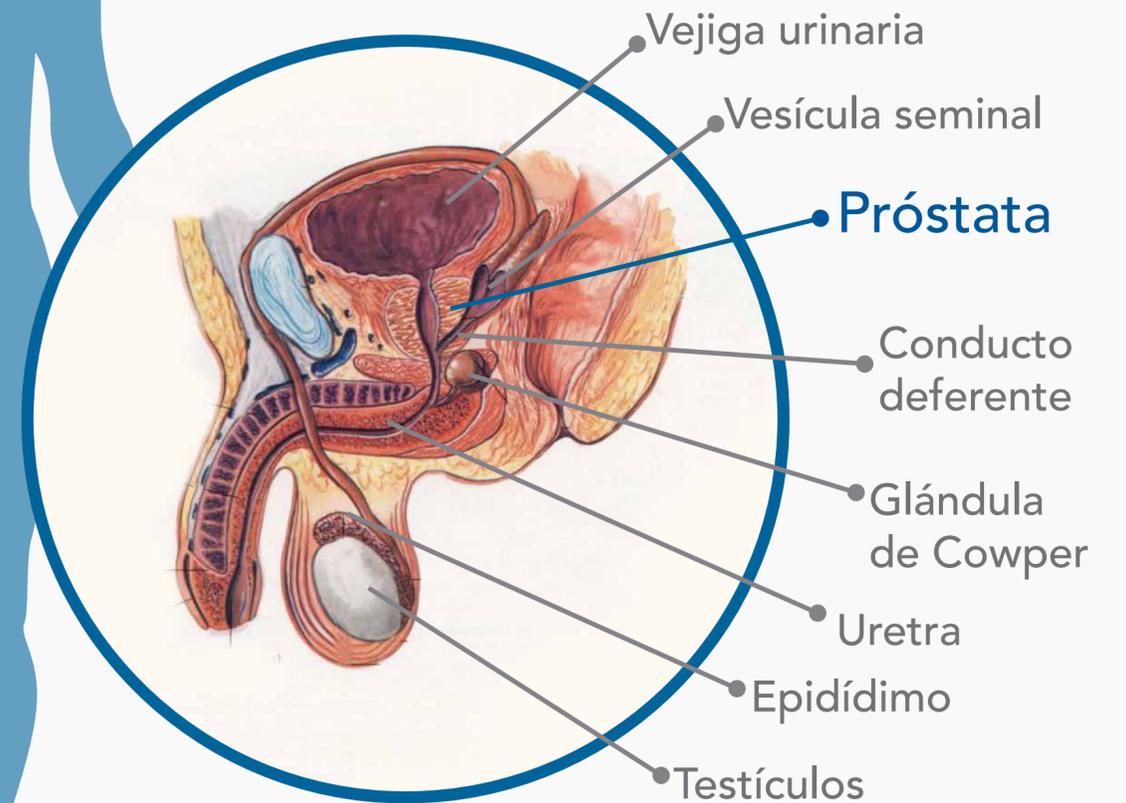
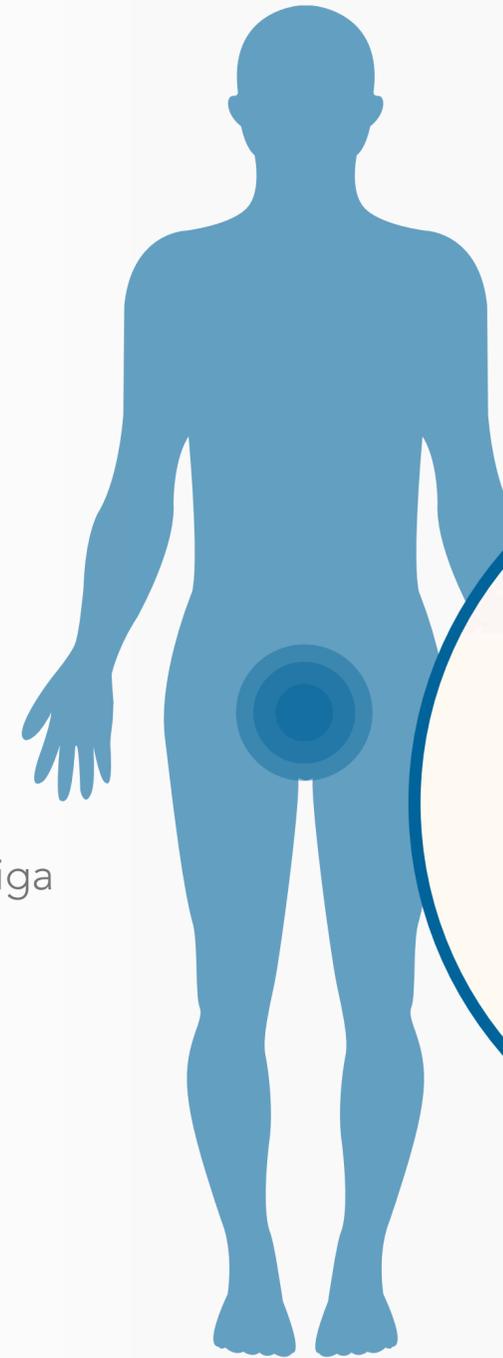
CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 3:
**Anatomía genitourinaria
femenina y masculina.**

Área Genital Femenina



Área Genital Masculina





INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 4:
**¿Cuándo una persona
es continente?**



La micción es el acto de vaciar la vejiga una vez que ésta se ha llenado a su capacidad fisiológica. Por ello, es importante diferenciar dos fases en la dinámica miccional:

Fase de llenado y Fase de vaciamiento.

Ambas fases están controladas por el sistema nervioso y depende de su buena coordinación el que ambas fases estén claramente definidas sin producirse pérdidas urinarias durante la fase de llenado, ni existir dificultades en el momento del vaciamiento.

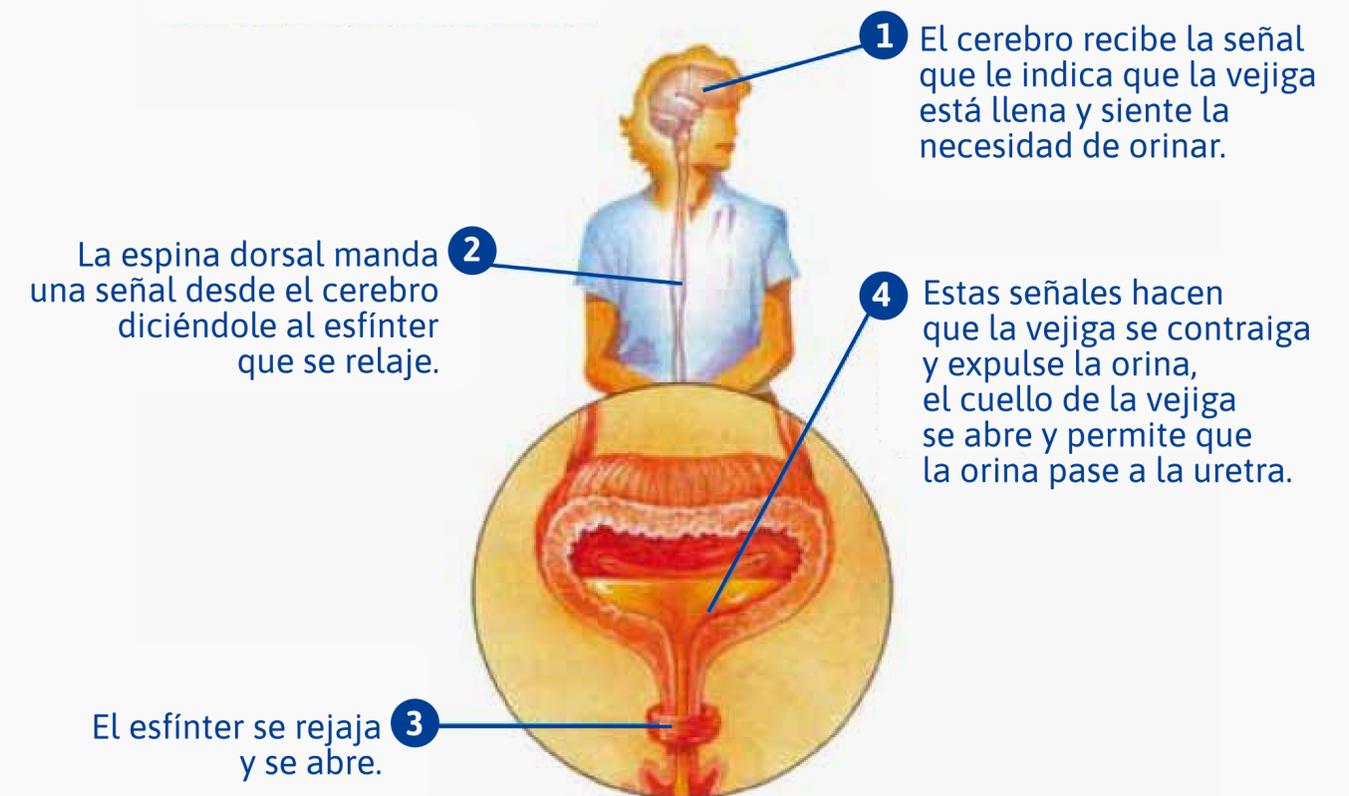


Ser continente significa que la persona tiene control sobre su vejiga y sobre el proceso de vaciamiento vesical, pudiendo retener o dejar salir la orina cuando lo desee.

Reteniendo la orina



Dejando salir la orina





INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 5:
**¿Cuándo una persona
es incontinente?**



La incontinencia urinaria significa la pérdida del control de la vejiga. Ocurre cuando alguna de las partes del sistema urinario falla en su funcionamiento.

Los síntomas pueden variar desde una filtración de orina leve hasta la salida abundante e incontrolable de ésta.

Anatómicamente, las mujeres están más propensas a desarrollar incontinencia que los hombres, debido a que su estructura orgánica interna es diferente.



INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 6:
**Factores de Riesgo
que inciden
en la Incontinencia.**



En el hombre:

- ▶ **Hiperplasia prostática benigna.**
- ▶ **Cáncer de próstata.**



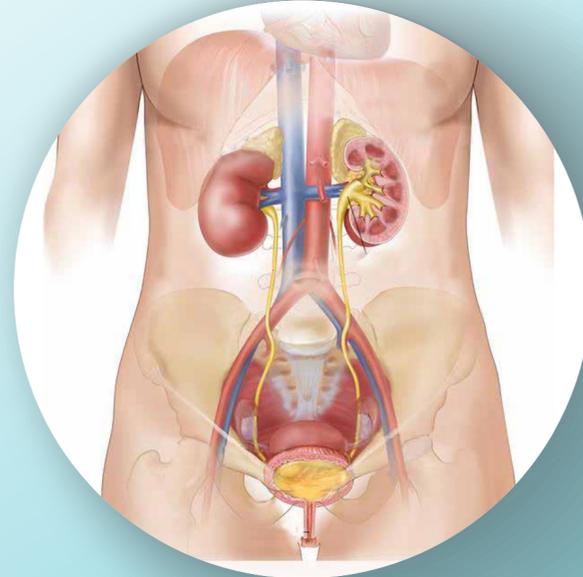
En la mujer:

- ▶ **Menopausia.**
- ▶ **Multiparidad:**
mujeres que hayan tenido 3 o más embarazos, incluyendo los abortos.
- ▶ **Infecciones urinarias repetitivas:**
las cuales pueden deberse al tamaño de la uretra, la cual mide en promedio 3.5 cms, haciendo a la mujer más vulnerable a contraer dichas infecciones.



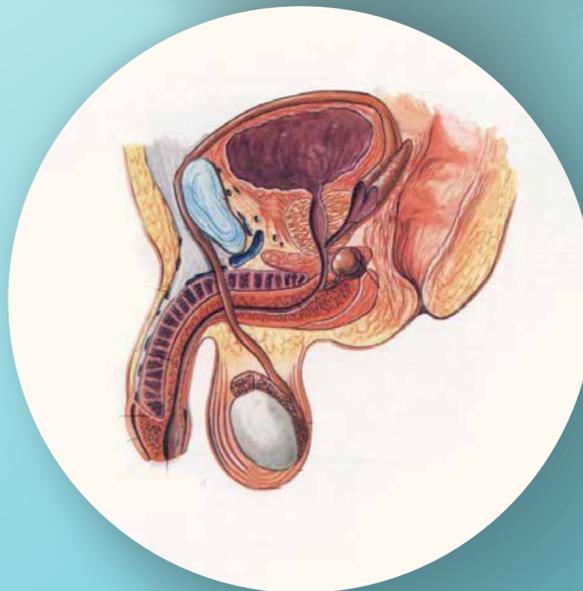
En ambos sexos:

- ▶ **Diabetes.**
- ▶ **Enfermedades neurodegenerativas como:**
- ▶ **Esclerosis múltiple.**
- ▶ **Enfermedad cerebro vascular.**
- ▶ **Demencias como el Alzheimer.**
- ▶ **Parkinson.**



Alteraciones en el Aparato Urinario Incontinencia Urinaria

No es una enfermedad es un síntoma, es decir, la consecuencia de una alteración en el proceso de producción, almacenamiento o evacuación de la orina. La incontinencia urinaria puede presentarse a cualquier edad, afecta también a ambos sexos y puede ser de varios tipos como veremos más adelante.



Esta afección se ha convertido en un problema de salud pública, pues su frecuencia es tan alta que los investigadores han acelerado el ritmo para conocer sus posibles causas, la manera de corregirla y la forma de prevenirla.



INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 7: **Clasificación de la incontinencia urinaria.**

Incontinencia Urinaria de Esfuerzo:

Es la pérdida de orina que está relacionada con esfuerzos como:

- cuando se tose
- se estornuda
- se salta
- se levantan cosas pesadas
- por el solo hecho de ponerse en pie o agacharse

estos esfuerzos puedan provocar escapes de orina que van desde unas pequeñas gotas hasta un chorro. Se presenta generalmente cuando hay debilidad de los músculos pélvicos, por partos, cirugías pélvicas y en la menopausia.



Incontinencia Urinaria de Urgencia:

Es la pérdida involuntaria de orina que se acompaña de sensación urgente de eliminar, tan fuerte que no da tiempo a la persona para llegar al baño. La frecuencia urinaria aumenta y la eliminación generalmente es en pequeñas cantidades. La mayoría de casos se encuentra en niños con enuresis y en ancianos, ya que estos últimos van perdiendo la capacidad de control por la pérdida de algunas funciones cerebrales, causadas por el envejecimiento de las neuronas. También es frecuente en pacientes con lesiones medulares (traumas, enfermedades cerebrovasculares, tumores en el sistema nervioso, cirugías de cráneo).

En los hombres es común observarla cuando hay crecimiento prostático. Esta condición se puede agravar por infecciones urinarias como la cistitis y la uretritis.

Incontinencia Urinaria Mixta:

Es una combinación de la incontinencia urinaria de esfuerzo e incontinencia de urgencia, manifestándose con mayor incidencia en mujeres que han tenido varios partos.

Es típico que las mujeres presenten un escape de orina con la tos, la risa, etc., y que además manifiesten aumento en la frecuencia urinaria y la urgencia.

Incontinencia Urinaria por Rebosamiento:

Está relacionada con un trastorno de la fase de evacuación de la vejiga: debido a que la vejiga está llena, una constante presión sobre el cuello de la misma ocasiona un goteo urinario. Es más común en aquellos hombres que presentan hipertrofia prostática benigna.



INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 8:
**Factores que influyen
directamente sobre
la función vesical.**

Estos pueden sobre agregarse y empeorar la situación de la persona con incontinencia.

Infección urinaria

Al presentarse inflamación en la vejiga y sus estructuras adyacentes, se aumenta su inestabilidad, y a la vez, las toxinas de las bacterias pueden lesionar la función del esfínter, disminuyendo la resistencia a los escapes por esfuerzo.



Ingestión de algunos medicamentos

Algunos medicamentos como los diuréticos, sedantes, medicamentos anticolinérgicos y medicamentos antigripales, alteran la función de la vejiga.

***Diuréticos:** medicamentos que provocan eliminación de agua y sodio a través de la orina; incrementan la frecuencia de la eliminación.

***Anticolinérgicos:** medicamentos que controlan las funciones y actos involuntarios producidos en el sistema nervioso central (SNC).



Estreñimiento

Cuando hay dificultad para excretar la materia fecal, la acumulación del bolo fecal ejerce una presión sobre la vejiga, uretra y nervios locales; esto aumenta las infecciones del aparato genital y urinario.



Enfermedades asociadas

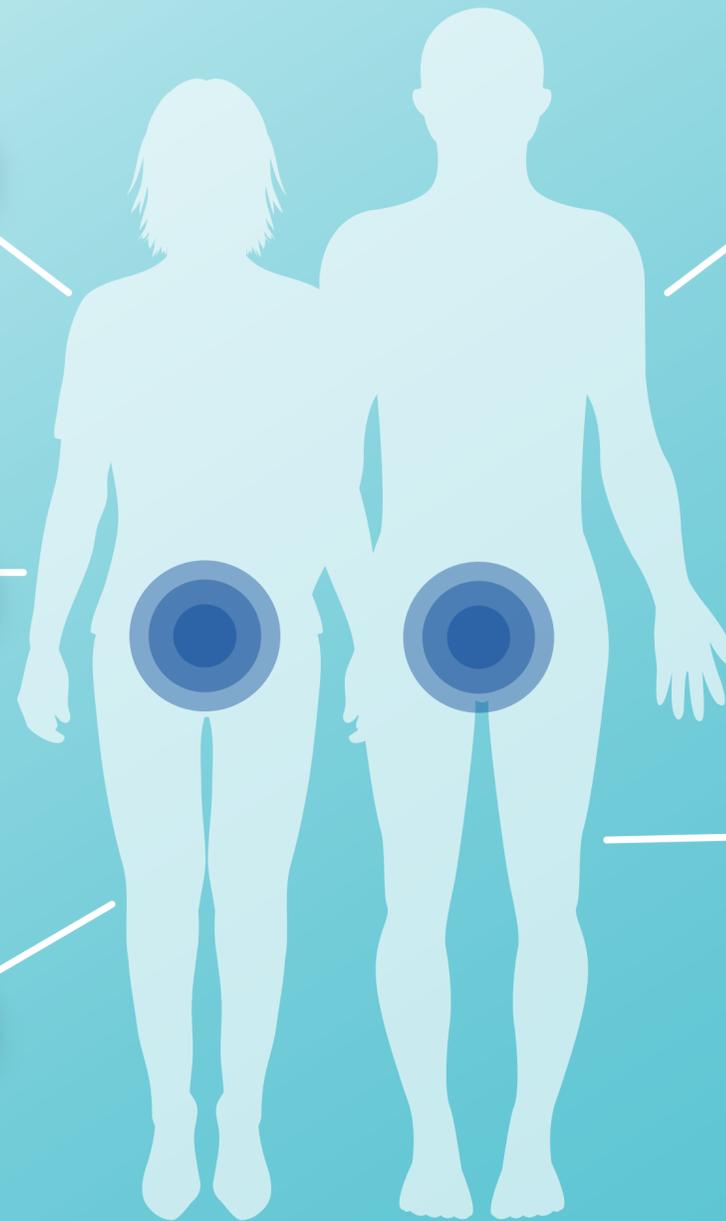
Algunas enfermedades que aumentan la retención de líquidos en el organismo pueden alterar significativamente el curso de cualquiera de las formas de incontinencia, al modificar el patrón de manejo de los líquidos orgánicos.

Los trastornos mentales como las demencias entre las que se encuentra el Alzheimer y otras patologías como la esclerosis múltiple, el Parkinson, enfermedades cerebro vasculares y diabetes pueden ocasionar incontinencia.



Otros factores que dificultan la continencia urinaria

La incontinencia también puede encontrarse cuando se presentan alteraciones como el estrés psicosocial, problemas de destreza manual o inmovilidad prolongada y depresión, entre otros.





INCONTINENCIA

CONÉCTATE
CON
TENA

Lección 9:
**Clasificación de los usuarios
de protectores, según
su nivel de dependencia.**

Totalmente dependientes y en cama:

Son personas en quienes la incontinencia es una parte secundaria de un cuadro de enfermedades complejo, en el que ésta deja de ser factor limitante para el usuario y pasa a ser más un elemento que complica su manejo por parte de sus cuidadores.

En este tipo de personas las principales prioridades en la selección de factores preventivos (por parte de sus cuidadores) son la asepsia y la salud desde el punto de vista preventivo (que no se complique más el cuadro con lesiones por presión en la piel, infecciones, dermatitis, quemaduras, etc.)



En este tipo de pacientes, la necesidad en cuanto a pañales se basa principalmente en la capacidad de absorción, pues la eliminación urinaria es 100% sobre el producto.



Medianamente dependientes, con poca actividad social:

Son personas en quienes la incontinencia no es la única limitación, sino algo que incrementa sus limitaciones (principalmente de independencia).

Permanecen la mayor parte de tiempo en su lugar de residencia y solo salen a lugares públicos eventualmente. Sus principales prioridades o necesidades al momento de seleccionar un producto protector son la asepsia, la comodidad y la seguridad.



Independientes, con actividad social:

Son personas en quienes la incontinencia es la única limitación y se desempeñan de manera autónoma en cualquier entorno social, académico y laboral, por lo que son los usuarios más exigentes. Sus principales prioridades o necesidades al momento de seleccionar un producto protector son la asepsia, la comodidad, la seguridad y muy especialmente la discreción.

¡Muy bien!
Has completado este módulo.