

# Conociendo acerca de la Incontinencia Urinaria (IU)

**Si usted no es capaz de contenerse para orinar hasta llegar a un baño, entonces padece lo que se denomina incontinencia urinaria (también llamada pérdida de control de la vejiga).** El control de la vejiga, en cambio, significa que usted orina únicamente cuando quiere hacerlo. Constituye un problema médico y social importante. A pesar de que la incontinencia no implica un pronóstico de gravedad, limita la autonomía, reduce la autoestima y deteriora sensiblemente la calidad de vida de quien la padece.

**Se ha calculado que la IU, o aparición de pérdidas de orina al menos una vez en los últimos 12 meses, afecta hasta 1 de cada 2 mujeres y hasta 1 de cada 3 varones.** En general, la IU es el doble de frecuente en las mujeres que en los varones.

La incidencia de IU aumenta casi linealmente con la edad hasta ser considerada como uno de los síndromes geriátricos (parte de la medicina que se ocupa de las enfermedades propias de la vejez) tanto por su elevada prevalencia en mayores de 65 años como por el impacto negativo que ocasiona en el adulto mayor que la sufre. A pesar de esta elevada prevalencia global, sorprende el escaso número de consultas médicas que se generan por este motivo.

## Factores de riesgo:

- ▶ Disminución del tejido elástico.
- ▶ Atrofia celular (disminución del tamaño de las células).
- ▶ Reducción del tono muscular.
- ▶ Hipoestrogenismo (deficiencia en los niveles de estrógenos).
- ▶ Deterioro cognitivo (deterioro de las funciones mentales).
- ▶ Inmovilidad.

- ▶ Pérdida de capacidad en la concentración renal.
- ▶ Debido a medicamentos.
- ▶ Obesidad.
- ▶ Raza blanca (3 veces más frecuente que en mujeres de raza afroamericana).
- ▶ **Paridad:** Es un factor establecido de riesgo de IUE e IUM entre las mujeres jóvenes y de mediana edad.
- ▶ Diabetes mellitus.
- ▶ Enfermedad de Parkinson.
- ▶ Abuso de alcohol.

El objetivo fundamental del tratamiento debe ser siempre mejorar la calidad de vida de las pacientes, por lo que es prioritario conocer sus preferencias, el tipo de vida que llevan y sus circunstancias personales.

## Evita la automedicación, consulta siempre a tu ginecólogo.

Esta página no exime por ningún motivo la consulta al médico.  
Este es un servicio cortesía de Grünenthal.



**G NEDUCA**  
Educación en Ginecología

## Referencias:

1. Martínez EA et al., Prevalencia de Incontinencia Urinaria y Vejiga Hiperactiva en la población española: Resultados del Estudio EPICC Actas Urológicas Españolas 2009; 33 (2):159-166
2. Robles JE. La incontinencia urinaria An. Sist. Sanit. Navar. 2006; 29 (2): 219-232.
3. Franco de Castro A et al., Incontinencia urinaria [www.aeu.es/UserFiles/IncontinenciaUrinariaInterna\\_rev\(1\).pdf](http://www.aeu.es/UserFiles/IncontinenciaUrinariaInterna_rev(1).pdf)
4. A. Schröder et al., Guía clínica sobre la incontinencia urinaria, European Association of Urology 2010 <http://uroweb.org/wp-content/uploads/11-GUIA-CLINICA-SOBRE-LA-INCONTINENCIA-URINARIA.pdf>
5. Incontinencia Urinaria. Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., La Oficina para la Salud de las Mujeres [womenshealth.gov/espanol/publicaciones/.../incontinencia-urinaria.pdf](http://womenshealth.gov/espanol/publicaciones/.../incontinencia-urinaria.pdf)
6. Gómez AEA: Incontinencia urinaria femenina Diagnóstico, tratamiento y prevención; 2008: 27 (3) [www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-pdf-13116880-S300](http://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-pdf-13116880-S300)

Programa de educación  
patrocinado por:

