

Causas

Incontinencia urinaria: un problema que afecta a muchas mujeres



Existen diversos factores de riesgo, pero también condiciones como el embarazo, la edad y otras que pueden ocasionarla.

Por: Germán Kreisel

→ La eliminación de orina de forma involuntaria es una condición que afecta a muchas mujeres sobre todo en edad avanzada, y en relación a los hombres, son ellas las que padecen mayoritariamente este problema. En ese sentido, la edad es un factor que influye de manera negativa también en su prevalencia, dado que sobre los 60 a 65 años este problema se hace cada vez más frecuente en ambos sexos, considerándose como uno de los síndromes que afectan negativamente la vida de la persona adulta que la sufre.

Beatriz Arteaga, directora Escuela de Técnico Nivel Superior Enfermería Universidad de Las Américas, indica que las causas más comunes de incontinencia urinaria son, además de la edad avanzada, el embarazo, la multiparidad (tener más de un hijo), los partos vaginales, la menopausia y el sobrepeso.

"La incontinencia urinaria es un síntoma, más bien dicho una condición en donde se elimina orina de forma involuntaria desde la vejiga hacia la uretra que es lo más común, dado que también puede haber pérdidas extra uretrales (vésico-vaginales, uretro-vaginales, etc.) pero estas obedecen a malformaciones o fistulas y son mucho menos frecuentes", explica.

A su vez, Carmen Gloria Bórquez, matrona del sitio **Decidoinformada.cl**, sostiene que "el embarazo, parto y menopausia afectan a la vejiga, a la uretra y a otros músculos que sostienen a estos órganos y las mujeres de cualquier edad pueden sufrirla, aunque es más frecuente en mujeres mayores. Los músculos del suelo pélvico que sostienen la vejiga, la uretra, el útero y los intestinos pueden debilitarse o dañarse. Cuando los músculos que sostienen las vías urinarias están débiles, los mismos deben trabajar más para contener la orina. Este esfuerzo y presión extra sobre la vejiga y la uretra puede causar incontinencia urinaria o pérdidas".

“El embarazo, parto y menopausia afectan a la vejiga, a la uretra y a otros músculos que sostienen a estos órganos y las mujeres de cualquier edad pueden sufrirla, aunque es más frecuente en mujeres mayores”.

Carmen Gloria Bórquez, matrona de Decidoinformada.cl.

Factores de riesgo

La especialista detalla que se debe tener en cuenta que "la uretra de la mujer es más corta que la del hombre. Por lo tanto, hay más probabilidades que cualquier debilitamiento o daño en la uretra provoque incontinencia". Asimismo, entrega los siguientes factores de riesgo que pueden desarrollar una incontinencia urinaria:

- Antecedentes gineco-obstétricos: parto vaginal, uso de fórceps, macrosomía fetal (recién nacido más grande que el promedio).
- Obesidad.

- Déficit de estrógenos.
 - Enfermedad neurológica y daño cerebral: ACV, demencia, enfermedad de Parkinson, deterioro cognitivo.
 - Vejiga neurogénica o vejiga flácida o espástica causada por un daño neurológico.
- "Y además de la incontinencia puede ocurrir que exista también presión o espasmos en la zona pélvica que causan una fuerte necesidad de orinar. Se considera ir al baño más de lo normal más de ocho veces al día o más de dos veces en la noche. Otro síntoma es orinar mientras se duerme", dice Carmen Gloria Bórquez.

