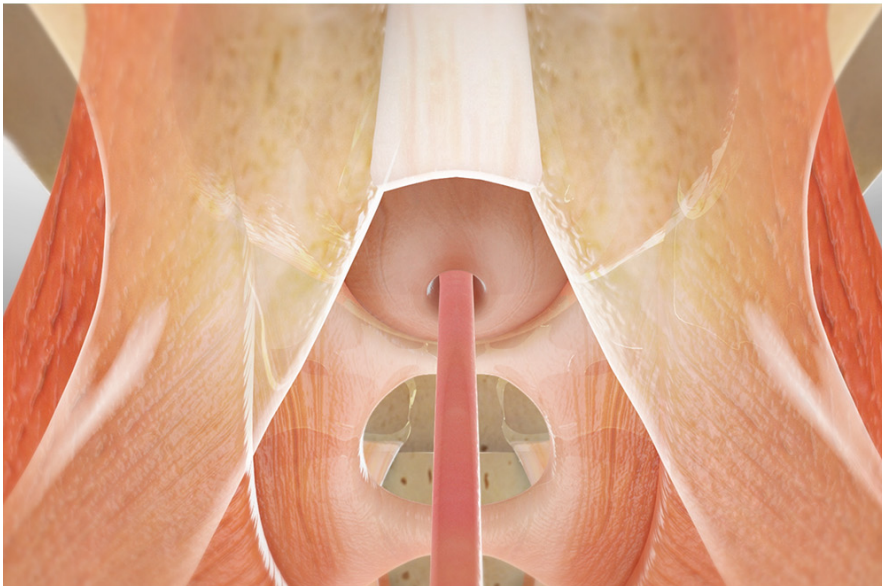




Incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE)



Descripción general

Este es un padecimiento que afecta con mayor frecuencia a las mujeres. Es cuando uno tiene problemas para contener la orina cuando se ejerce presión sobre la vejiga. La orina puede escapar cuando se hace algún tipo de esfuerzo, como durante la actividad física.

Causas

¿Cuál es la causa de este problema? Ocurre cuando los músculos del suelo pélvico se debilitan. Estos músculos sostienen la vejiga y, en el caso de las mujeres, también sostienen la uretra. La vejiga contiene la orina. La uretra es la apertura por la cual sale la orina. La orina también puede escaparse si el músculo que rodea la abertura de la vejiga es demasiado débil.

Síntomas

¿Cuáles son los síntomas? Cuando se padece este tipo de incontinencia, la orina puede escapar cuando uno tose, estornuda o se ríe. Puede escapar cuando uno está sentado y se levanta. Puede escapar al hacer ejercicio, o al levantar algo pesado. También puede tener pérdidas durante las relaciones sexuales.

Tratamiento

¿Cómo se trata? Su médico puede sugerirle que realice algunos cambios de comportamiento. Esto puede incluir medidas como perder peso, evitar la cafeína y añadir fibra a su dieta. Los ejercicios y las terapias pueden fortalecer los músculos del suelo pélvico. Si esto no ayuda, es posible que necesite algún otro tratamiento. La cirugía podría ser una buena alternativa. Su médico creará un plan de cuidados que sea adecuado para usted.