



Cuidado de la vejiga



Para la mayoría de las personas que viven con una lesión de la médula espinal, desarrollar un buen plan de manejo de la vejiga es crucial para permanecer libre de infecciones, proteger los órganos del sistema urinario de la tensión o daño, evitar accidentes y mantener la calidad de vida. Usando una combinación de higiene cuidadosa, control de líquidos y un sistema para vaciar la vejiga, es posible desarrollar un plan de control de la vejiga que sea eficiente, seguro y compatible con su estilo de vida y nivel de función.

P: ¿Por qué la LME afecta la salud de la vejiga?

Así como las lesiones de la médula espinal afectan a las personas de manera diferente, los efectos de la parálisis en el sistema urinario son diversos. Después de la parálisis, la comunicación entre los músculos de la vejiga y el cerebro se puede afectar de diferentes maneras causando diferentes efectos. Sin un mensaje adecuado,

la orina de una vejiga llena o que no funciona correctamente puede retroceder y dañar los riñones, una condición llamada reflujo, aumentando así el riesgo de insuficiencia renal.

P: ¿Todos hacen el mismo tipo de control de la vejiga?

No existe una forma "mejor" definitiva de dirigir la función de la vejiga después de una lesión de la médula espinal porque se basa en el individuo y sus necesidades únicas. Los efectos de la parálisis en el sistema urinario son diversos y a menudo están relacionados con el nivel y el tipo de lesión. Cada individuo debe trabajar con su equipo de atención médica para desarrollar un plan eficaz que tenga en cuenta los aspectos específicos de la lesión, el nivel de capacidad funcional, el estilo de vida y las actividades, y el grado y la habilidad de prestar apoyo.

P: ¿Qué es una vejiga neurogénica, espástica y flácida?

La vejiga neurogénica es un término que se usa para describir las complicaciones urinarias de la parálisis. Dos efectos del trauma espinal en la vejiga neurogénica son la vejiga espástica y la vejiga flácida. Con una vejiga espástica, la vejiga se vacía sin previo aviso y fuera de control consciente. También llamada vejiga refleja o vejiga hiperactiva, la vejiga espástica es más común en lesiones a nivel T12 o más. En contraste, la vejiga flácida ocurre cuando los reflejos de los músculos de la vejiga son lentos o ausentes, así que usted no se siente cuando la vejiga está llena. También llamada vejiga no refleja o vejiga floja, la vejiga flácida aumenta el riesgo de distensión de la vejiga e infección y ocurre típicamente en lesiones inferiores a T12.

Consideraciones para desarrollar su plan de control de la vejiga:

- ¿Cómo puede simplificar el control de la vejiga tanto como sea posible?
- ¿Cómo suministrará el cateterismo cuando no esté en casa?
- ¿Qué necesita para garantizar el menor riesgo posible de contaminación?
- ¿Cómo puede ajustar su horario o actividades con la necesidad de vaciar regularmente su vejiga?
- ¿Qué tipo de cateterismo debe tener en cuenta?

P: ¿Hay diferentes consideraciones sobre la vejiga para los hombres en comparación con las mujeres?

La orina pasa de la vejiga a través de la uretra y sale del cuerpo. En las mujeres, la uretra está justo por encima de la vagina, y esta localización puede dificultar que las

mujeres con movilidad limitada mantengan el área alrededor de un catéter limpia. Una opción quirúrgica llamada el procedimiento de Mitrofanoff puede ser beneficiosa para las mujeres, ya que construye un nuevo pasillo para la orina usando el apéndice o el intestino para permitir que el cateterismo se haga a través del abdomen. Dado que la uretra de un hombre está en el pene, se puede usar una opción de anular reflejo para comprimir una vejiga completa en un catéter de condón externo. Estos catéteres encajan como un condón alrededor del pene y se conectan a un tubo y bolsa de recogida. No existe un dispositivo de recogida externo eficaz para las mujeres. Los catéteres internos (catéteres Foley y suprapúbicos) pueden ser utilizados por hombres y mujeres.

P: ¿Cuáles son algunos de los tipos de catéteres utilizados en el control de la vejiga?

Hay varios tipos diferentes de catéteres disponibles, incluidos catéteres de un solo uso y catéteres lubricados (a veces llamados catéteres hidrófilos) para satisfacer las capacidades y necesidades individuales. Los tres métodos más comunes de vaciado de la vejiga son el cateterismo intermitente (CI), un catéter permanente (suprapúbico o Foley) y un catéter de condón externo para hombres. La mayoría de las personas con lesión de la médula espinal comienzan a usar un cateterismo intermitente que implica insertar un catéter en la uretra para drenar la vejiga en un horario regular (típicamente cada 4 a 6 horas o así) y luego se retira. Un catéter permanente o Foley permanece en su lugar en la uretra para drenar continuamente la orina que se recoge en una bolsa externa. Para los hombres, los catéteres externos de Texas o los catéteres de condón son una opción, junto con un método de recolección externo, como una bolsa para piernas.

P: ¿Cuáles son algunas opciones y cómo elegir lo que funciona mejor para usted?

La mayoría de las personas necesitan probar diferentes enfoques para encontrar el método que funciona dependiendo de su nivel de lesión y si es una vejiga espástica o flácida. Al considerar sus opciones, piense en un plan que incluya facilidad de uso, conveniencia, discreción y bienestar psicológico, así como un menor riesgo de infecciones, complicaciones y accidentes de la vejiga. Además de los métodos de cateterismo mencionados anteriormente, hay varias alternativas quirúrgicas, incluyendo el procedimiento de Mitrofanoff (construye un nuevo pasillo para la orina usando el apéndice o el intestino), aumento de la vejiga (utiliza tejido de los intestinos para ampliar la capacidad de la vejiga), u ostomía (crea una abertura quirúrgica para drenar la orina en una bolsa plástica), y la esfinterotomía (debilita el cuello de la vejiga y el músculo del esfínter para permitir que la orina fluya más fácilmente).

P: ¿Cómo se determina si tiene una infección del tracto urinario (ITU) y cuál es el mejor protocolo para seguir para el tratamiento?

Incluso con un programa regular de manejo de la vejiga y métodos de prevención adecuados, el riesgo sigue siendo de infección del tracto urinario (ITU). Algunos de los síntomas de la ITU son orina turbia, olorosa, fiebre, escalofríos, náuseas, dolor de cabeza, espasmos incrementados, ardor al orinar y disreflexia autonómica (AD). Para diagnosticar una ITU, su proveedor de atención médica recogerá orina para un análisis de orina y un cultivo. Se debe hacer un cultivo para identificar el antibiótico más sensible para su caso, minimizando así la resistencia a los antibióticos. Dado que es común tener bacterias colonizadas en la vejiga cuando se usa un catéter, no se recomiendan antibióticos a menos que tenga fiebre o los síntomas estén limitando las actividades normales. La atención médica continua y los chequeos regulares con un examen completo del (TU) son esenciales para cualquier persona con una LME.

Fuentes: *Craig Hospital, Model Systems Knowledge Translation Center, Christopher & Dana Reeve Foundation, Folleto sobre el Control de la vejiga*

¿Necesita hablar con alguien?

Nuestros especialistas en información están disponibles para responder a sus preguntas. Llame al 1-800-539-7309 línea gratuita en los EE. UU./ 973-379-2690 (internacional) de lunes a viernes o haga una pregunta en línea en:

<https://christopherreeve.org/Pregunte>

Recursos sobre para el control de la vejiga:

En español:

Fundación de Christopher & Dana Reeve: Folleto Control de la vejiga

https://s3.amazonaws.com/reeve-assets-production/Bladder-Mgmt-Brochure_Spanish.pdf

Disponible para descarga gratuita o llame a un especialista en información para obtener una copia impresa al 800-539-7309.

Craig Hospital – Opciones para el control de la vejiga

<https://craighospital.org/es/resources/opciones-para-el-control-de-la-vejiga>

Fundación de la Asociación Urológica Americana

https://www.urologyhealth.org/educational-resources?topic_area=&language=1057%7C&product_format=466%7C

1000 Corporate Boulevard

Linthicum, MD 21090

Teléfono: 410-689-3700, 1-800-828-7866

Correo electrónico: info@urologycarefoundation.org

La Fundación AUA proporciona información al paciente y un centro de recursos.

MedlinePlus: Sondas vesicales

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003981.htm>

Información sobre diversos tipos de catéteres urinarios.

Centro de traducción de conocimientos de sistemas modelo: Opciones de manejo de la vejiga después de la LME

<https://msktc.org/sci/factsheets/bladderhealth>

Seleccione el idioma en la opción a la derecha

Centro Nacional de Información sobre enfermedades urológicas

<https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/enfermedades-urológicas>

El Centro Nacional de Información sobre Enfermedades urológicas y renales (Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Urólogas) ofrece una visión general del sistema urinario (también disponible como PDF imprimible) y enlaces a otras organizaciones que pueden proporcionar información adicional.

Red de Información sobre lesiones espinales

<https://www.uab.edu/medicine/sci/daily-living/managing-personal-health/secondary-medical-conditions/bladder-a-kidneys>

(Seleccione información en español a la derecha)

La Red de Información sobre lesiones de la médula espinal enumera varios recursos relacionados con la función de la vejiga, incluyendo hojas informativas, artículos y foros.

Cáncer de vejiga:

Instituto Nacional del cáncer-Versión para pacientes

<https://es.oncolink.org/cancers/urinary-tract/bladder-cancer>

(Opción en español)

Onco Link (Centro Oncológico Abramson de la Universidad de Pennsylvania): Cáncer de vejiga

En inglés:

Veteranos Paralizados de América: Manejo de la vejiga para adultos con lesión de la médula espinal—una Guía de práctica Clínica para profesionales de la Salud

<https://pva.org/>

Se puede descargar de forma gratuita desde el sitio web de PVA

Fundación Vejiga e Intestino

<https://www.bladderandbowel.org>

Bladder and Bowel Community

Forward House

17 High Street

Henley-in-Arden

B95 5AA

Correo electrónico: help@bladderandbowel.org

Ofrece apoyo e información a las personas que viven con disfunción intestinal o vesical.

Gobierno de Australia Occidental: Solución de problemas para el catéter
https://www.healthywa.wa.gov.au/Articles/S_T/Troubleshooting-for-your-catheter
Consejos sobre cómo tratar los problemas que puede encontrar al usar catéteres.

Asociación de Esclerosis múltiple de América: Disfunción de la vejiga
<http://mymsaa.org/ms-information/symptoms/bladder-dysfunction/>

Sistema Regional de lesiones de la médula espinal del Noroeste, Facultad de Medicina de la Universidad de Washington, Medicina de Rehabilitación
http://sci.washington.edu/about_us/index.asp

La Facultad de Medicina de la Universidad de Washington/Departamento de Medicina de Rehabilitación ofrece detalles sobre el manejo de la vejiga, incluyendo folletos descargables, informes y videos.

Manejo de la vejiga
<http://sci.washington.edu/info/pamphlets/bladder.asp>

Infecciones del tracto urinario: Cateterismo intermitente
http://sci.washington.edu/info/pamphlets/uti_1.asp

Infecciones del tracto urinario: Catéter de implantación (Foley)
http://sci.washington.edu/info/pamphlets/uti_2.asp

Manejo de los problemas urinarios causados por lesión de la médula espinal (vídeo, 65 minutos)
http://sci.washington.edu/info/forums/reports/urinary_problems.asp

Terapia de Baclofeno intratecal para espasticidad (vídeo, 85 minutos)
http://sci.washington.edu/info/forums/reports/intrathecal_baclofen.asp

Sociedad de Enfermeras y asociados urológicos: Guías de práctica clínica: Cateterismo intermitente limpio para adultos
<http://www.suna.org/resources/adultCICGuide.pdf>

Great Ormond Street Hospital for Children (Reino Unido) - Aumento de la vejiga y Mitrofanoff
<https://www.gosh.nhs.uk/medical-information/procedures-and-treatments/bladder-augmentation-and-mitrofanoff>

La información en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este mensaje.

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL), del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los Estados Unidos, como parte de un premio de asistencia financiera por un total de 10 000 000 dólares, financiado en un 100 por ciento por la ACL/HHS. El contenido es de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de la ACL/HHS o del Gobierno de los Estados Unidos, ni su respaldo.