

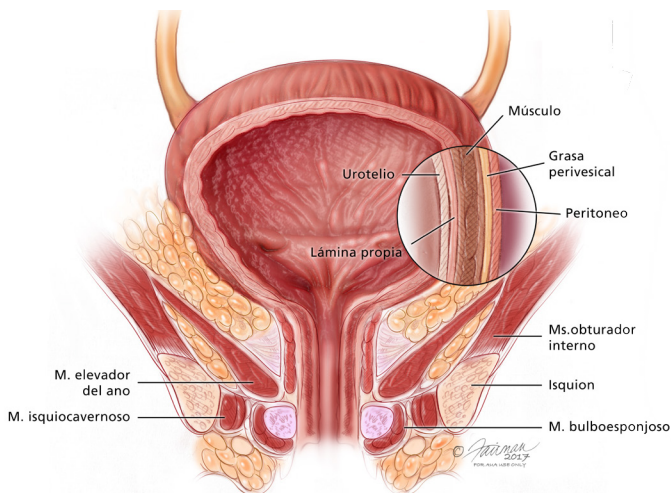
# Incontinencia urinaria de esfuerzo

## Tratamiento en el varón

### ¿Qué es la incontinencia urinaria de esfuerzo?

La incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE) es la salida involuntaria de orina causada por un aumento súbito de presión en la vejiga y en la uretra. Este aumento de presión puede superar la presión de cierre de los músculos del esfínter o causar que el esfínter se abra brevemente, lo que permite que salga la orina. Si la IUE es moderada, la presión puede venir de esfuerzos repentinos, como entrenos, estornudos, reír a carcajadas o toser. Cuando la IUE es más severa puede aparecer con esfuerzos menores, como estar de pie, caminar o agacharse. Estos escapes accidentales pueden ser de pocas gotas o ser suficiente para mojar toda la ropa.

### Músculos del suelo de la pelvis y vejiga en el varón



### Tipos de incontinencia

La incontinencia es la pérdida involuntaria de orina. Hay tres tipos:

- **Incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE):** pérdida de orina sin control al toser, estornudar o reír.
- **Incontinencia urinaria de urgencia (IUU) o Vejiga hiperactiva (VH):** Deseo repentino e incontrolable de orinar, que se puede acompañar de escape.
- **Incontinencia urinaria mixta:** una combinación de las anteriores.

### ¿Cuáles son las causas de IUE?

Los factores de riesgo más frecuentes para IUE son:

- Daño neurológico en la espalda baja
- Cirugía pélvica o prostática
- Fumar (ya que provoca tos crónica)
- Tos crónica
- Sobrepeso

### ¿Cuáles son los síntomas de IUE?

El síntoma principal de IUE es la pérdida de orina durante cualquier acción que aumente la presión en el abdomen. Estos escapes pueden ir de pocas gotas a grandes cantidades, suficientes para traspasar la ropa. Si la IUE es moderada puede aparecer durante el ejercicio físico, estornudos, risa o tos. Si la IUE es más severa, puede haber escape solo con estar de pie, caminar o agacharse.



# Incontinencia urinaria de esfuerzo

## Tratamiento en el varón

### ¿Cómo se trata la IUE?

**Cambios en el estilo de vida y absorbentes:** Algunos cambios en el estilo de vida pueden mejorar los síntomas de la IUE. Bajar algo de peso, dejar de fumar, y en general tener hábitos saludables. Los ejercicios de suelo pélvico (Kegel), el entrenamiento vesical, la micción programada y el uso de absorbentes pueden ayudar.

**Fármacos:** No hay fármacos aprobados en los EEUU para tratar la IUE en este momento. Si usted tiene IU mixta, su médico/a puede proponerle fármacos para la VH. Esto no va a solucionar su IUE, solo los síntomas de VH.

**Tratamiento quirúrgico:** Si la cirugía es necesaria, hay varias opciones. Infórmese sobre los riesgos y beneficios que puede esperar durante y tras la cirugía antes de decidirse. Busque un/a urólogo/a con experiencia en la cirugía de la IUE.

- **Malla (sling):** Una malla se puede usar para el manejo de IUE moderada. Funciona como una hamaca que eleva o refuerza la uretra y la musculatura esfinteriana. Las mallas están hechas de material quirúrgico. Este tipo de mallas se colocan a través de una incisión en el periné (entre los testículos y el ano). Este tipo de mallas no es tan efectivo en hombres que han recibido radioterapia o que tienen una IUE muy severa.
- **Esfínter artificial:** El esfínter artificial es la cirugía con mayor tasa de éxito para la corrección de IUE en varones. Esta cirugía consiste en la colocación de un dispositivo formado por tres componentes: (1) un manguito lleno de líquido (el propio esfínter) colocado alrededor de la uretra; (2) un globo lleno de líquido dentro de su abdomen para regular la presión; (3) una bomba que usted controlará colocada dentro del escroto. La bomba permite el paso del líquido del manguito al globo, permitiendo que la uretra se abra y salga la orina. Después el manguito se vuelve a llenar de líquido y cierra la uretra, impidiendo los escapes.

### ¿Qué pasa tras el tratamiento?

El objetivo de cualquier tratamiento para la IUE es mejorar su calidad de vida. En la mayor parte de los casos, las cirugías, combinadas con cambios en el estilo de vida, funcionan. Se pueden realizar ejercicios de Kegel diarios para mantener la musculatura del suelo pélvico fuerte. Pero si aún así tiene incontinencia urinaria, comente con su doctor/a la existencia de otras alternativas.

### Acerca de la Fundación Urology Care

La Urology Care Foundation es la principal fundación urológica a nivel mundial y es la fundación oficial de la Asociación Americana de Urología (AUA). Brindamos información para quienes manejan activamente su salud urológica y quienes están listos para realizar cambios en su salud. Nuestra información se basa en los materiales de la Asociación Americana de Urología, la cual es revisada por médicos especialistas. Para más información, visite el sitio web de la Urology Care Foundation, **UrologyHealth.org/UrologicConditions** o consulte **UrologyHealth.org/FindAUrologist** para encontrar un médico cerca suyo.

### Declaración de Responsabilidad

Esta información no es una herramienta para el autodiagnóstico ni un sustituto de un consejo médico profesional. No debe utilizarse ni depender de ella para dicho propósito. Por favor, converse con su urólogo o médico sobre sus inquietudes de salud. Consulte siempre a un médico antes de comenzar o suspender cualquier tratamiento, incluidos los medicamentos. Para obtener copias de materiales impresos sobre el cáncer de vejiga no músculo invasivo y otras afecciones urológicas, visite **UrologyHealth.org/Download** o llame al 800-828-7866.

