

Problemas de control de la vejiga en los niños

Lo que deben saber los padres

¿Qué son los problemas de control de la vejiga en los niños?

Los problemas de control de la vejiga describen una serie de problemas con la forma en que la vejiga retiene y libera la orina, lo que, a veces, puede resultar en accidentes de incontinencia urinaria. Esto también se denomina disfunción vesical o disfunción miccional.

Los recién nacidos y los niños pequeños sanos tienen un reflejo básico que provoca que orinen en cuanto se llena la vejiga. A medida que crecen los bebés, muchas cosas permiten que los niños logren controlar la micción. En primer lugar, la vejiga puede retener más orina con la edad. Para los dos o tres años, los niños logran controlar los músculos del esfínter y del suelo pélvico y pueden contener la orina hasta llegar al baño. A medida que madura el cerebro, los niños logran controlar la micción cada vez más. Para los siete años, el 90 % de los niños puede permanecer seco durante la noche.

Los accidentes de incontinencia urinaria de los niños en edad escolar pueden ser muy estresantes. Si no se tratan, también pueden provocar problemas vesicales y renales en la infancia tardía y en la edad adulta.

Tipos de problemas de control de la vejiga en los niños

Los niños en edad escolar con problemas de control de la vejiga pueden tener varios síntomas. Los problemas frecuentes suelen ser los siguientes:

- **Incontinencia urinaria durante el día:** control deficiente de la vejiga en los niños que han aprendido a ir al baño durante las horas de vigilia
- **Micción frecuente:** cuando un niño orina más de ocho veces durante las horas de vigilia
- **Incontinencia al reírse:** se escapa orina por accidente cuando se ríen
- **Vacilación:** problemas para comenzar o tardar demasiado tiempo en empezar a orinar

- **Maniobras de retención:** el niño hace cosas para evitar ir al baño
- **Micción infrecuente:** cuando un niño no orina lo suficiente (menos de tres veces durante las horas de vigilia)
- **Flujo de orina intermitente:** la orina sale despedida en ráfagas
- **Incontinencia posmicción:** poco después de ir al baño, se escapan algunas gotas de orina
- **Necesidad imperiosa:** una necesidad repentina e inesperada de orinar
- **Dificultad para orinar:** problemas para expulsar la orina
- **Chorro de orina débil:** el flujo de orina es débil o lento

¿Qué causa los problemas de control de la vejiga en los niños?

Con frecuencia, los problemas vesicales en los niños suceden a partir de una mala costumbre que puede modificarse con facilidad. Otras veces, puede haber un problema con el funcionamiento en conjunto de la vejiga y la uretra.

La constipación es una de las causas más comunes de los problemas de control de la vejiga en los niños. Esto puede suceder cuando un niño tiene menos de dos deposiciones por semana. Las heces son muy firmes, secas, pequeñas y difíciles de expulsar.

Hable con su médico si su hijo o hija tiene problemas de control de la vejiga. Hay esperanzas y existen muchas soluciones a largo plazo.



Problemas de control de la vejiga en los niños

Lo que deben saber los padres

¿Cómo se diagnostican los problemas de control de la vejiga en los niños?

Su equipo de atención médica (médico, enfermero practicante o asociado médico) le hará muchas preguntas sobre la salud de su hijo o hija. El equipo de atención médica le hará un examen físico para examinar el abdomen, la espalda y la zona genital. Es muy útil contarle a su hijo o hija de qué se trata este examen con anticipación. Durante la exploración, buscará signos físicos anormales que puedan provocar problemas de control de la vejiga.

Su equipo de atención médica también puede pedirle que tome nota de los hábitos de uso del baño, recoger una muestra de orina o recomendarle pruebas de imagen.

¿Cómo se trata el control de la vejiga en los niños?

El tratamiento de este problema en los niños suele ser exitoso. El primer paso es conocer el tipo de problema vesical que tiene su hijo o hija y la causa. Si se trata de:

Constipación: Ofrezca alimentos con alto contenido de fibra. Pruebe con comidas que incluyan mucha fruta, verduras y cereales integrales. Beber más agua también ayuda.

Micción infrecuente o necesidad imperiosa: Arme un plan puntual de uso del baño con micciones programadas. Ayude al niño a seguir el cronograma diario para ir al baño. El objetivo es volver a entrenar los músculos de la vejiga y del esfínter.

Micción frecuente o vejiga hiperactiva (OAB, por sus siglas en inglés): Consulte al médico de su hijo o hija sobre el uso de medicamentos para la OAB que ayuden a que la vejiga retenga más orina durante más tiempo.

Incontinencia al reírse: Consulte al médico de su hijo o hija sobre el uso de medicamentos útiles, como la oxibutinina o el metilfenidato (Ritalin).

Problemas con la forma en que se contrae la vejiga y se relaja el esfínter:

- Enseñe a su hijo o hija a realizar ejercicios para el suelo pélvico que fortalezcan la zona. El médico de su hijo o hija puede explicarle cómo hacer “movimientos rápidos” (contraer y relajar los músculos del esfínter y del suelo pélvico lo más rápido posible) y “ejercicios de Kegel” (apretar y relajar los músculos del suelo pélvico más lentamente cada día). Cuando se realizan muchas veces, estos movimientos pueden ayudar a fortalecer el suelo pélvico.

- Consulte al médico de su hijo o hija sobre el tratamiento de bioautorregulación. Puede realizarse en el consultorio del médico o del fisioterapeuta. Enseña a los niños cómo controlar los músculos del esfínter y del suelo pélvico.

Incontinencia posmicción: Pida a la niña que intente abrir más las piernas al orinar. Adelgazar también puede ser útil. En caso de adherencias labiales, una crema vaginal con estrógenos puede curar la zona.

¿Qué sucede después del tratamiento?

Es posible que algunos niños vuelvan a tener los hábitos antiguos y que sufran accidentes de incontinencia nuevamente. Intente volver a implementar los planes que sirvieron en primer lugar. A veces hace falta poner en práctica varios métodos a lo largo del tiempo.

Si su hijo o hija tiene estos problemas, le resultará muy útil hablarlo con su equipo de atención médica. Existen muchas soluciones a largo plazo, por lo que hay esperanzas.

Acerca de Urology Care Foundation

Urology Care Foundation es la principal fundación de salud urológica del mundo y la fundación oficial de la Asociación Estadounidense de Urología. Ofrecemos información a las personas que tratan activamente su salud urológica y a quienes están preparados para adoptar cambios saludables. Nuestra información se basa en los recursos de la Asociación Estadounidense de Urología y la revisan médicos especialistas. Para obtener más información, visite el sitio web de la Urology Care Foundation, UrologyHealth.org/UrologicConditions.

Descargo de responsabilidad:

Esta información no es una herramienta de autodiagnóstico ni constituye un sustituto para el asesoramiento médico profesional. No debe utilizarla ni depender de ella para dicho propósito. Hable con el urólogo o el prestador de atención médica respecto de las dudas que tenga sobre su salud. Consulte siempre al médico antes de comenzar o interrumpir los tratamientos, incluidos los medicamentos. Para obtener más información, visite UrologyHealth.org/Download o llame al +1-800-828-7866.

