



**UNIVERSIDAD
DEL SURESTE**

**"Pasión^{por}
educar"**

t

- Materia: ENFERMERIA GERONTOGERIATRICA
- Carrera: LIC. EN ENFERMERIA
- 6° Cuatrimestre
- Alumno: LOURDES GOMEZ RAMIREZ
- Catedrático/a: MORALES HERNANDEZ FELIPE ANTONIO



Incontinencia urinaria

La incontinencia urinaria consiste en la pérdida involuntaria de orina. Pérdida del control de la vejiga

La incontinencia urinaria es catalogada, por una gran mayoría, como un fenómeno normal asociado al envejecimiento.

Si bien ocurre con mayor frecuencia a medida que las personas envejecen, la incontinencia urinaria no es una consecuencia inevitable del envejecimiento.

Causas

La incontinencia urinaria se produce cuando la presión dentro de la vejiga es superior a la presión en la uretra. Este trastorno puede deberse a una hiperactividad del músculo detrusor.

- Problemas o daños neurológicos.
- Por una alteración del esfínter externo y de los músculos del suelo pélvico.
- Por el fallo del esfínter interno ante una relajación inapropiada o lesión orgánica.

Se clasifica

- incontinencia urinaria de esfuerzo
- incontinencia urinaria de urgencia
- incontinencia urinaria mixta,

Síntomas

La pérdida de orina al toser y estornudar, realizar actividades físicas o mantener relaciones sexuales. goteo de orina frecuente o constante debido a que la vejiga no se vacía por completo.

Diagnostico

Requiere una correcta historia clínica y exploración física, junto con algunas exploraciones complementarias.

Tratamiento

El tratamiento farmacológico es específico para cada tipo de incontinencia urinaria, utilizándose anticolinérgicos e inhibidores de la recaptación de serotonina.

Factores de riesgo

- Genero
- Edad
- Menopausia
- Hipoestrogenismo
- Raza
- Peso
- Histerectomía
- Antecedentes familiares
- Fumar

Prevención

- Mantener un peso saludable
- Practicar ejercicios del suelo pélvico
- Evitar alimentos que irriten la vejiga, como la cafeína, el alcohol y los alimentos ácidos
- Ingerir más fibra, que puede prevenir el estreñimiento, una causa de incontinencia urinaria
- No fumar o buscar ayuda para dejar de fumar

Complicaciones

- Trastornos de la piel
- Infecciones de la vías urinarias
- Impacto en la vida privada

Caídas

Se define cuando una persona aparece en el suelo o en un nivel inferior; en ocasiones, una parte del cuerpo golpea contra un objeto que interrumpe la caída.

Las caídas se definen como acontecimientos involuntarios que hacen perder el equilibrio y dar con el cuerpo en tierra u otra superficie firme que lo detenga.

Los Adultos Mayores son más propensos a sufrir caídas, siendo las causas más comunes la debilidad muscular, alteraciones en su caminar y equilibrio, enfermedades del corazón (como presión baja y alta)

Prevalencia

Las caídas son un importante problema mundial de salud pública. Se calcula que anualmente se producen 646 000 caídas mortales, lo que convierte a las caídas en la segunda causa mundial de muerte por lesiones no intencionales, por detrás de los traumatismos causados por el tránsito.

Consecuencias

- Inflamación
- Dolor en la zona del golpe, de leve a moderado
- Inflamación que limite el movimiento o el caminar
- Lesiones en la piel (raspón o moretón)
- Lesiones graves como fracturas y pérdida del conocimiento

Factores de riesgo

Ambos sexos corren el riesgo de sufrir caídas en todos los grupos de edad y todas las regiones.

- actividad laboral en las alturas y otras condiciones de trabajo peligrosas;
- consumo de alcohol y drogas;
- factores socioeconómicos
- trastornos como trastornos neurológicos, cardíacos u otras afecciones incapacitantes;
- efectos colaterales de los medicamentos, inactividad física y pérdida de equilibrio, sobre todo en las personas mayores;
- problemas cognitivos y visuales

Las caídas ponen en riesgo la independencia de los ancianos y causan una cascada de consecuencias individuales y socioeconómicas.

Complicaciones

Las caídas, en particular las repetidas, aumentan el riesgo de lesiones, hospitalizaciones y muertes, sobre todo en ancianos debilitados, con enfermedades preexistentes y dificultades para realizar las actividades de la vida cotidiana

Las complicaciones a largo plazo pueden incluir una reducción de la capacidad física, el miedo de caer y ser institucionalizado. Se informa que las caídas contribuyen con más del 40% de los ingresos en los asilos.

Prevención

- evaluación del domicilio y modificación del entorno en casos con factores de riesgo conocidos o antecedentes de caídas
- fortalecimiento muscular y ejercicios de equilibrio prescritos por profesionales sanitarios con formación adecuada