



- Materia: enfermería gerontogeriatrica.
- Carrera: Lic. Enfermería
- Semestre/ cuatrimestre: 6“c”
- Maestro/a: Felipe Antonio morales.
- Alumno: Sánchez espinosa Iván Julián.



1.7 INCONTINENCIA URINARIA

Concepto

La incontinencia urinaria es una enfermedad común con un impacto significativo en la salud y bienestar del anciano

Existen más de 200 millones de individuos en el mundo que tienen problemas asociados a la incontinencia urinaria.

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

Etiología

La incontinencia urinaria es un síndrome geriátrico con una etiología habitualmente multifactorial.

- Factores físicos
- Cognitivos
- Funcionales
- psicosociales

Contribuyen a un 32 perfil de riesgo para el grado de fragilidad y la posibilidad de presentar esta entidad

Tipos de incontinencia

Los 3 tipos principales de incontinencia urinaria son:

Incontinencia urinaria de esfuerzo. Ocurre durante ciertas actividades como toser, estornudar, reírse o hacer ejercicio.

Incontinencia imperiosa ocurre como resultado de una necesidad urgente y repentina de orinar inmediatamente.

Incontinencia por rebosamiento ocurre cuando la vejiga no se vacía completamente.

Causas

Las causas de incontinencia urinaria incluyen:

- Obstrucción en el aparato urinario
- Problemas neurológicos o cerebrales
- Demencia u otros problemas de salud mental
- Problemas con el aparato urinario
- Problemas musculares y nerviosos

1.8 CAÍDAS

Concepto

Una caída 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. Típicamente, un evento causado por un trastorno agudo.

Por ejemplo:

- un accidente cerebro vascular
- una convulsión

Etiología

El mayor factor predictor de una caída es el antecedente de otra caída.

Una caída suele ser el resultado de una interacción compleja entre los siguientes elementos:

- Factores intrínsecos
- Factores extrínsecos
- Factores situacionales

Prevención

Para prevenir cualquier tipo de accidente de las personas mayores es importante seguir las siguientes recomendaciones

Calzado: debe ser cómodo, ajustado y con suela de goma (antideslizante).
Dormitorio: incorporarse lentamente y permanecer sentado en la cama durante unos instantes antes de levantarse.

Cocina: no utilizar cuchillos muy afilados y cortar siempre sobre una tabla de cocina.
Aparatos eléctricos: no deben utilizarse en el baño.
Fumar: lo mejor es dejar de fumar.

Factores de riesgo

Factores de Riesgo No Modificables: Edad, sexo femenino, deterioro cognitivo, antecedente de ACV, historia previa de caídas o fracturas, hospitalización reciente.

Factores de Riesgo Potencialmente Modificables: Peligros ambientales, uso de Medicamentos, factores y enfermedades metabólicas, factores musculoesqueléticos.

Bibliografía

- Barrantes Monge, M., García Mayo, E. J., Gutiérrez Robledo, L.M., MJ., Dependencia funcional y enfermedades crónicas en ancianos mexicanos, *Salud Pública de México*, 2007; 49(sup 4):459- 466.
- Díaz-Venegas, C., De la Vega S., Wong, R., Transitions in activities of daily living in Mexico, 2001-2012, *Salud Pública de México*, 2015;57 Suppl 1:S54-61. 12. Mejía Arango, S.