



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
LIC. EN MEDICINA HUMANA**

**SEXTO SEMESTRE  
TERCER PARCIAL**

**MEDICINA PALIATIVA**

**RETENCIÓN URINARIA E INCONTINENCIA URINARIA**

**MAPA CONEPTUAL**

**DOCENTE: Dr. Horacio Muñoz Guillen**

**ALUMNA: Angélica Montserrat Mendoza Santos**

# RETENCIÓN URINARIA

La vejiga es un órgano que forma parte del sistema urinario. La orina se almacena en la vejiga hasta que es expulsada y vaciada del cuerpo.

A veces la vejiga no se vacía por completo. A esto se le llama retención urinaria o retención de orina

La orina podría quedar retenida si hay una obstrucción o estenosis (estrechamiento) en o alrededor de la vejiga, o cuando los músculos en o alrededor de la vejiga son débiles.

La retención urinaria puede ser aguda, es decir, una incapacidad repentina para orinar, o crónica, una incapacidad gradual para vaciar completamente la vejiga de la orina.

## SINTOMAS Y CAUSAS

Los síntomas de la retención urinaria pueden variar desde un fuerte dolor abdominal y la incapacidad para orinar hasta pocos o ningún síntoma

La retención urinaria puede ser el resultado de un bloqueo que impide parcial o totalmente el flujo de orina

O de que la vejiga no pueda mantener una fuerza lo suficientemente potente como para expulsar toda la orina.

## PREVENCIÓN

Fortalecer los músculos del piso pélvico y hacer buenas elecciones dietéticas, puede ayudar a mantener la vejiga lo más sana posible

## DIAGNOSTICO

Las pruebas incluyen medición de la orina residual posmicción, pruebas de laboratorio, pruebas de diagnóstico por la imagen, pruebas urodinámicas y cistoscopia.

## TRATAMIENTO

Los tratamientos para la retención urinaria podrían incluir drenaje de la vejiga, medicamentos, procedimientos o dispositivos médicos, cirugía y tratamientos de autocuidado.

# INCONTINENCIA URINARIA

La incontinencia urinaria es la pérdida del control de la vejiga o la incapacidad de controlar la micción. Es una afección común. Puede variar desde un problema menor hasta algo que afecta en gran medida su vida diaria.

## TIPOS

**Incontinencia de esfuerzo:** Ocurre cuando el estrés o la presión sobre la vejiga le hacen perder orina. Esto puede pasar al toser, estornudar, reír, levantar algo pesado o realizar actividad física

**Incontinencia de urgencia:** Ocurre cuando tiene una fuerte necesidad (urgencia) de orinar y algo de orina se escapa antes de que pueda llegar al baño

**Incontinencia por rebosamiento:** Ocurre cuando la vejiga no se vacía por completo. Esto hace que quede demasiada orina en la vejiga. Su vejiga se llena demasiado y pierde orina.

**Incontinencia funcional:** Ocurre cuando una discapacidad o mental, problemas para hablar o algún otro problema le impide llegar al baño a tiempo.

**Incontinencia mixta:** Significa que tiene más de un tipo de incontinencia. En general, es una combinación de incontinencia de esfuerzo y de urgencia

**Mojar la cama:** Es la pérdida de orina durante el sueño.

## FACTORES DE RIESGO

Tiene ciertos problemas de salud como:  
diabetes, obesidad o estreñimiento prolongado

Fumador

Tiene un defecto de nacimiento que afecta la estructura de su tracto urinario

## DIAGNÓSTICO

**Historia clínica:** Incluye preguntas sobre sus síntomas.

**Examen físico:** Puede incluir un examen rectal. Las mujeres también pueden hacerse un examen pélvico

Análisis de sangre y orina  
Pruebas de función de la vejiga

## TRATAMIENTO

**Hacer ejercicios para fortalecer los músculos del piso pélvico:** Unos músculos fuertes del piso pélvico retienen la orina mejor que músculos débiles. También llamados **ejercicios de Kegel**, estos ejercicios de fortalecimiento implican tensar y relajar los músculos que controlan el flujo de orina

**Cirugía para mantener la vejiga en su posición normal:** Esto se puede hacer con un cabestrillo que se fija al hueso púbico

**Aumentadores de volumen:** que se inyectan en el cuello de la vejiga y los tejidos de la uretra para engrosarlos. Esto ayuda a cerrar la abertura de la vejiga para que tenga menos fugas