



10 CIRUGÍA PARA CASOS DE INCONTINENCIA URINARIA EN LA MUJER

Muchas mujeres pierden orina o se mojan al toser, estornudar o hacer ejercicio (la llamada **incontinencia en momentos de actividad física**). Si bien existe una serie de tratamientos que se pueden seguir en primer lugar, hay casos de mujeres que tienen que someterse a una operación para resolver este problema.

¿QUÉ OCASIONA LA INCONTINENCIA URINARIA?

La incontinencia urinaria tiene su origen principalmente en daños ocasionados a los músculos pélvicos y a los tejidos que los sostienen.

El perineo está conformado por capas de músculo y otros tejidos. Estas capas se extienden como una hamaca alrededor de la vejiga y la vagina, desde el coxis en la parte posterior hasta el hueso púbico en la parte anterior. Los músculos pélvicos cumplen varias funciones, como las siguientes:

- ayudan a cerrar la vejiga, la vagina (conducto anterior) y el recto (conducto posterior); y
- ayudan a sostener la vejiga, el útero (vientre) y el intestino en la posición que les corresponde.

Usted puede aprender más sobre los músculos pélvicos leyendo el folleto “Una de cada tres mujeres que han dado a luz pierde orina involuntariamente”. La incontinencia urinaria se presenta al debilitarse los músculos pélvicos debido a:

- no ejercitar los músculos;
- el embarazo y el parto;
- el estreñimiento;
- el sobrepeso;
- el levantar peso excesivo;
- la tos prolongada (como la tos del fumador o el asma); o
- el envejecimiento.

¿CÓMO SE PUEDE TRATAR LA INCONTINENCIA URINARIA?

Efectivamente la mayoría de las mujeres pueden controlar mejor su vejiga por medio de los ejercicios para los músculos pélvicos. Lea la explicación de los ejercicios en el folleto “Ejercicios para los músculos pélvicos de la mujer”. Su médico, fisioterapeuta o enfermera especializada en incontinencia también podrán ayudarle.



10 CIRUGÍA PARA CASOS DE INCONTINENCIA URINARIA EN LA MUJER

¿CUÁNDO SERÁ NECESARIA LA CIRUGÍA?

Se da el caso de que para unas cuantas mujeres los métodos más simples no ayudan a controlar la incontinencia urinaria, y el orinarse involuntariamente puede hacer difícil la vida cotidiana. En tales casos puede ser necesario realizar una intervención quirúrgica. **La cirugía nunca debe ser la primera opción.** Toda cirugía conlleva riesgos. Usted debe conversar con su cirujano sobre estos riesgos.

¿CUÁL ES LA CIRUGÍA MÁS COMÚN?

Ahora existen técnicas que permiten instalar cintas sintéticas en el organismo para reforzar el cuello de la vejiga. Estas cintas funcionan bien en 8 ó 9 casos de cada 10 en que la falta de apoyo para el cuello de la vejiga es la causa de la incontinencia urinaria. Este tipo de cirugía puede efectuarse bajo anestesia local o general. En la mayoría de los casos el paciente retorna a su hogar el mismo día.

¿CUÁLES SON LAS OTRAS OPCIONES?

La colposuspensión de Burch utiliza puntos de sutura colocados al interior para formar un cabestrillo bajo el cuello de la vejiga. Se puede efectuar por medio de la cirugía abierta o por laparoscopia (cirugía mínimamente invasiva).

También se puede aplicar agentes gelatinosos inyectables dentro y alrededor del cuello de la vejiga para robustecerla y así cierre mejor. Estos agentes gelatinosos no son tan efectivos ni duran por tanto tiempo como las otras cirugías, pero constituyen un procedimiento simple y la posibilidad de ocasionar problemas es menor. Como siempre, usted debe conversar con su doctor acerca de los riesgos de estos procedimientos quirúrgicos.

¿QUÉ HAY DE NUEVO?

La investigación sobre las formas de tratar la incontinencia nunca cesa. Pero solo el tiempo confirmará si los nuevos tratamientos que se están desarrollando serán efectivos.



10 CIRUGÍA PARA CASOS DE INCONTINENCIA URINARIA EN LA MUJER

¿QUÉ DEBE USTED PREGUNTARLE A SU CIRUJANO?

Antes de acceder a someterse a una operación quirúrgica, usted debe conversar abiertamente con su cirujano. Confeccione una lista de todo lo que desea preguntar. Entre otras cosas:

- la razón por la cual se eligió este tipo de cirugía en su caso;
- cuán efectiva será;
- detalles sobre este tipo de cirugía;
- qué tipo de problemas podrían surgir, tanto a corto como a largo plazo;
- qué cicatriz dejará la operación, y qué dolores sentirá;
- cuánto tiempo de licencia tendrá usted que solicitar en su trabajo;
- cuál será el costo; y
- cuánto tiempo durarán los efectos de la operación.

BUSQUE AYUDA

Usted no está sola. La incontinencia urinaria se puede curar o controlar de mejor manera bajo tratamiento.

Llame al servicio telefónico nacional de asistencia para casos de incontinencia y solicite ayuda de un experto (en inglés: Expert Advisors on the National Continence Helpline) sin costo alguno:

- información;
- consejos; y
- folletos.

LLAMADA GRATUITA * 1800 33 00 66 (de las 08:00 a las 20:00 horas, de lunes a viernes), o bien

Consulte este sitio de internet: www.bladderbowel.gov.au

El servicio telefónico de asistencia está financiado en el marco del programa Estrategia Nacional de Gestión de Planes contra la Incontinencia del gobierno federal (en inglés: Commonwealth Government's National Continence Management Strategy), y administrado por la fundación para la incontinencia de Australia (en inglés: Continence Foundation of Australia).

El servicio telefónico puede contratar un intérprete a través del servicio telefónico de interpretación (en inglés: "Telephone Interpreter Service", más conocido por su sigla inglesa TIS). Sírvase llamar al 13 14 50 de lunes a viernes y pida que lo comuniquen con el servicio telefónico de asistencia (en inglés: "Helpline").

Conozca cuáles son sus opciones para el tratamiento de la incontinencia urinaria.

* A los llamados desde teléfonos celulares se les aplican las tarifas normales.

