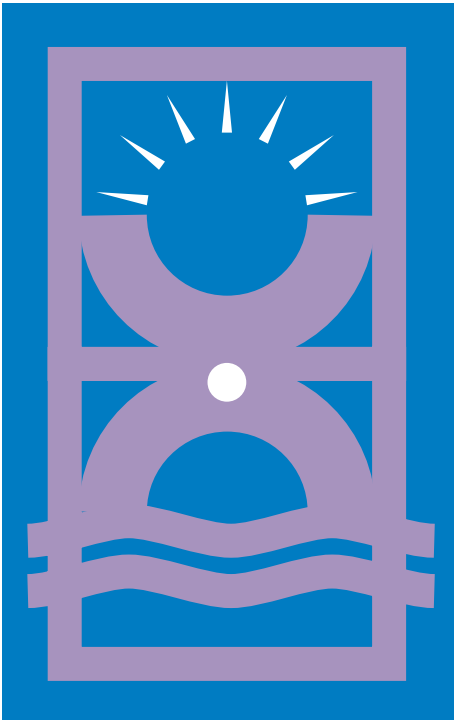




¿Qué es una evaluación de la continencia?



¿Qué es una evaluación de la continencia?

El presente folleto está destinado a ayudar a las personas que se van a hacer una evaluación de la continencia.

Para entender mejor lo referente a la incontinencia (incapacidad de controlar la salida de la orina o excrementos), usted debe leer los otros folletos en esta serie, en especial:

- La Incontinencia: Mitos y Hechos; y
- Entrenamiento de la Vejiga.

La evaluación de la continencia consiste en una entrevista y un examen físico realizados por un médico o trabajador/a de la salud con capacitación especial. Cuando vaya a hacerse la evaluación, le pedirán que se lleve a su casa una gráfica urinaria (ver el folleto de esta serie “Entrenamiento de la Vejiga”).

- Todo el mundo tiene derecho a una evaluación individual, la cual debe efectuarse de manera delicada, respetando la

privacidad de la persona y su derecho a rehusar atención.

Recuerde

Si usted es hombre y desea que sea un hombre quien haga su evaluación, hágalo saber cuando pida su cita o vaya a una clínica para hombres, si hay alguna en su zona.

Si es mujer y desea que su evaluación la haga una mujer, hágalo saber cuando pida su cita.

Muchos servicios pueden conseguir, si es necesario, un intérprete del mismo sexo, sin costo para usted. Averigüe en su servicio. (Vea el dorso del folleto respecto a más información sobre intérpretes). Puede hacerse acompañar de un familiar o amigo como apoyo, si eso le ayuda a sentirse más cómodo.

La evaluación

Le harán preguntas sobre su alimentación, peso, historia médica y salud en general. Le podrían también hacer preguntas que pueden parecer extrañas. La razón de esto es que la incontinencia es por lo general un síntoma de otra enfermedad, no una enfermedad en sí misma.

Algunas de las preguntas extrañas podrían ser:

- ¿Cuánto alcohol o cafeína toma usted? — esto es porque tomar mucho alcohol o bebidas con base de cafeína como el café y bebidas cola puede irritar la vejiga, como igualmente el comer grandes cantidades de chocolate.



What is a Continence Assessment

The National Continence Management Strategy
A Commonwealth Government Initiative

- ¿Sufre de estreñimiento? — no poder o tener dificultad para defecar.
- Si es mujer, le pueden preguntar si ha tenido hijos, y el tipo de parto que tuvo; tener un bebé puede dañar el control de la vejiga.
- ¿Está pasando por la menopausia? Los cambios hormonales pueden empeorar la incontinencia.
- ¿Está tomando algún medicamento? Los medicamentos pueden tener un efecto mayor sobre las funciones urinarias e intestinales.

Advertencia sobre la diabetes

Si siempre siente sed y tiene que orinar muy a menudo, dígaselo al médico o trabajador/a de la salud. Es importante que se haga un examen para asegurarse de que el problema no se debe a la diabetes (azúcar en la sangre).

El diagnóstico

Lo hará un médico o un trabajador de la salud con capacitación especial después de haberle entrevistado, realizado un examen físico y recibido los resultados de cualquier otro examen que se haya requerido. Esta información es necesaria, ya que indicará ciertas áreas o afecciones que puede ser necesario examinar con más profundidad, como también cuáles tratamientos serían de mayor ayuda.

A continuación se enumeran algunos de los elementos que puede usar el trabajador de la salud, asesor de continencia o el médico.

1. Un gráfico de la vejiga para registrar las veces que usted va al baño, cuánta orina elimina y cuánta pérdida hay antes de ir al baño. Esto puede mostrar la severidad de la incontinencia que usted sufre.
2. Una prueba de orina residual para determinar si su vejiga se está vaciando correctamente. Es una prueba para medir lo que queda en la vejiga después que usted hace una tentativa normal de vaciar su vejiga. Se efectúa mediante ultrasonido y es un procedimiento indoloro.
3. Un examen físico, en el cual se examina la vejiga externamente, y luego un examen interno vaginal o rectal, si es necesario y si usted da su autorización. En la mayoría de los casos el trabajador de la salud utilizará las manos para el examen. No se usan instrumentos.

Un examen interno determina:

- a) la fuerza de los músculos pélvicos;
- b) prolapsos;
- c) aumento de tamaño de la próstata ;
- d) señales de cáncer.



4. Es posible que se tome una muestra de orina y se envíe a un laboratorio patológico para análisis. Esto podría identificar cualquier infección a las vías urinarias e indicar la medicación o tratamiento más apropiados.
5. Si la próstata de un hombre se ha agrandado y el médico está preocupado después de hacerle un examen de orina, puede solicitar un examen de sangre, el cual puede identificar si la próstata tiene una enfermedad maligna.
6. Urodinámica — ésta es una prueba especial donde la vejiga se llena de agua. Luego se mide la presión en la vejiga. Se le pedirá que tosa y haga fuerzas, y que se lave las manos con agua fría para determinar exactamente cuál es el problema con su vejiga. Si “pierde orina” durante la prueba, no se sienta avergonzado. Lo que sale es sólo agua y sabremos entonces cuál es el problema. Le pedirán que orine en un inodoro especial para ver si la vejiga se vacía correctamente. Esta prueba tiene una duración de 20 minutos. No es en absoluto dolorosa, pero podría sentir una sensación extraña. Debe tomar bastante agua inmediatamente después de la prueba para purgar su vejiga.
7. Ultrasonido. Durante la prueba urodinámica podría hacerse un examen con ultrasonido para obtener más información sobre el funcionamiento de su vejiga. Este examen toma una fotografía de su vejiga y no es incómodo. La sonda del ultrasonido se coloca debajo de donde sale su orina y le pedirán que tosa y haga fuerzas. Tiene una duración de sólo 5 minutos.

Recuerde

Sin importar cuál tipo de prueba el trabajador de la salud, asesor de continencia o médico le sugiere que se haga, usted tiene el derecho de preguntar por qué están recomendando que se haga esa prueba. Se le indicará lo que se requiere de su parte si se la hace, cómo se efectuará la prueba, si es interna o externa, qué instrumentos se usarán si se usa alguno, y quién se la va a hacer.



¿Quiénes pueden ayudar?

- Su médico.
- La National Continence Helpline, llamada gratuita **1800 33 00 66**. (Se pueden conseguir intérpretes telefónicos.)
- Su trabajador comunitario o de la salud, o fisioterapeuta.
- Asesores especiales sobre incontinencia en los hospitales, centros comunitarios de salud, clínicas de continencia o en los Centros de Recursos o Sucursales de la Continence Foundation of Australia.

Intérpretes. Algunos servicios pueden conseguir un intérprete (del mismo sexo, si lo prefiere), sin costo para usted. Averigüe en su servicio.

Los servicios de intérpretes telefónicos son más baratos y a menudo están disponibles inmediatamente. Por ejemplo, la Línea de Prioridad para Médicos del Servicio de Interpretación y Traducción (TIS) provee un servicio gratuito a los médicos que atienden en su consulta privada para que hablen con los pacientes con escaso conocimiento del idioma inglés. Su médico puede solicitar este servicio llamando al 1300 131 450.

Puede obtener más información en estos otros folletos de esta serie:

- La Incontinencia Urinaria. ¿En qué consiste?
- Buenos Hábitos de la Vejiga para Todos
- Entrenamiento de la Vejiga
- Ejercicios del Piso Pélvico para Hombres
- Ejercicios del Piso Pélvico para Mujeres
- La Demencia y la Incontinencia Urinaria
- El Estreñimiento y la Incontinencia Urinaria
- Problemas a la Vejiga y la Próstata
- Productos de Ayuda y Dispositivos para la Incontinencia
- La Incontinencia: Mitos y Hechos
- Lista de las Diez Preguntas más Frecuentes
- Una de cada tres mujeres que ha tenido alguna vez un bebé se orina
- La Incontinencia Fecal
- Cirugía para la Incontinencia de Esfuerzo en las Mujeres

