

## **Incontinencia urinaria** [1]

Esta sección ha sido revisada y aprobada por la [Junta editorial de Cancer.Net](#) [2], 02/2013

Algunos tipos de cáncer y tratamientos contra el cáncer pueden provocar incontinencia, la incapacidad de controlar la micción. La incontinencia, que puede producirse en hombres o mujeres, puede ser a corto plazo (temporal) o a largo plazo (permanente). Existen diferentes tipos de incontinencia, que van de leves a graves.

- La incontinencia de esfuerzo puede hacer que una persona tenga pérdidas de orina durante determinadas actividades, como toser, reírse, estornudar o hacer ejercicio.
- La incontinencia por rebosamiento significa que lleva mucho tiempo orinar y que hay un chorrito de orina.
- La incontinencia imperiosa es una necesidad repentina y urgente de orinar.
- La incontinencia continua es la pérdida de toda capacidad de controlar la micción.

Debido a que la incontinencia puede provocar molestias o afectar su calidad de vida, es importante que hable con su equipo de atención médica sobre cómo tratar o manejar esta afección. Una parte importante de la atención y el tratamiento del cáncer es aliviar los efectos secundarios, lo que también se denomina [?manejo de los síntomas?](#), [?cuidados paliativos?](#) [3] o [?atención de apoyo?](#).

### **Causas**

Después de que la orina se forma en los riñones, fluye hacia la vejiga, un órgano hueco similar a un globo. Desde la vejiga, la orina fluye hacia abajo por un tubo denominado [?uretra?](#) y sale del cuerpo. Los músculos del esfínter (que actúan como una válvula que retiene la orina o la libera) trabajan junto con los nervios que transmiten señales a estos y a la vejiga para controlar la micción. Algunos tipos de cáncer y tratamientos contra el cáncer pueden dañar o cambiar estos músculos y nervios, o pueden provocar otros cambios en el cuerpo que ocasionen incontinencia.

Los tipos de cáncer que pueden producir un mayor riesgo de incontinencia incluyen los siguientes:

- cáncer en la región pélvica o cerca de esta (el área del cuerpo que sostiene la vejiga y los órganos reproductores), como el cáncer de próstata, colon, recto, uretra y vejiga, así como los tipos de cáncer ginecológicos (cáncer que afecta el sistema reproductor de una mujer), como el cáncer de cuello uterino y el cáncer uterino;

- cáncer de cerebro o de la médula espinal, que puede afectar los nervios que ayudan a controlar la vejiga o los músculos pélvicos;
- cáncer de pulmón o esófago, que puede provocar tos crónica que causa un esfuerzo en la vejiga;
- cáncer de mama, que puede provocar cambios hormonales que secan la uretra.

Los tratamientos contra el cáncer que pueden producir un mayor riesgo de incontinencia incluyen los siguientes:

- radiación [4] en el área pélvica, que puede irritar la vejiga;
- quimioterapia [5], ya que puede provocar daño a los nervios, vómitos (que tensan los músculos que controlan la micción) o pérdida de hormonas;
- cirugía [6] en el área pélvica, que puede dañar los músculos o los nervios que ayudan a controlar la micción;
- trasplante de médula ósea/células madre [7] con quimioterapia de dosis alta, ya que puede provocar vómitos e inflamación de la vejiga;
- terapias hormonales, que pueden secar la uretra.

## Diagnóstico

Si nota que tiene problemas para controlar la vejiga, su equipo de atención médica trabajará con usted para determinar la causa. Los métodos de evaluación incluyen los siguientes:

- un diario de la vejiga, en el que llevará un registro de distintos aspectos, como cuándo orina, con qué frecuencia y qué cantidad;
- análisis de orina para detectar signos de infección u otras causas;
- una prueba de esfuerzo, en la que se le pide que tosa lo más fuerte posible con la vejiga llena;
- técnicas que miden la presión en la vejiga y el flujo miccional;
- ecografía [8] (en inglés; una prueba que emplea ondas sonoras de alta frecuencia para crear una imagen de la vejiga y de otras partes del cuerpo que ayudan a controlar la micción);
- cistoscopia (una cámara diminuta que se introduce en la vejiga);
- cistograma (una radiografía de la vejiga).

## Tratamiento

La incontinencia suele ser tratable. La manera en que se la trata depende del factor que la provocó, el tipo, la duración y la gravedad. A menudo se utiliza una combinación de tratamientos, incluidos los siguientes:

- técnicas conductuales, como entrenamiento de la vejiga, que incluye aprender a retrasar la micción después de tener la urgencia de orinar, programar idas al baño, manejo de la alimentación y el consumo de líquido, y biorretroalimentación (dispositivos de medición que le ayudan a tener control sobre los músculos que retienen la orina);
- fisioterapia, que incluye ejercicios de Kegel (un ejercicio que fortalece los músculos utilizados para retener la orina) y estimulación eléctrica;
- medicamentos, como la oxibutinina (Ditropan, Ditropan XL) y la tolterodina (Detrol, Detrol LA)

- o los antidepresivos imipramina (Tofranil) y duloxetina (Cymbalta);
- dispositivos médicos, como un dispositivo uretral (un tapón que se introduce en la uretra) o un pesario (un anillo rígido que se coloca en la vagina de una mujer para ayudarle a sostener los músculos de la vejiga);
- inyecciones de colágeno en el cuello de la vejiga para reducir las pérdidas;
- estrógeno (un tipo de hormona) aplicado a la uretra o al tejido vaginal (en el caso de las mujeres);
- cirugía para introducir un esfínter urinario artificial o para crear una "eslinga" alrededor del cuello de la vejiga y de la uretra, a fin de mantenerlas cerradas;
- cateterismo, un procedimiento en el cual se introduce un tubo a través de la uretra y en la vejiga para drenar la orina.

## Control

Si usted tiene incontinencia, los siguientes métodos y consejos pueden ayudar a manejarla:

- Limite la cantidad de líquido que bebe, en particular, el café y el alcohol.
- Orine antes de ir a dormir y antes de realizar una actividad extenuante.
- Use una almohadilla absorbente dentro de su ropa interior. Puede comprar almohadillas en una despensa o farmacia locales.
- Pierda el exceso de peso, ya que este puede ejercer presión en la vejiga y los músculos que la sostienen.
- Siga un cronograma de micción.
- Evite los alimentos que puedan irritar la vejiga, incluidos los productos lácteos, las frutas cítricas, el azúcar, el chocolate, los refrescos, el té y los vinagres.
- Deje de fumar. La nicotina puede irritar la vejiga y provocar tos excesiva.
- Obtenga apoyo. La incontinencia es común, de modo que no sienta vergüenza de hablar al respecto con su equipo de atención médica o con un grupo de apoyo.

## Más información

[Después del tratamiento para el cáncer de próstata: control de los efectos secundarios \[9\] \(en inglés\)](#)

[Control de los efectos secundarios \[10\]](#)

---

### Links:

- [1] <http://www.cancer.net/node/29416>
- [2] <http://www.cancer.net/about-us>
- [3] <http://www.cancer.net/node/18376>
- [4] <http://www.cancer.net/node/18407>
- [5] <http://www.cancer.net/node/18406>
- [6] <http://www.cancer.net/node/18404>
- [7] <http://www.cancer.net/node/18403>
- [8] <http://www.cancer.net/node/24714>
- [9] <http://www.cancer.net/node/24373>
- [10] <http://www.cancer.net/node/25911>