Printed September 1, 2014 from http://www.cancer.net/node/29416

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 perdida 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