

SPANISH VERSION

Incontinencia Urinaria/Pérdidas de Orina



¿Es normal tener pérdidas de orina después de tener un bebé? He tenido hijos y ahora tengo un poco de pérdidas de orina pero simplemente es parte de ser madre, ¿no?

DATO:

1 de cada 3 mujeres que han tenido hijos van a experimentar incontinencia urinaria o pérdidas de orina (Commonwealth de Australia, Departamento de datos de Salud). La incontinencia se puede tratar, y en muchos casos, curar.

He visto los anuncios, ¿es usar compresas/toallas la mejor opción para la incontinencia?

DATO:

Con la correcta evaluación y plan de tratamiento, la incontinencia se puede curar o reducir significativamente. Cuando la continencia completa no se ha conseguido o la mujer elige optar por tratamiento médico o cirugía, entonces el uso de compresas/toallas es una opción.



He intentado los ejercicios de suelo pélvico (Kegel) pero sigo con pérdidas, me tendré que acostumbrar a las pérdidas, ¿verdad?

DATO:

El entrenamiento regular o intensivo con ejercicios del suelo pélvico (Kegel) pueden mejorar o curar la incontinencia. Es importante realizar los ejercicios correctamente y asegurarse de vez en cuando que continúa haciéndolos bien para conseguir el máximo beneficio.

IUGA

internati

¿Soy la única mujer con pérdidas de orina? Me da demasiada vergüenza preguntar a mis amigas.

DATO:

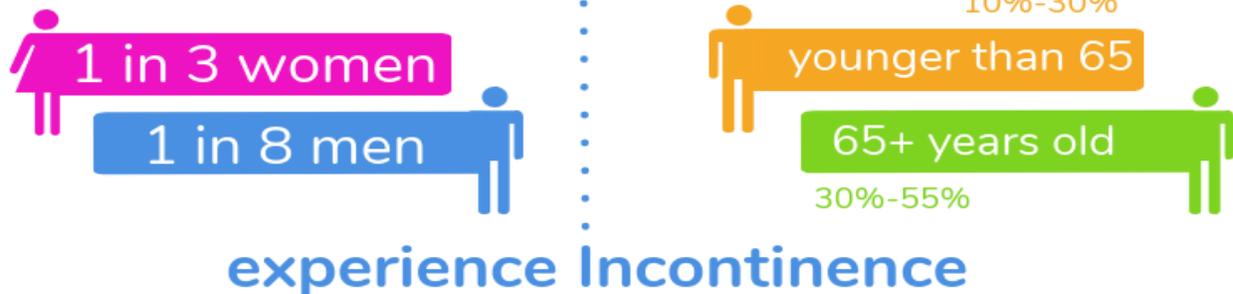
No eres la única. 1 de cada 3 mujeres tienen incontinencia y se pueden hacer muchas cosas para ayudarte.



More Than

400 million

People suffer from UI worldwide



Solo las mujeres mayores sufren pérdidas de orina, ¿verdad?

DATO:

La incontinencia no solo afecta a mujeres mayores. Hasta un tercio de mujeres menores de 65 años han experimentado alguna vez incontinencia.

Tengo 75 años. Soy demasiado mayor para tratar mi incontinencia.

DATO:

Nunca se es demasiado mayor para tratar la incontinencia. Hay diferentes formas de tratamiento disponibles para la incontinencia y mucho de ellos son simples y no invasivos.

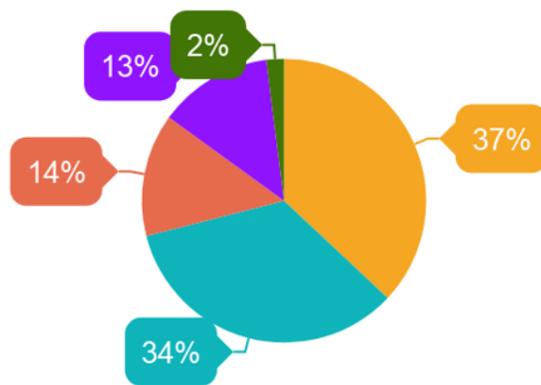




Tengo esta horrible sensación de tener que hacer pipí/chichí y no me puedo aguantar. ¿Qué es?

DATO:

A esto se le llama urgencia y forma parte de una condición conocida como Síndrome de Vejiga Hiperactiva. Hay diferentes formas efectivas de tratamiento para el Síndrome de Vejiga Hiperactiva.



- Emotional (37%)
- Social (34%)
- Family (14%)
- Work (13%)
- No Answer (2%)

Las personas que sufren incontinencia urinaria relatan cambios en estas áreas:

Emocional (37%) Social (34%) Familiar (14%) Trabajo (13%) Sin Respuesta (2%)

DATO:

Vivir con incontinencia urinaria puede afectar tu vida en muchos aspectos. Las personas que experimentan pérdidas de orina tienen peor autoestima y dificultades para disfrutar de la actividad física, mientras que en los ancianos es la causa más común de la pérdida de independencia.

Esta información está destinada a ser utilizada únicamente con fines educativos. No está destinado a ser utilizado para el diagnóstico o tratamiento de ninguna condición médica, que solo debe ser realizado por un médico calificado u otro profesional de la salud.