

RIESGO DE CAIDAS ASOCIADA A EPISODIOS DE INCONTINENCIA URINARIA

AUTORAS: Armenteros Martos A. B., Sánchez Moral M^a J. y García León, M^a J.



INTRODUCCIÓN

Incontinencia Urinaria (IU): Pérdida involuntaria de orina a través de la uretra, objetivamente demostrable ocasionando problemas sociales e higiénicos para el individuo.

En el baño → más riesgo de caídas ✗ necesidad urgente de llegar al retrete → 8% fracturas

OBJETIVOS

- ↓↓↓ Riesgo de caídas en personas mayores a la hora de tener que ir al baño ante situaciones de urgencia como es la IU.
- Determinar cuáles son las medidas preventivas para evitar dichos efectos y alcanzar niveles óptimos de seguridad.



METODOLOGÍA

Revisión sistemática de estudios de investigación sobre caídas en mayores y revisión bibliográfica: MEDLINE, PUBMED... (18 referencias utilizadas, destacamos 2)

PALABRAS CLAVE: Riesgo de caídas-Intervenciones-Caídas-Ancianos-IU-Barreras arquitectónicas

CONCLUSIÓN

Existen cambios en el envejecimiento que afectan a la IU y que predisponen a sufrir caídas. Por tanto,

↓↓ Caídas → aplicando Medidas Preventivas concretas

RESULTADOS

- Eliminar los obstáculos que limiten el acceso al baño (distancias largas, escalones, falta de iluminación).
- Utilizar retrete elevado o barandillas al lado de éste. Usar absorbentes, colectores... Orinales, cuñas...
- Al tener deseos urgentes de orinar, no correr, ir despacio y disminuirá la sensación de orinar.
- Ropa de apertura y cierre sencillos (elásticos, velcros...).
- Reducir consumo alcohol, café, té., no ingerir líquidos 2h antes de acostarse. Cambiar o reducir fármacos implicados.

BIBLIOGRAFÍA

1. Observatorio Nacional de la Incontinencia (ONI). Incontinencia urinaria. Disponible en: http://www.observatoriodelaincontinencia.es/incontinencia_urinaria.php
2. Verdejo C. El paciente con síndrome de incontinencia urinaria. En: Macías Núñez JF. Geriatria desde el principio. Barcelona; Glosa; 2005. p.191-203.

