

BOLETÍN DE PREVENCIÓN DE LA DDD | **INFECCIONES URINARIAS**

Una **infección urinaria (UTI, por sus siglas en inglés)** se produce cuando las bacterias, a menudo de la piel o el recto, entran en la uretra (un tubo donde la orina sale del cuerpo desde la vejiga) e infectan el tracto urinario. El tracto urinario incluye los riñones, los uréteres, la vejiga y la uretra. La infección puede afectar a varias partes del tracto urinario, pero el más común es la infección de la vejiga (cistitis). Las infecciones renales (pielonefritis) son otro tipo de UTI. Son menos frecuentes pero más graves que las infecciones de la vejiga.

Factores de riesgo y causas:

- Adultos mayores de 50 años
- Deshidratación
- Falta de higiene
- Sondas urinarias
- Actividad sexual
- Sistema inmune suprimido
- Uso de productos de incontinencia
- Problemas estructurales en el sistema urinario

**Señales y síntomas:**

- Orinar con frecuencia
- Olor fuerte de la orina
- Orina sanguinolenta y/o turbia
- Dolor o ardor al orinar
- Sensación de necesidad de orinar a pesar de tener la vejiga vacía
- Evitar orinar
- Nueva aparición de la incontinencia
- Llorar durante o justo después de orinar
- Cambios repentinos de comportamiento o confusión
- Aumento del tacto o picor en la zona genital



Los síntomas de la infección renal pueden ser diferentes e incluyen:

- Fiebre
- Escalofríos
- Náuseas y vómitos
- Dolor en la parte baja de la espalda o en el costado de la espalda

Comportamientos e UTIs en la población con I/DD:

- Los individuos con discapacidad intelectual tienden a tener un mayor riesgo de UTI en comparación con otras poblaciones.
- Estas personas suelen tener dificultades para expresar sus deseos y necesidades, lo que incluye dificultades para expresar que están experimentando malestar físico.
- Debido a la naturaleza dolorosa de una UTI, y a la dificultad para comunicarse, un individuo puede tener comportamientos desafiantes como la agresión, la destrucción de la propiedad o comportamientos autolesivos.
- Estos comportamientos pueden servir como medio para comunicar su malestar para atenuar el dolor.
- Cuando un individuo se involucra en nuevas conductas desafiantes, o niveles elevados de conductas desafiantes, es importante que se examinen las posibles causas médicas, como las infecciones de las vías urinarias.



Complicaciones

- Infecciones repetidas
- Daño renal permanente
- Estrechamiento uretral en los hombres
- Sepsis



¿Cuándo buscar atención médica?:

- Si hay presencia de fiebre
- Si los síntomas son graves o empeoran
- Si los síntomas no mejoran después de unos días
- Si hay síntomas de una infección renal presentes
- Tres o más infecciones del tracto urinario en 12 meses

Prevención:

- Manténgase bien hidratado: beber agua y líquidos ayuda a diluir la orina y orinar más a menudo, permitiendo que las bacterias sean eliminadas del tracto urinario antes de que pueda comenzar una infección.
- Orinar después de la actividad sexual
- Ducharse en lugar de bañarse
- Limpiarse de adelante hacia atrás para evitar la propagación de las bacterias del ano a la vagina y la uretra
- Mantener la zona genital limpia y seca
- Cambiar con frecuencia productos para la incontinencia o la ropa si se ensucia

