



Observatorio Nacional
de la Incontinencia

La Incontinencia Urinaria
en el varón

¿Qué es la Incontinencia Urinaria?

La Incontinencia Urinaria se define como “toda queja de pérdida involuntaria de orina”.

Cuando la Incontinencia Urinaria se produce involuntariamente en un momento y lugar no adecuados supone para la persona que lo sufre, un problema higiénico, social y psicológico.

¿Quién padece Incontinencia Urinaria?

Se calcula que en España la Incontinencia Urinaria afecta aproximadamente a **1,4 millones de hombres**, lo que equivale al **7% de la población española masculina**.

La prevalencia aumenta con la edad afectando a más del **50% de las personas mayores de 65 años**.

Es importante destacar que solo una pequeña proporción de personas con Incontinencia Urinaria buscan ayuda profesional para este problema.



Factores asociados con la Incontinencia Urinaria

Diversas circunstancias se asocian con la Incontinencia Urinaria y aumentan la probabilidad de padecerla o aumentan sus consecuencias.

Las causas más frecuentes en el varón son:

- **Patología médica de base** (previa): diabéticos, epilépticos, parkinson, infección de orina, etc.
- **Problemas prostáticos:** tras cirugía de la próstata.
- **Problemas en la vejiga:** por tener una vejiga pequeña, en caso de vejigas hiperactivas.
- **Derivada de la administración de distintos medicamentos y/o sustancias:** antihipertensivos, diuréticos, consumo de alcohol, café, etc.

Incontinencia Urinaria y Calidad de Vida en el varón

La influencia de la Incontinencia Urinaria en la Calidad de Vida **depende del tipo de Incontinencia, de la gravedad de la misma y de las expectativas del propio Paciente.**

La Incontinencia Urinaria es común **entre los hombres adultos** y se asocia a una peor Calidad de Vida con un mayor impacto en los factores físicos que mentales, así, **puede afectar a diferentes ámbitos como por ejemplo: deterioro de la vida sexual (disfunción eréctil), productividad laboral o relaciones sociales.**

Por último resaltar que **la Incontinencia no sólo la sufre el Paciente, sino también su entorno.**



Tipos de Incontinencia Urinaria

- **Aguda o transitoria**

Se produce por un trastorno o situación pasajera, como por ejemplo una enfermedad aguda, restricción de la movilidad o por la ingesta de algunos medicamentos.

- **Persistente**

Existen varios tipos:

- **Incontinencia de esfuerzo:** se producen pequeñas pérdidas de orina al realizar un esfuerzo y aumentar la presión abdominal (toser, reír, levantar peso, etc.).
- **Incontinencia de urgencia:** la pérdida de orina se produce tras sentir, de repente, un fuerte deseo de orinar, resultando imposible llegar a tiempo al aseo.
- **Incontinencia de mixta:** es una combinación de las dos anteriores. Se dará prioridad al componente más importante.

- **Otras:**

- **Continúa**

Es la pérdida continua de orina. El Paciente está permanentemente mojando.

- **Funcional**

Se presenta en aquellas personas con incapacidad física o psíquica.

- **Climacturia**

Consiste en la pérdida de orina durante el acto sexual. Generalmente se asocia a algún tipo de los anteriores.

- **Goteo postmiccional**

Suele presentarse en Pacientes sometidos previamente a cirugía prostática.

- **Incontinencia por rebosamiento:** Se producen pequeñas pérdidas tanto por el día como por la noche. La vejiga por la debilidad del músculo, o por obstrucción, no se vacía totalmente, esto provoca que se llene al máximo y se escapan pequeñas cantidades, como ocurriría en un globo con tensión.

**Consulte siempre
a su Profesional Sanitario
para que le indique
el tratamiento más adecuado**



Tratamiento

El tratamiento debe ser lo más individualizado posible, teniendo en cuenta las causas, el tipo de Incontinencia Urinaria, así como las circunstancias de cada Paciente, sus preferencias y sus expectativas.

Dado que la pérdida de orina es un problema infradiagnosticado el primer objetivo ha de ser su detección.

Si se producen escapes involuntarios de orina el paso siguiente debería ser poner en marcha una serie de pruebas diagnósticas realizadas por un Profesional Sanitario para conocer el tipo de Incontinencia.

El tratamiento inicial consiste en:

- **Revisión de los hábitos de vida.**
- **Entrenamiento del suelo pélvico** (con o sin biofeedback).
- **Entrenamiento vesical** (vaciamiento programado)
- **Productos sanitarios para la Incontinencia:** como los absorbentes que tienen como objetivo el bienestar y confort de la persona.
- **Tratamiento farmacológico:** medicamentos del tipo antimuscarínicos y alfabloqueantes.

En ciertas personas previamente seleccionadas y con fracaso del tratamiento médico y rehabilitador, se podrá tener en consideración la cirugía.



Recomendaciones finales

- Si padece algún tipo de Incontinencia Urinaria consulte con un Profesional Sanitario, su mayor enemigo es la vergüenza y el silencio.
- No acepte como inevitable la Incontinencia Urinaria después de un procedimiento quirúrgico o radioterápico. Consulte con su especialista.
- La Incontinencia no es algo consustancial con la edad.
- La Incontinencia puede tratarse.
- La Incontinencia no es un problema exclusivo de las mujeres.



www.observatoriodelaincontinencia.es



Observatorio Nacional
de la Incontinencia