

Centro Provincial de Información Ciencias Médicas Ciego de Ávila

Infecciones de las vías urinarias

¿Qué son las infecciones de las vías urinarias?

El aparato urinario es el sistema de drenaje del cuerpo para eliminar los desechos y el exceso de agua. Incluye dos riñones, dos uréteres, una vejiga y una uretra. Las infecciones del tracto urinario son el segundo tipo más común de infección en el cuerpo.

Es posible que tenga una infección de las vías urinarias si observa:

- Dolor o ardor al orinar
- Fiebre, cansancio o temblores
- Urgencia frecuente de orinar
- Presión en la región inferior del abdomen



- Orina con mal olor o con apariencia turbia o rojiza
- Con menor frecuencia, náusea o dolor de espalda

Personas de cualquier edad o sexo pueden contraer infecciones urinarias. Pero las mujeres la sufren unas cuatro veces más que los hombres. Usted también está en mayor riesgo si tiene diabetes, necesita un tubo para drenar la vejiga o tiene una lesión de la médula espinal.

Si piensa que tiene una infección urinaria, es importante que vea a su

médico. El médico puede confirmarlo con una prueba de orina. Se trata con antibióticos.



Diagnóstico

Entre las pruebas y los procedimientos utilizados para diagnosticar las infecciones de las vías urinarias, se incluyen los siguientes:

Análisis de una muestra de orina.

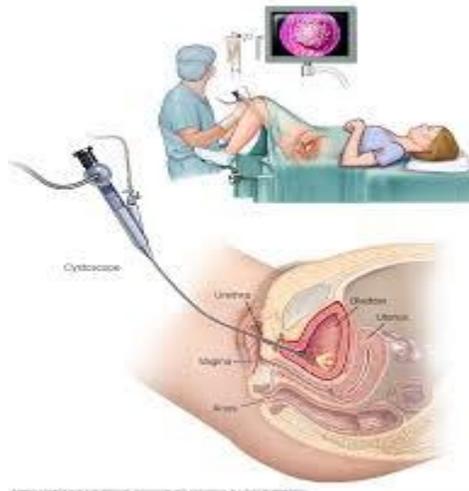
Es posible que el médico pida una muestra de orina. La orina se analizará en un laboratorio para verificar la presencia de glóbulos blancos, glóbulos rojos o bacterias. Te pueden indicar que primero limpies la zona genital con una compresa antiséptica y que luego recolectes la orina del chorro medio. Este proceso ayuda a evitar la contaminación de la muestra.

Cultivo de las bacterias de las vías urinarias en un laboratorio. Después de los análisis de laboratorio, a veces se hace un cultivo de orina. Mediante este análisis, el médico sabe qué bacterias están causando la infección. Además, puede lograr determinar qué medicamentos serán los más eficaces.

Producción de imágenes de las vías urinarias. Las infecciones recurrentes de las vías urinarias pueden deberse a un problema anatómico en las vías urinarias. Es posible que el médico pida una ecografía, una tomografía computarizada o una resonancia magnética para determinar si ese es el problema. También se puede usar un tinte de contraste para resaltar las estructuras de las vías urinarias.

Uso de un endoscopio para observar el interior de la vejiga. Si tienes una infección de las vías urinarias recurrente, el médico puede hacer una cistoscopia. En la prueba se usa una sonda larga y fina provista de una lente, llamada cistoscopio, para observar el interior de la uretra y

la vejiga. El cistoscopio se introduce en la uretra y llega hasta la vejiga.



Causas

Las bacterias que ingresan a las vías urinarias a través de la uretra pueden multiplicarse y trasladarse a los riñones. Esta es la causa más común de las infecciones renales.

Las bacterias de una infección en otra parte del cuerpo también pueden llegar a los riñones a través del torrente sanguíneo. En pocas ocasiones, una articulación o una válvula cardíaca artificial que se infecta puede causar una infección renal.

Por lo general, no se producen infecciones renales tras una cirugía renal.

Factores de riesgo

Entre los factores que aumentan el riesgo de una infección renal, se incluyen los siguientes:

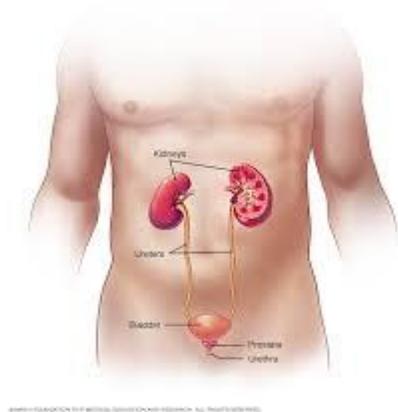
- Ser mujer. La uretra es más corta en las mujeres que en los hombres. Eso facilita el traslado de las bacterias desde el exterior del cuerpo hasta la vejiga. El hecho de que la uretra esté cerca de la vagina y el ano también hace que sea más fácil para las bacterias ingresar en la vejiga.
- Una vez que la infección llega a la vejiga, puede extenderse a los riñones. Las mujeres embarazadas corren un riesgo aun mayor de tener una infección renal.
- Tener una obstrucción en las vías urinarias. Cualquier cosa que desacelere el flujo

de orina o dificulte el vaciamiento completo de la vejiga puede aumentar el riesgo de sufrir una infección renal. Esto incluye un cálculo renal, una uretra estrechada o una glándula prostática agrandada.

- Tener un sistema inmunitario debilitado. Afecciones tales como la diabetes y el virus de la inmunodeficiencia humana pueden debilitar el sistema inmunitario. Determinados medicamentos también pueden reducir la inmunidad. Entre ellos, se incluyen los medicamentos que se toman después de un trasplante de órganos para ayudar a prevenir el rechazo.
- Tener daño en los nervios alrededor de la vejiga. El daño en los nervios o en la médula espinal puede bloquear la sensación de una infección en la vejiga. Eso puede hacer que resulte difícil saber si una

infección se extiende a un riñón.

- Usar un catéter urinario. Los catéteres urinarios son sondas que se usan para drenar la orina de la vejiga. A veces, los catéteres se usan después de un procedimiento quirúrgico o de una prueba de diagnóstico. También se utilizan en las personas que están postradas en un cama.



- Tener una afección que hace que la orina fluya en la dirección opuesta. En el caso del reflujo vesicoureteral, pequeñas cantidades de orina regresan desde la vejiga

hasta los conductos que conectan la vejiga con los riñones. Las personas que padecen esta afección corren un mayor riesgo de sufrir infecciones renales durante la niñez y la adultez.

Los factores de riesgo de las infecciones de las vías urinarias que son específicas de las mujeres incluyen los siguientes:

Anatomía femenina. Las mujeres tienen una uretra más corta que los hombres. Por ello, las bacterias tienen que recorrer menos distancia para llegar a la vejiga.



Relaciones sexuales. Tener relaciones sexuales tiende a derivar

en más infecciones de las vías urinarias. Tener una nueva pareja sexual también aumenta el riesgo.

Determinados tipos de anticonceptivos. El uso de diafragmas como anticonceptivo puede aumentar el riesgo de presentar infecciones de las vías urinarias. El uso de agentes espermicidas también puede aumentar el riesgo.

Menopausia. Después de la menopausia, la disminución de la cantidad de estrógeno circulante produce cambios en las vías urinarias. Estos cambios pueden aumentar el riesgo de presentar infecciones de las vías urinarias.

Otros factores de riesgo para infecciones de las vías urinarias incluyen:

Problemas en las vías urinarias. Los bebés que nacen con problemas en las vías urinarias pueden tener problemas para orinar. La orina se puede acumular en la uretra y eso causa infecciones de las vías urinarias.

Obstrucciones de las vías urinarias. Los cálculos renales o una próstata agrandada pueden atrapar la orina en la vejiga. En consecuencia, el riesgo de presentar una infección de las vías urinarias es mayor.

Sistema inmunitario debilitado. La diabetes y otras enfermedades pueden afectar al sistema inmunitario, que es la defensa del organismo contra los microbios. Esto puede aumentar el riesgo de presentar infecciones de las vías urinarias.

Uso de catéter. Las personas que no pueden orinar por sí solas necesitan usar una sonda, llamada catéter, para hacerlo. El uso de un catéter aumenta el riesgo de presentar infecciones de las vías urinarias. Los catéteres se pueden usar para las personas que están hospitalizadas. También los pueden usar las personas que tienen problemas neurológicos que les dificultan controlar la micción o que están paralizadas.

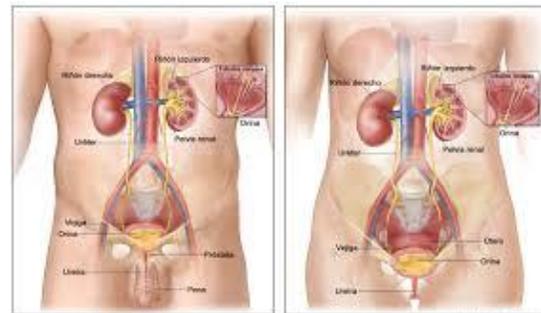
Procedimiento reciente en el sistema urinario. Una cirugía urinaria o un examen de las vías urinarias que

requieren utilizar instrumentos médicos pueden aumentar el riesgo de desarrollar una infección de las vías urinarias.

Complicaciones

Si no se la trata, una infección renal puede conducir a complicaciones potencialmente graves, Como las siguientes:

Formación de cicatrices en el riñón. Esto puede provocar enfermedad renal crónica, hipertensión arterial e insuficiencia renal.



Envenenamiento de la sangre. Los riñones filtran los desechos de la sangre y la devuelven al resto del cuerpo. Una infección renal puede hacer que las bacterias se propaguen por el torrente sanguíneo.

Complicaciones en el embarazo. Una infección renal que ocurre durante el embarazo puede aumentar el riesgo de tener un bebé con bajo peso al cuando se tratan de manera rápida y correcta, es poco frecuente que las infecciones de las vías urinarias inferiores tengan complicaciones. Sin embargo, si no se tratan, las infecciones de las vías urinarias pueden causar graves problemas de salud.



Un estrechamiento de la uretra en los hombres por tener infecciones recurrentes de la uretra.

Septicemia, una complicación que deriva de una infección y que pone en riesgo la vida. Esta supone un riesgo, especialmente si la infección

asciende por las vías urinarias hasta los riñones.

Tratamiento

Normalmente, los antibióticos son el primer tratamiento para las infecciones de las vías urinarias. El estado de salud y el tipo de bacterias que se encuentran en la orina determinan qué medicamentos se usan y el tiempo que debes tomarlos.

Infección simple

Los medicamentos que se usan habitualmente para las infecciones de las vías urinarias comunes son:

- Trimetoprima y sulfametoxazol (Bactrim, Bactrim DS)
- Fosfomicina (Monurol)
- Nitrofurantoína (Macrofantin, Macrobid, Furadantin)
- Cefalexina
- Ceftriaxona

El grupo de antibióticos conocido como fluoroquinolonas no se recomienda habitualmente para las infecciones de las vías urinarias comunes. Estos medicamentos comprenden ciprofloxacina (Cipro) y

levofloxacin, entre otros. Los riesgos de estos medicamentos generalmente superan las ventajas que se obtienen en el tratamiento de las infecciones de las vías urinarias sin complicaciones.

En los casos de una infección de las vías urinarias complicada o de una infección renal, es probable que el médico recete un medicamento con fluoroquinolona, si no hay más opciones de tratamiento.

Por lo general, los síntomas de la infección de las vías urinarias desaparecen al cabo de unos pocos días después del inicio del tratamiento. Sin embargo, es posible que tengas que continuar con los antibióticos durante una semana o más. Toma todo el medicamento tal como te recetaron.

En el caso de una infección de las vías urinarias sin complicaciones que se produce en una persona sana, el proveedor de atención médica puede recomendar un tratamiento más breve. Eso puede significar tomar un antibiótico durante 1 a 3 días. El hecho de que un tratamiento corto

sea suficiente para tratar la infección depende de los síntomas y de los antecedentes médicos.

El médico también puede proporcionarte un analgésico que puede aliviar el ardor en la micción. Sin embargo, el dolor normalmente desaparece poco después de empezar a tomar un antibiótico.

Infecciones frecuentes

Si tienes infecciones de las vías urinarias con frecuencia, el médico puede recomendarte lo siguiente:

Antibióticos en dosis bajas. Podrías tomarlos durante un período de seis meses o más.

Diagnosticarte y tratarte cuando se presenten los síntomas. También se te pedirá que te mantengas en contacto con el médico especialista.

Tomar una dosis única de antibiótico después de las relaciones sexuales cuando la infección de las vías urinarias se relaciona con la actividad sexual.

Terapia de estrógeno vaginal, si has llegado a la menopausia.

Infección grave

Cuando la infección de las vías urinarias es grave, es posible que necesites que te administren antibióticos intravenosos en un hospital.

Estilo de vida y remedios caseros

Las infecciones de las vías urinarias pueden ser dolorosas, pero puedes tomar medidas para aliviar el malestar hasta que los antibióticos traten la infección. Sigue estos consejos:

Prevención



Reduce los riesgos de infección renal tomando medidas para prevenir infecciones en las vías urinarias. Las mujeres, en particular, pueden reducir

el riesgo de infecciones en las vías urinarias si adoptan las siguientes medidas:

- Beber líquidos, especialmente agua. Beber líquidos puede ayudar a eliminar las bacterias del organismo al orinar.
- Orinar tan pronto como lo necesites. No retrases ir a orinar cuando sientes la necesidad.
- Vaciar la vejiga después de las relaciones sexuales. Orinar tan pronto como sea posible después del sexo ayuda a eliminar bacterias de la uretra. Disminuye el riesgo de tener infección.
- Limpiarse cuidadosamente. Sécate de adelante hacia atrás después de orinar y de defecar. Esto ayuda a evitar que las bacterias se difundan hacia la uretra.
- Evitar usar productos en la zona genital. Los esprays desodorantes en el área genital o las duchas vaginales pueden causar irritación.

Bibliografía

1. Torres Lestrade Olga Daniela, Hernández Pacheco Iván, Meneses Nuñez Cizani, Ruvalcaba Ledezma Jesús Carlos. Infección urinaria como factor de riesgo para parto pretérmino. JONNPR [Internet]. 2020 [citado 2024 Jul 08]; 5(11): 1426-1443. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020001100012&lng=es. Epub 18-Dic-2023. <https://dx.doi.org/10.19230/jonnpr.3779>.
2. Espitia De La Hoz FJ. Infección de las vías urinarias en el embarazo. Rev. avances en salud [Internet]. 2020 Nov. 16 [cited 2024 Jul. 8];4(2):40-53. Available from: <https://revistas.unicordoba.edu.co/index.php/avancesalud/article/view/2478>
3. Escobar-Guzmán EA, Mesa-Cano IC, Ramírez-Coronel AA, Altamirano-Cárdenas LF. Efectividad de las medidas de prevención de la infección de vías urinarias en pacientes con sonda vesical: revisión sistemática. AVFT [Internet]. 2021Sep.7 [cited 2024Jul.8]; 40(3). Available from: http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22961
4. Mero Gutierrez MN, Kléber Dionicio OS. Infecciones urinarias recurrentes y daño renal en población infantil. Pentaciencias [Internet]. 3 de febrero de 2023 [citado 8 de julio de 2024]; 5(2):105-19. Disponible en: <http://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/488>
5. Cómo citar
6. Reyes-Baque JM, Barcia-Menoscal MA, Hidalgo-Acebo RC. Infección bacteriana de vías urinarias en mujeres: Un enfoque en los factores de riesgo y su prevención en Latinoamérica. MQRInvestigar [Internet]. 18 de julio de 2023 [citado 8 de julio de 2024]; 7(3):995-1012. Disponible en: <https://www.investigarmqr.org/ojs/index.php/mqr/article/view/496>