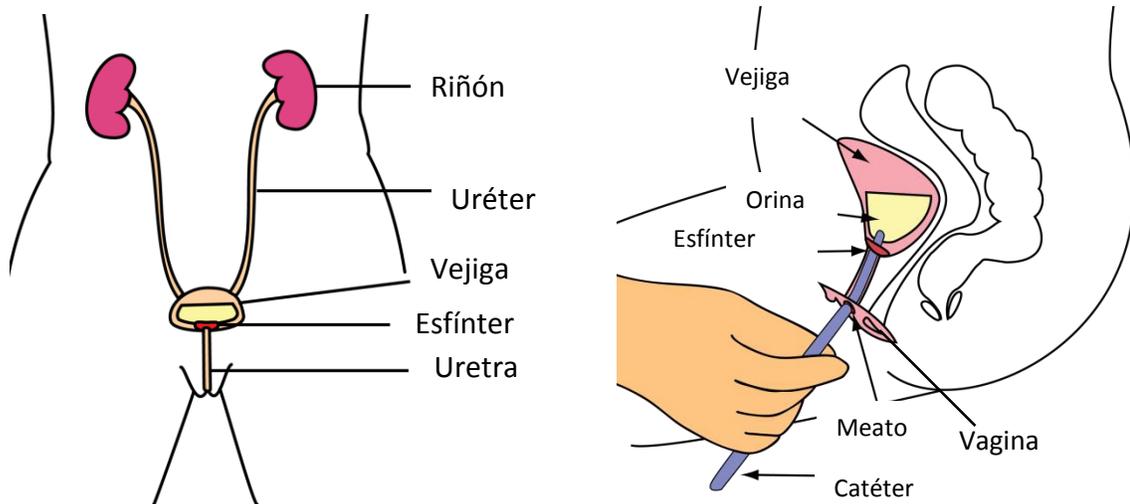


Cateterismo intermitente para mujeres

Después de sufrir una lesión medular, es posible que la persona ya no pueda controlar la vejiga. El cateterismo intermitente (CI) se utiliza para ayudar a vaciar la vejiga mediante el uso de un catéter. Un catéter es una tubuladura especial que se inserta dentro de la vejiga. Esto debe hacerse entre 4 a 6 veces por día, cada 3 o 6 horas (intermitente). Dado que puede ser que no sienta la necesidad de orinar, debe seguir un plan para recordar cuándo debe hacerlo.



El uso de CI previene daños en los riñones

Es muy importante que el uso del CI se realice conforme a un plan para evitar dañar a los riñones. Si no tiene sensibilidad en la vejiga, es posible que no sepa cuando está llena. Cuando la vejiga se llena demasiado, la orina puede retroceder a sus riñones y causar un daño permanente.

El uso de CI previene trastornos vesicales

Asegurarse de que el uso del CI se realice conforme a un plan previene accidentes vesicales (incontinencia). Si no usa el CI de forma regular, puede correr el riesgo de sufrir incontinencia, orinarse o contraer una infección urinaria. Mantener su piel seca ayuda a prevenir el daño causado por la humedad.

¿Sufrir dolor o incomodidad? Después de sufrir una lesión medular, muchas personas no sienten dolor al usar el CI. Si siente alguna molestia, considere el uso de un gel analgésico.

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26

Cateterismo intermitente para mujeres

Elementos

- Catéter
- Lubricante hidrosoluble
- Gasa o toalla de papel de 4" x 4"
- Toallas húmedas descartables o un paño con agua y jabón
- Spray desinfectante
- Un recipiente para recolectar la orina y una bolsa de almacenamiento

Qué postura debe adoptarse



Siéntese con el pie elevado sobre un almohadón.



Siéntese en el inodoro o silla inodoro.



Utilice un catéter (masculino) largo.
Coloque sus pies sobre el asiento del inodoro



Siéntese en la cama con las rodillas dobladas
y apuntando hacia afuera.

Haga uso del CI cada 3 o 6 horas. La frecuencia de uso dependerá de cuánto líquido tome y de los volúmenes de orina. Las mayorías de las personas realizan este procedimiento 4 o 5 veces por día aproximadamente. Hable con su médico sobre la frecuencia con la que debe vaciar su vejiga.

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

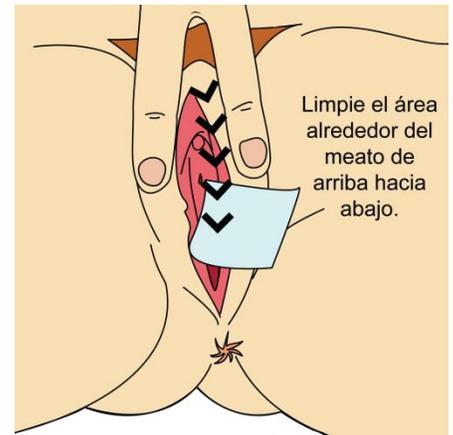
www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26

Cateterismo intermitente para mujeres

Procedimiento

1. ¡Evite una infección! Lave sus manos con agua y jabón.
2. Adopte la postura correcta. Si necesita usar su silla de ruedas después de lavarse las manos, límpiense con un paño con agua y jabón o una toalla húmeda.
3. Abra las toallas húmedas y el lubricante. Abra el catéter sosteniendo la cubierta plástica por abajo.
4. Con los dedos, separe las capas de piel (labios). Utilice un espejo para hallar el meato urinario (orificio urinario). Si es muy difícil de ver, puede encontrarlo con su dedo. Use su otra mano para limpiar el área con una toalla húmeda. Siempre límpiense de arriba hacia abajo con toallas húmedas. Esto evita que los gérmenes se esparzan. lo cual puede producir una infección.
5. Esparza lubricante sobre una gasa o toalla de papel. Tome el catéter limpio por su envoltura. Lubríquelo con la toalla de papel.
6. Coloque el recipiente de drenaje donde pueda recibir la orina.
7. Utilice la gaza o toalla para insertar suavemente el catéter en el meato urinario.
8. Cuando alcance la vejiga, puede ser que sienta un poco de resistencia. Mantenga una presión suave hasta que la vejiga se relaje. Nunca fuerce el catéter.
9. Sabrá que ha llegado a la vejiga cuando la orina empiece a fluir. Una vez que esto suceda, introduzca el catéter solo un poco más para asegurarse de que está completamente dentro de la vejiga. No lo empuje demasiado adentro, debido a que la vejiga podría no vaciarse completamente.
10. Una vez que la orina se detiene, tire el catéter un poco hacia afuera para drenar la parte inferior de la vejiga. Cuando la vejiga se haya vaciado, coloque la punta de un dedo sobre la abertura del catéter. Luego quítelo suavemente y tírelo a la basura.
11. Limpie el meato urinario con una toalla húmeda y seque el área con papel higiénico.



¡Evite una infección! Al usar el CI todo debe encontrarse limpio. No toque el catéter con las manos al descubierto. El CI inadecuado puede causar infecciones en la vejiga. Siempre use un catéter estéril.

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26

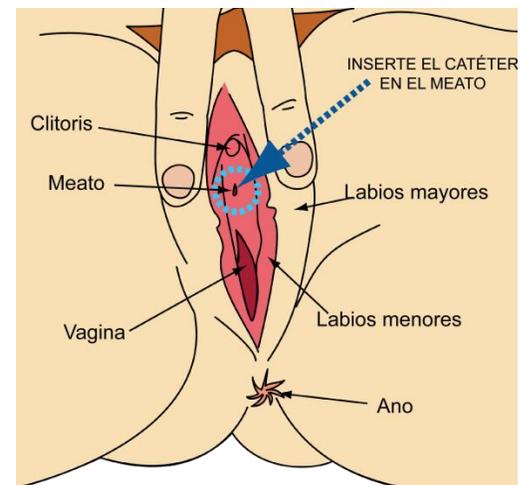
Cateterismo intermitente para mujeres

Finalización del CI

1. Después de cada CI, coloque el recipiente de la orina en una superficie plana y observe cuánta orina contiene.
2. Vacíelo en el inodoro. Lave y enjuague el recipiente de la orina después de cada uso. Guárdelo en una bolsa plástica extra grande (por ejemplo en una Ziploc) en un lugar limpio.
3. Lave sus manos

Hallar el orificio correcto (meato urinario)

La primera vez que realiza un CI el meato urinario puede ser difícil de hallar. El meato se encuentra ubicado justo debajo del clítoris y arriba de la vagina. Un espejo con aumento puede ayudarle a ver el área. En el caso de no hallar el meato e insertar el catéter en la vagina, déjelo como punto de referencia. Comience nuevamente con un catéter limpio. Introduzca el catéter limpio ARRIBA de la vagina en el meato.



Elección del catéter

Existen muchos tipos y tamaños diferentes de catéteres disponibles en el mercado. En general, los catéteres con más funciones cuestan más. A veces los seguros de salud pueden cubrir parte de los costos. Hable con su médico o urólogo para hallar el modelo correcto en su caso. Las distintas funciones incluyen:

Tamaño: Los catéteres vienen en distintos tamaños. Su médico puede ayudarlo a encontrar el tamaño correcto.

Material: Se utilizan diferentes materiales, entre ellos silicona, nailon, etc...

Lubricación: Algunos catéteres ya vienen con lubricante incluido.

Estilo de la punta: Algunos catéteres tienen distintos tipo de punta para ayudar con la colocación.

Bolsa incorporada: Algunos catéteres poseen una bolsa de drenaje incorporada.

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26

Cateterismo intermitente para mujeres

Posibles problemas

Imposibilidad de insertar el catéter Nunca fuerce el catéter. Si no puede realizar el CI, consulte a su médico de inmediato. La existencia de problemas para introducir el catéter puede significar que no está usando la cantidad adecuada de lubricante. Trate de agregar más lubricante y de insertarlo nuevamente. Si le cuesta introducir el catéter más allá del músculo de la vesícula, manténgalo en el lugar por un momento. Esto permitirá que el músculo de la vesícula se relaje y se abra. Respirar profundamente o toser puede ayudar. Si continua sintiendo resistencia, tome un descanso. Inténtelo nuevamente una minutos después con un nuevo catéter. El tejido cicatrizal puede hacer que el catéter sea difícil de introducir. Hable con su médico si tiene problemas para colocar el catéter con demasiada frecuencia.

Sangre en la orina: Si hay sangre en el catéter o en la orina, puede ser que tenga una lesión en su uretra o vejiga. Si hay solo un poco de sangre, tome mucha agua y realice el próximo CI conforme al plan establecido. Si el sangrado continúa, o si hay mucha sangre, consiga atención médica de inmediato. Recuerde que algunos alimentos (como la remolacha) pueden hacer que la orina se vuelva rosa o roja.

Infección vesical El principal signo de una infección de la vejiga es tener dolor al orinar. Después de sufrir una lesión medular, es posible que la persona ya no pueda sentir dolor. Las infecciones vesicales hacen que se sienta mal, con dolores de cabeza y pueden aumentar los espasmos musculares. Una orina turbia y con mal olor puede ser un signo de infección. Si tiene signos de una infección, consiga atención médica. Para obtener más información, consulte el manual sobre [Infecciones Vesicales de Spinal Cord](#).

Disreflexia Autonómica (DA) Tener la vejiga llena puede causar DA. Además, la DA también puede ser causada por un intestino lleno o por problemas de la piel. Si tiene una lesión medular completa a nivel T6 o superior, tiene riesgo de sufrir DA. La DA es una peligrosa condición que causa la elevación de la presión arterial y es una **emergencia médica**. Si la presión arterial asciende 20-40mmHg y tiene síntomas, ello significa que tiene DA y que debe hacer algo inmediatamente. Si no se la trata, puede causar un accidente cerebrovascular, una convulsión y hasta la muerte. Para obtener más información, consulte el manual sobre [Disreflexia Autonómica de Spinal Cord Essentials](#).

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26

Cateterismo intermitente para mujeres

Si tiene síntomas de DA debe vaciar su vejiga tan pronto como sea posible:

- Dolor de cabeza palpitante
- Sudor o rubor facial
- Piel erizada
- Aumento de espasmos musculares
- Gusto metálico en la boca
- Sensación de ansiedad
- Congestión nasal
- Visión borrosa
- Ver manchas
- Náuseas
- Dificultad para respirar
- Pulso lento

Contacte a su médico o enfermera para obtener más información.

CUIDADO PERSONAL

Texto original de: Mojgan Saidi. ©2015 University Health Network - Toronto Rehab. Todos los derechos reservados. **Aviso legal:** Esta información se proporciona únicamente con propósitos educativos. Para cualquier duda específica o tratamiento médico, consulte a un especialista de la salud. La University Health Network se exime de toda responsabilidad frente a terceros por cualquier pérdida o daño ocasionado por la existencia de errores u omisiones en la presente publicación.

www.SpinalCordEssentials.ca

SCE2-Sa2-2015-11-26