



Información facilitada por:

# LA INFECCIÓN DE LA VEJIGA

LA CISTITIS SE MANIFIESTA DE MUCHAS FORMAS DIFERENTES, TODAS ELLAS CON EL DENOMINADOR COMÚN DE LA COLONIZACIÓN BACTERIANA DE ALGÚN PUNTO DE LA VÍA URINARIA



DR. FRANCISCO  
JAVIER NEIRA PAMPÍN  
URÓLOGO

Las infecciones del tracto urinario son las más frecuentes después de las del aparato respiratorio. Esta patología abarca una amplia variedad de entidades clínicas cuyo denominador común es la colonización tisular por microorganismos —generalmente bacterias— de cualquier punto de la vía urinaria. Su elevada morbilidad —especialmente en mujeres— y sensible mortalidad debido a sepsis, añadido al alto coste económico y laboral que devengan, la convierte en una entidad nada desdeñable.

Dentro de estas patologías destaca la cistitis aguda o infección de la vejiga, no por la gravedad de su proceso sino por la recurrencia con

que la pueden padecer muchos pacientes. La susceptibilidad a las cistitis recurrentes en la mujer se asocia a la presencia anormalmente elevada de bacterias fecales en la mucosa vaginal y utertral. Las bacterias que infectan la vejiga generalmente proceden de la flora fecal.

En el aparato digestivo causan daño, pero las precisamos para el proceso de regulación intestinal. En el aparato urinario son patógenas o determinantes de enfermedad. El tracto urinario es estéril en su totalidad y la mayor parte de las infecciones son provocadas por el germen llamado 'escherichia coli'.

Se estima que entre un 10 y un 20 por ciento de las mujeres sufren una cistitis a lo largo de la vida. En la infancia habitualmente va asociado con malformaciones

## Consejos útiles para evitar contraer la cistitis

Hay varios métodos para evitar esta afección, sobre todo si somos propensos a sufrirla. Esos métodos son sencillos de seguir y pueden llegar a evitar las molestias que conlleva esta enfermedad.

- Beber abundante líquido, entre 8 y 9 vasos de agua por día.
- Orinar antes y después del acto sexual para evacuar cualquier

bacteria alojada en la uretra.

- Después de defecar, limpiarse de delante hacia atrás para no contaminar la uretra con gérmenes del ano.

- Es aconsejable utilizar ropa interior de tejidos naturales, ya que los sintéticos no dejan transpirar la piel, lo que provoca que haya más posibilidades de contraer infecciones.

- No es aconsejable que las mujeres que sufren cistitis frecuentemente usen el diafragma como método anticonceptivo.



Beber abundante agua ayuda a prevenir la aparición de la cistitis.

---

---

congénitas del aparato urinario; en la senectud, con alteraciones en la disposición de la vejiga; y en la adolescencia, con el comienzo de las relaciones sexuales.

Esto ocurre al introducirse los gérmenes situados a las puertas de la vejiga en su interior. En el varón es más difícil esta vía de contagio, bien por la longitud de la uretra o bien por las propiedades antibacterianas de la secreción prostática que hacen que sea una barrera infranqueable.

El cuadro clínico de la cistitis traduce la inflamación de la mucosa vesical y dependerá de la virulencia del germen y la reacción inmunológica del paciente. No suele producir fiebre pero sí dolor al orinar, sensación de hacerlo frecuentemente —por reducción de la capacidad vesical— y, en ocasiones, sangrado asociado a la orina. Una vez finalizada la micción, el dolor cesa para reaparecer con el nuevo llenado vesical, pero no siempre se acaba entre las micciones.

El diagnóstico es fundamentalmente clínico. La sintomatología orienta al diagnóstico y una analítica de orina lo confirma. Con esta prueba podemos descubrir la bacteria y saber a través del antibiograma el antibiótico más adecuado. El objetivo del tratamiento es la total erradicación del microorganismo invasor. Desgraciadamente, el uso inadecuado de los antibióticos y la automedicación abusiva hacen que los gérmenes se vayan haciendo resistentes y nos vayamos encontrando con cistitis cada vez más difíciles de tratar. Como consecuencia, aparecen las cistitis de repetición.

En contra de lo que se pueda creer, es una patología que no implica contagio. Como medidas preventivas, es fundamental una higiene genital adecuada, evitando el contacto de los gérmenes habituales de la ampolla rectal y el periné con el aparato urinario. También es recomendable una ingesta abundante de líquidos.