

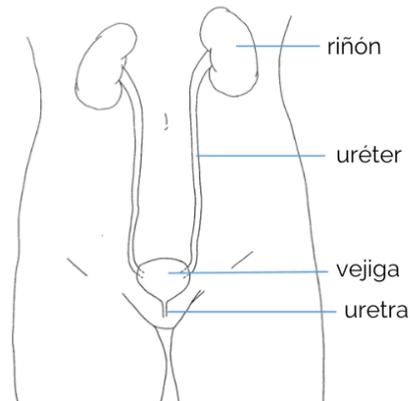
Infecciones del Tracto Urinario

Pakeeza Alam, MD

Introducción

Las infecciones del tracto urinario (ITU) afectan al 11% de las mujeres en los Estados Unidos cada año y casi el 50% de las mujeres experimentarán una ITU en su vida. El sistema urinario incluye:

- 🍃 Riñones, que remueven los productos de desecho del torrente sanguíneo y producen orina
- 🍃 Ureteres, que trasladan la orina desde los riñones hasta la vejiga
- 🍃 Vejiga, que almacena la orina
- 🍃 Uretra, que es el conducto a través del cual la orina abandona la vejiga.



Una infección del tracto urinario (ITU) es una infección que puede ocurrir a lo largo de las partes del tracto urinario, que incluyen riñones, uréteres, vejiga y uretra. Las infecciones urinarias afectan con mayor frecuencia a la vejiga.

Una infección del tracto urinario (ITU) es una infección que puede ocurrir a lo largo de las partes del tracto urinario, que incluyen los riñones, los uréteres, la vejiga y la uretra. Las infecciones urinarias afectan con mayor frecuencia a la vejiga. Una infección del tracto urinario es una infección que puede ocurrir a lo largo de las partes del sistema urinario. Este artículo se centra en las infecciones urinarias en mujeres adultas que no están embarazadas. Los síntomas comunes que puede experimentar con una infección urinaria son dolor o ardor al orinar, dolor en la parte inferior del abdomen justo por encima del área púbica, una fuerte necesidad de orinar, orinar con más frecuencia de lo habitual y orina turbia o maloliente.

La ubicación más común de infección es la parte inferior de su sistema urinario, o la vejiga y la uretra. Cuando tiene una infección en la vejiga, también se conoce como cistitis. Si la infección no se trata, puede empeorar a una infección renal, también conocida como pielonefritis. Los síntomas que puede experimentar con una infección renal incluyen fiebre, escalofríos, dolor de espalda, náuseas y vómitos, además de los síntomas enumerados anteriormente.

Factores de Riesgo y Causas

Existen múltiples factores que pueden aumentar el riesgo de tener una ITU:

-  Relaciones sexuales y aumento de la frecuencia de las relaciones sexuales.
-  Nueva pareja sexual en el último año.
-  Uso de espermicida
-  Una infección urinaria reciente en el último año.
-  Antecedentes familiares de infecciones urinarias.
-  Menopausia

Las infecciones urinarias son causadas más comúnmente por bacterias que viajan desde el exterior del cuerpo a través de la uretra y hacia la vejiga. Escherichia coli (E. coli) es la bacteria más común que causa una infección urinaria y causa 80-90% de todas las infecciones. Otras bacterias que pueden causar infecciones urinarias son Staphylococcus saprophyticus, Proteus mirabilis, Klebsiella pneumonia y Pseudomonas aeruginosa. Las infecciones urinarias también pueden ser causadas por un hongo, pero esto ocurre con menos frecuencia. Los pacientes que tienen una infección urinaria causada por un hongo generalmente tienen otros riesgos, como diabetes que no está bien controlada.

Infección del Tracto Urinario Complicada

Es importante que los médicos sepan cuándo un paciente tiene una infección urinaria más grave, ya que puede cambiar la evaluación y el tratamiento. Una infección urinaria grave generalmente ocurre cuando la infección va más allá de la vejiga, como los riñones o el torrente sanguíneo.

Es importante que informe a su médico si tiene antecedentes de las siguientes condiciones, ya que puede sugerir una infección urinaria más grave:

-  Fiebre, escalofríos, dolor de espalda, náuseas, vómitos (porque esto puede significar una infección renal)
-  Cálculos renales
-  Diabetes u otras afecciones médicas que hacen que su sistema inmunitario sea más débil

- 🍃 Condiciones que pueda tener que hacen que sea más difícil vaciar la vejiga (como una lesión de la médula espinal o ciertas afecciones neurológicas)
- 🍃 Anormalidad del tracto urinario con la que nació
- 🍃 Procedimiento reciente del tracto urinario (como procedimientos de consultorio que utilizan instrumentos en el tracto urinario)
- 🍃 Catéter de Foley (un tubo que se coloca a través de la uretra que ayuda a drenar la vejiga) o un stent en el uréter (un tubo que ayuda a mantener el uréter abierto para drenar la orina)

Estudios Diagnósticos:

Las infecciones del tracto urinario generalmente pueden diagnosticarse y tratarse basándose solo en los síntomas sin necesidad de un examen o prueba. Por ejemplo, si alguien experimenta ardor al orinar y dolor en la parte baja del abdomen y no tiene otras afecciones médicas, puede ser tratada con un antibiótico sin hacerse un examen o una prueba. Cuando el diagnóstico no es claro, se puede obtener un análisis de orina (AO) y / o un cultivo de orina. Un AO es una prueba que analiza más de cerca la orina.



Una tira reactiva de orina es una prueba rápida que se puede realizar en la oficina para ayudar a diagnosticar una infección urinaria. Cuando el diagnóstico no es claro, se puede obtener un análisis de orina (AO) y / o un cultivo de orina. Un AO es una prueba que analiza más de cerca la orina.

Por lo general, se realiza en la oficina usando una herramienta llamada varilla medidora o se puede hacer en un laboratorio usando un microscopio. Si ciertas sustancias están presentes en el AO, como la esterasa de leucocitos (una enzima formada por las células inmunes del cuerpo), nitritos (presentes cuando hay bacterias en la orina) y sangre, esto puede significar que hay una infección urinaria.

Una tira reactiva de orina es una prueba rápida que se puede realizar en la oficina para ayudar a diagnosticar una infección urinaria.

Un cultivo de orina es otra prueba que se realiza para buscar bacterias específicas. Se obtiene si el diagnóstico de una infección del tracto urinario no está claro debido a los síntomas solos o con la prueba de AO. También se puede obtener un urocultivo si un

individuo continúa teniendo síntomas incluso después del tratamiento y tiene el riesgo de infecciones más complicadas.

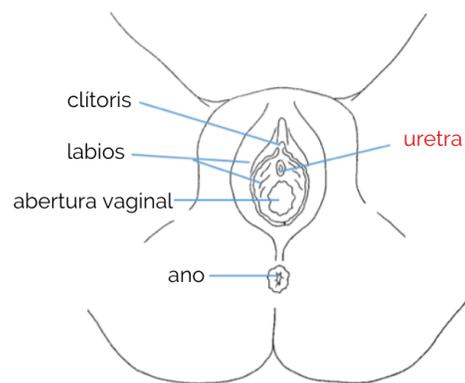


Las muestras de orina pueden provenir de un recipiente limpio o directamente de la vejiga usando un pequeño catéter.

Hay dos formas diferentes de obtener una muestra de orina para un UA o un cultivo de orina. Esto se puede obtener de una captura limpia o de un cateterismo. En el método de captura limpia, se le darán toallitas en la oficina para limpiar la uretra y usará una taza para recoger una muestra de orina

en el medio de la corriente. En el método de catéter, un proveedor de atención médica limpiará el exterior de la uretra con una solución de limpieza y colocará un catéter (o un tubo pequeño) a través de la uretra para recoger la orina directamente de la vejiga.

Para el diagnóstico inicial de una infección urinaria, la mayoría de los pacientes no necesitan estudios de imagen (es decir, rayos X, ultrasonido o tomografía computarizada). Sin embargo, si existe una preocupación por una infección urinaria más grave o si los antibióticos no parecen resolver la infección urinaria, es posible que deba realizarse estudios de imágenes.



La uretra es la abertura a través de la cual la orina sale de la vejiga. Se encuentra por encima de la abertura vaginal.

Tratamiento:

Las ITU son usualmente tratadas con un corto curso de antibióticos vía oral. Tres son los antibióticos más comúnmente usados.

1. Trimethoprima-sulfamethoxazol
2. Nitrofurantoina
3. Fosfomicina

Para las infecciones urinarias graves, como una infección renal, es importante hacerse un cultivo de orina. Si tiene una infección renal, es posible que necesite antibióticos por vía intravenosa (IV) en el hospital y / o un ciclo más prolongado de antibióticos por vía

oral. Los antibióticos que se eligen son específicos para cada individuo y las bacterias que crecen del cultivo.

Infeción Urinaria Recurrente y Prevención

Algunas personas pueden experimentar infecciones urinarias frecuentes. Si experimenta 3 o más infecciones urinarias en un año o 2 o más infecciones urinarias en los últimos 6 meses, tiene una afección llamada **infecciones urinarias recurrentes**.

Hay algunas cosas que pueden prevenir las infecciones urinarias en personas que experimentan infecciones urinarias recurrentes. Estos incluyen el uso de estrógenos vaginales para mujeres posmenopáusicas y el uso de antibióticos.

Después de la menopausia, los niveles de la hormona estrógeno disminuyen, lo que puede cambiar la acidez de la vagina y las bacterias que normalmente viven en la vagina. Estos cambios hacen que las mujeres sean más propensas a contraer infecciones urinarias después de la menopausia. La crema tópica de estrógeno vaginal, o la crema de estrógeno que se aplica directamente sobre la piel de la vagina, puede disminuir las infecciones urinarias. El estrógeno vaginal tópico funciona bien en el tejido vaginal, y se absorbe menos estrógeno en el resto del cuerpo. Para usar, se aplica una pequeña cantidad de crema de estrógeno vaginal todas las noches durante 2 semanas, luego dos veces por semana.

Los antibióticos se pueden usar regularmente para prevenir las infecciones urinarias recurrentes. Se pueden usar de varias maneras. De la primera manera, se toma una pequeña dosis de antibióticos todos los días durante al menos 6 meses.

La segunda forma, se puede tomar una dosis única de antibióticos justo después del coito. Esto ayuda a las personas que contraen infecciones urinarias principalmente después del coito.

En la tercera forma, las personas reciben una receta para un tratamiento con antibióticos para tener a mano. Pueden comenzar los antibióticos si comienzan a experimentar síntomas de una infección urinaria sin necesidad de que un proveedor de atención médica los vea.

Otras maneras de prevenir incluyen:



No usar espermicida



Orinar después del coito



Limpiarse de adelante hacia atrás después de orinar y defecar

-  Aumentar la ingesta de líquidos.
-  Suplemento de arándano

El primero de ellos es usar un tipo de anticonceptivo diferente si está usando espermicidas. Es importante dejar de usar espermicidas, especialmente si lo usa con un diafragma, porque los espermicidas pueden aumentar el riesgo de contraer infecciones urinarias. También puede ser útil orinar después del coito, limpiarse de adelante hacia atrás después de orinar y después de defecar, y beber suficientes líquidos.

Los estudios científicos actuales no muestran con certeza si el arándano previene las infecciones urinarias, pero hace poco daño a la salud intentarlo. El arándano se puede tomar en forma de jugo o tableta. Si se toma la forma de jugo, es importante tener en cuenta el aumento de la ingesta de calorías y azúcar al tomar jugo.

Algunos estudios científicos muestran que las tabletas probióticas que contienen una bacteria llamada lactobacillus pueden ser útiles. Sin embargo, algunas personas también informaron efectos secundarios mientras tomaban estas tabletas. Tampoco está claro si es mejor tomarlo por vía oral o como supositorio vaginal. Si prueba los probióticos para prevenir las infecciones urinarias, sería muy útil probar los probióticos que contienen lactobacilos y controlar los efectos secundarios.

Consejos Útiles:

-  Las infecciones del tracto urinario (ITU) son un tipo común de infección, causada con mayor frecuencia por la bacteria Escherichia coli (E. coli).
-  La mayoría de las infecciones urinarias se pueden tratar solo con los síntomas. Un análisis de orina y un urocultivo pueden ayudar si el diagnóstico y la elección del tratamiento no están claros.
-  Los tratamientos para las infecciones urinarias pueden incluir antibióticos como trimetoprim-sulfametoxazol, nitrofurantoína o fosfomicina.
-  La prevención de infecciones urinarias recurrentes incluye el uso de estrógenos vaginales para mujeres posmenopáusicas y antibióticos. También puede ser útil evitar los espermicidas, orinar después del coito, limpiarse de adelante hacia atrás y beber líquidos adecuados. Los suplementos de arándano o probióticos también pueden considerarse para prevenir las infecciones urinarias.

Recursos Adicionales:

<https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/enfermedades-urologicas/infecciones-vejiga>

Referencias:

- 🍃 Foxman B. Urinary tract infection syndromes: occurrence, recurrence, bacteriology, risk factors, and disease burden. *Infect Dis Clin North Am* 2018; 281:1–13.
- 🍃 Hooton TM, Gupta K. Recurrent urinary tract infection in women. Edited by Calderwood SB and Bloom A. UpToDate. Nov 21, 2018. Available at: https://www.uptodate.com/contents/recurrent-urinary-tract-infection-in-women?search=recurrent%20uti&source=search_result&selectedTitle=1~145&usage_type=default&display_rank=1. Accessed on May 27, 2018.

Acerca del Autor:



Pakeeza Alam, MD, FACOG Se graduó de la Escuela de Medicina Stony Brook. Completó su residencia en Obstetricia y Ginecología en la Universidad de Rochester. Luego completó una beca de 3 años en Medicina Pélvica Femenina y Cirugía Reconstructiva en la Universidad de Georgetown / MedStar Washington Hospital Center. Actualmente es uroginecóloga en una práctica privada en Westchester, NY.

No reporta conflictos de interes