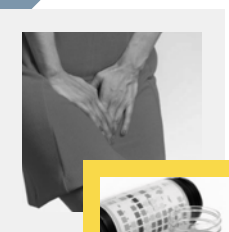




infecciones urinarias



descripción general



- Una infección de las vías urinarias es una infección que se puede presentar en cualquier parte del sistema urinario. El sistema urinario comprende los riñones, uréteres, vejiga y uretra. La mayoría de las infecciones afectan las vías urinarias inferiores (la vejiga y la uretra).
- Las mujeres tienen un mayor riesgo de contraer una infección de las vías urinarias que los hombres. Si una infección se limita a la vejiga, puede ser dolorosa y molesta. Sin embargo, pueden presentarse graves problemas de salud si una infección de las vías urinarias se extiende a los riñones.
- A menudo, las y los proveedores de atención médica tratan las infecciones de las vías urinarias con antibióticos. También puedes tomar medidas para reducir las probabilidades de contraer una infección de las vías urinarias.
- Las infecciones de las vías urinarias no siempre presentan síntomas.

Cuando lo hacen, suelen incluir lo siguiente:

- Una fuerte necesidad de orinar que no desaparece.
- Una sensación de ardor al orinar.
- Orinar frecuentemente en pequeñas cantidades.
- Orina de aspecto turbio
- Orina de color rojo, rosa brillante o amarillado (signos de sangre en la orina).
- Orina con olor fuerte.
- Dolor pélvico en las mujeres, especialmente en el centro de la pelvis y alrededor de la zona del hueso púbico.
- En personas adultas mayores, las infecciones de las vías urinarias pueden pasarse por alto o confundirse con otras afecciones.

Una infección de las vías urinarias es una infección que se puede presentar en cualquier parte del sistema urinario. El sistema urinario comprende los riñones, uréteres, vejiga y uretra.



causas y síntomas

- El sistema urinario está preparado para impedir la entrada de bacterias. Sin embargo, las defensas a veces no pueden impedirlo. Cuando esto se produce, las bacterias pueden proliferar hasta convertirse en una infección totalmente desarrollada en las vías urinarias.
- Las infecciones de las vías urinarias se presentan principalmente en las mujeres y afectan la vejiga y la uretra.
- Infección de la vejiga. La causa de este tipo de infección de las vías urinarias normalmente es la Escherichia coli (E. coli). La E. coli es un tipo de bacteria que se encuentra frecuentemente en el tracto gastrointestinal. Sin embargo, algunas veces otras bacterias son la causa. Tener relaciones sexuales también puede llevar a una infección de la vejiga, pero no es necesario tener relaciones sexuales para desarrollarla. Todas las mujeres corren el riesgo de tener infecciones de la vejiga debido a su anatomía. En las mujeres, la uretra está cerca del ano. Además, la abertura de la uretra está cerca de la vejiga. Esto facilita que las bacterias que rodean el ano entren en la uretra y se

- desplacen hasta la vejiga.
- Infección de la uretra. Este tipo de infección de las vías urinarias se puede presentar cuando las bacterias del tracto gastrointestinal se desplazan desde el ano hasta la uretra. La causa de una infección de la uretra también puede ser una infección de transmisión sexual. Por ejemplo, herpes, gonorrea, clamidia y micoplasma. Esto puede deberse a que las uretras de las mujeres están cerca de la vagina.
- Cada tipo de infección de las vías urinarias puede provocar síntomas más específicos. Los síntomas dependen de la parte de las vías urinarias que esté afectada.
 - Riñones: dolor de espalda o en el costado, fiebre alta, temblores y escalofríos, náuseas y vómitos
 - Vejiga: presión en la pelvis, molestias en la parte inferior del vientre, micciones frecuentes y dolorosas, sangre en la orina.
 - Uretra: sensación de ardor al orinar, secreciones.



La infección de las vías urinarias se produce, por lo general, cuando entran bacterias en las vías urinarias a través de la uretra y comienzan a propagarse en la vejiga.



Fuente:
 1. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/urinary-tract-infection/symptoms-causes/syc-20353447>
 2. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/urinary-tract-infection/symptoms-causes/syc-20353447>
 3. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/urinary-tract-infection/symptoms-causes/syc-20353447>
 4. <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/urinary-tract-infection/symptoms-causes/syc-20353447>
 5. Comunicado CEVECE No. 057, fecha 10/04/2023.

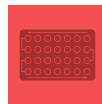
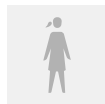
factores de riesgo

- 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.

Las infecciones de las vías urinarias son frecuentes en las mujeres. Muchas mujeres tienen más de una infección de las vías urinarias a lo largo de sus vidas.



complicaciones y prevención

- Las complicaciones de una infección de las vías urinarias pueden incluir lo siguiente:
 - Infecciones recurrentes, lo que significa que tienes dos o más infecciones de las vías urinarias en un período de seis meses o tres o más infecciones en un año. Las mujeres son especialmente propensas a presentar infecciones recurrentes.
 - Daño renal permanente por una infección renal debida a una infección de las vías urinarias que no se trató.
 - Dar a luz a un/a bebé de bajo peso o prematuro cuando se produce una infección de las vías urinarias durante el embarazo.
 - 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.
- Estas medidas pueden ayudar a reducir el riesgo de tener una infección de las vías urinarias:
 - Bebe mucho líquido, especialmente agua. Beber agua ayuda a diluir la orina. Esto hace que orines con mayor frecuencia, lo que

permite expulsar las bacterias de las vías urinarias antes de que pueda comenzar una infección.

- Prueba el jugo de arándanos agrios. Los estudios que investigan si el jugo de arándanos agrios previene la infección de las vías urinarias aún son inconclusos. Sin embargo, beber este jugo probablemente no te haga daño.
- Límpiote desde adelante hacia atrás. Haz esto después de orinar y defecar. Eso ayuda a prevenir la propagación de bacterias del ano a la vagina y la uretra.
- Vacía la vejiga poco después de tener relaciones sexuales. También bebe un vaso lleno de agua para ayudar a expulsar las bacterias.
- Evita utilizar productos femeninos potencialmente irritantes. Usarlos en la zona genital puede irritar la uretra. Entre estos productos se incluyen desodorantes en spray, duchas vaginales y talcos.
- Cambia tu método anticonceptivo. Los diafragmas, los preservativos sin lubricar o tratados con espermicida pueden contribuir al crecimiento de bacterias.



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, pueden causar graves problemas de salud.

infecciones urinarias en mujeres

- Las infecciones del tracto urinario representan casi 7 millones de visitas por consulta externa y 1 millón de visitas a urgencias, resultando en 100,000 hospitalizaciones al año.
- Un estudio publicado en el 2020 en la Revista Mexicana de Urología, refiere que las infecciones del tracto urinario (ITU) son frecuentes en los servicios de hospitalización y ambulatorios, lo que hace indispensable tener conocimiento de los grupos de riesgo, la causalidad, para ofrecer prevención en pacientes que lo ameriten, protocolos de seguimiento, entender quién realmente requiere estudios de extensión y medidas más especializadas pues se considera que las ITU generan altos costos dedicados al manejo inicial y complicaciones.
- En las mujeres mayores de 65 años es de aproximadamente el 20%, en comparación con el 11% en la población general. Además, entre el 50% y el 60% de las mujeres adultas tendrán al menos una infección urinaria en su vida y cerca del 10% de las mujeres posmenopáusicas tuvieron una infección urinaria en el año anterior.
- En México, de acuerdo con datos de la Dirección General de Información en Salud a través de su Plataforma de Cubos Dinámicos

de Egresos Hospitalarios, en el año 2021, hubo un registro de 5,893 mujeres a nivel nacional con infecciones de vías urinarias, destacando en primer lugar el grupo quinquenal de 1 a 4 años (469), seguido por el de 15 a 19 años (425) y el de 5 a 9 años de edad (417). Las entidades con mayor número de registros por Egresos Hospitalarios fueron: Guanajuato (504), Estado de México (452) y Chiapas (441).

- En cuanto a las defunciones, en el mismo año la misma fuente señala que a nivel nacional se registraron 3,921 defunciones encabezadas por la CDMX (562), Estado de México (390) y Jalisco (384). Respecto de los grupos quinquenales que registraron más defunciones por esta enfermedad, el grupo de 85 años y más encabeza la lista con 870 defunciones, seguido por el de 80 a 84 (559) y el de 75 a 79 (515).
- En el Estado de México, el grupo de 80 a 84 años es el que encabeza la lista con 67 defunciones, el de 75 a 79 (62) y el de 85 y más años (59). Las Jurisdicciones que más defunciones registraron fueron: Ecatepec (60), Nezahualcóyotl (51) y Cuautitlán (45).

Las infecciones urinarias son infecciones comunes que ocurren en aproximadamente 1 de cada 3 mujeres a la edad de 24 años, o entre el 50 y el 60% de todas las mujeres a lo largo de su vida.



Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

