

Afirman que 4 de cada 10 mexicanas sufren incontinencia urinaria

¿Vas al baño 20 veces al día? Ojo, no es normal

► Alertan sobre condición que incapacita a las mujeres, les genera ansiedad y golpea su autoestima

Luisa García

¿Eres mujer y nunca te has puesto a contar cuántas veces vas al baño durante el día?

Tal vez te convenga hacerlo. Visitar el sanitario entre cuatro y siete veces es normal, pero si el número aumenta, probablemente estés desarrollando incontinencia urinaria.

Sandip Maiti, especialista en urología ginecológica, dice que se calcula que 200 millones de mujeres en todo el mundo tienen esta condición.

“La mayoría de las mujeres empieza a presentar incontinencia urinaria entre los 30 y los 50 años. Lo normal es ir hasta siete veces al baño, ya que la capacidad de la vejiga es de 300 a 450 mililitros, dependiendo de la persona. No es normal que una persona vaya 20 veces al día o que se despierte toda la noche para ir al baño. Tampoco lo es, sentir siempre urgencia porque se sale la orina.

“Por lo que vemos en consulta, cerca del 40 por ciento de las mexicanas tienen esta condición y de ellas, sólo el 10 por ciento acude con su médico. Esto se debe muchas veces a la ignorancia, ya que lo consideran normal por ser muy frecuente. A veces no lo hablan por pena o porque se sienten incómodas o sucias”, explica Maiti.

“Se estima que las cifras irán aumentando y por eso, la mujer debe hablarlo con su médico, y si no menciona nada al respecto, el médico tiene la obligación de preguntar”, asevera el especialista.

UN GOLPE AL ESTILO DE VIDA

La incontinencia incapacita a muchas mujeres, les genera ansiedad al salir de paseo o de viaje porque no saben si tendrán un baño cerca. Además golpea seriamente su autoestima cuando sienten miedo de vivir un episodio embarazoso o simplemente de despedir olor a orina.

“Afecta la manera como planean su vida, y en casos muy severos, las pacientes no salen de su casa. Incluso puede afectar tremendamente su sexualidad, y algunas hasta se aíslan en su propio hogar. Eso sin contar los gastos que origina comprar pañales de adultos y la incomodidad de usarlos”.

Esta condición no es una enfermedad sino un síntoma, que se debe a infecciones en la mayoría de los casos, pero también a los embarazos y cesáreas, a problemas hormonales, sobrepeso, ejercicios extenuantes o a problemas de columna y cerebrales.

“Es normal durante el embarazo por el peso y la presión del feto en la vejiga, pero si sigue después ya no es normal. Y contrario a lo que se cree, tampoco es algo causado por el envejecimiento”.



► De acuerdo con los expertos existen cuatro tipos principales de incontinencia: de esfuerzo, de urgencia, mezclada (que incluye las dos primeras) y por rebosamiento, que se da como consecuencia de accidentes cerebrales y de columna.

DETÉCTALA

Para tratar este padecimiento, es necesaria una valoración integral con estudios urodinámicos.

“Hay cuatro tipos principales de incontinencia: de esfuerzo, de urgencia, la mezclada (una mezcla de las dos primeras) y por rebosamiento (como consecuencia de accidentes cerebrales y de columna). Sólo en el primer caso se indica la cirugía; en las otras tres situaciones se da tratamiento médico.

“La incontinencia urinaria no es equivalente a cirugía, también existen tratamientos tomados. Muchas mujeres han tenido tratamientos inadecuados y por eso no se les resuelve el problema”, asegura el experto.

“Actualmente existen técnicas con hasta un 90 por ciento de efectividad, cuando antes tenían hasta un 40 por ciento de falla. Una cirugía para corregir la incontinencia de esfuerzo puede hacerse de manera ambulatoria y salir del hospital en unas cinco horas, y a la semana la paciente vuelve al trabajo.

“Si toma tratamiento puede estar corregido entre uno y tres meses. Ambas opciones de pueden usar lo



ASÍ LO DIJO

“La mayoría de las mujeres empieza a presentar incontinencia urinaria entre los 30 y los 50 años. Lo normal es ir hasta siete veces al baño ya que la capacidad de la vejiga es de 300 a 450 mililitros, dependiendo de la persona. No es normal que una persona vaya 20 veces al día o que se despierte toda la noche para ir al baño”.

Sandip Maiti, urologista

mismo en pacientes jóvenes que de hasta 80 años

“Lo mejor es la autoevaluación, y ver cómo estoy orinando, cuántas veces voy al baño, si tengo molestias o ardor o si me quedo con ganas de ir. Y si se tiene la situación, es importante saber que existe una solución”, agrega Maiti.



► En el estudio, los investigadores provocaron síntomas de demencia senil en conejillos de Indias, inyectándoles una forma particular de la proteína beta-amiloide.

Tienen médicos nuevas pistas sobre Alzheimer

► Concluyen que sólo uno de los tres tipos de la proteína relacionada con el mal tiene papel activo en él

EL ESTUDIO

Los investigadores usaron extractos de cerebro de personas que donaron sus cadáveres a institutos médicos.

En los cerebros de los cobayos se inyectaron formas de beta-amiloide soluble que contienen diferentes cifras de moléculas, así como núcleos insolubles de placas cerebrales.

No hubo efectos perceptibles de las placas insolubles o de aquellas solubles de una o de tres moléculas, determinaron los investigadores.

En cambio, la forma de beta-amiloide soluble de dos moléculas produjo efectos de demencia senil en los cobayos, agregaron.

Los cobayos que recibieron ese tipo de beta-amiloide comenzaron a tener problemas de memoria, especialmente en materia de conductas recién aprendidas.

Cuando el cerebro de los cobayos fue inspeccionado, la densidad de las células cerebrales quedó reducida en un 47 por ciento.

Al parecer, el beta-amiloide afectó las sinapsis, las conexiones entre células que son esenciales para la comunicación entre ellas.

Por primera vez una investigación mostró el efecto de un tipo particular de beta-amiloide en el cerebro, dijo la doctora Marcelle Morrison-Bogorad, directora de la división de neurociencia del Instituto Nacional de Envejecimiento, que contribuyó al financiamiento de la investigación.

Resultó sorprendente que sólo uno de los tres tipos de beta-amiloide tuviese efecto, dijo Morrison-Bogorad en una entrevista telefónica.

Para más información consulta los sitios en internet www.nature.com/naturemedicine y www.nih.gov.

WASHINGTON.- Los investigadores han descubierto una nueva clave para la causa del mal de Alzheimer o demencia senil.

El cerebro de las personas que están afectadas por fallas de la memoria que conducen a la demencia está afectado con una placa formada por beta-amiloide, una proteína pegajosa, pero desde hace mucho se discute si esa es la causa de la enfermedad o un efecto secundario.

También están involucradas marañas de una proteína llamada tau.

Algunos científicos sospechan que esa es la causa.

Ahora, los investigadores han provocado síntomas de demencia senil en cobayos (conejillos de Indias), inyectándoles una forma particular de beta-amiloide.

Inyecciones de otras formas de beta-amiloide no causan demencia senil. Eso podría explicar por qué algunas personas que tienen placas de beta-amiloide en sus cerebros no muestran síntomas de la enfermedad.

Los hallazgos hechos por un equipo encabezado por los doctores Ganesh M. Shankar y Dennis J. Selkoe, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard, fueron difundidos ayer en la edición online de la revista especializada Nature Medicine.

TUTORIAS
A Nivel Secundaria y Prepa
Mat. Física, Química, Cálculo, Español, etc.
EXÁMENES DE ADMISIÓN, UBICACIÓN, EXTRAORDINARIAS
TEC, UDEM, UR, COLEGIOS BILINGÜES Y MAS.
CITAS: 1341 - 6001

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
CAPILLA ALFONSINA BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

MAPA de los ESTADOS UNIDOS de MÉJICO.

La Capilla Alfonsina Biblioteca Universitaria de la Universidad Autónoma de Nuevo León y la Sociedad Cultural Regionmontana tienen el honor de invitarle a la inauguración de

160 años de la firma del Tratado de Guadalupe Hidalgo
exposición bibliográfica y documental a cargo de Raúl Martínez Salazar

y

La retirada del Ejército Norteamericano de Monterrey a 160 años de distancia
conferencia impartida por Eduardo Cázares Puente

Martes 24 de junio de 2008
19:00 hrs.
Sala de Historia
Capilla Alfonsina
Biblioteca Universitaria

Los donativos en efectivo pueden ser depositados en las cuentas:
BBVA 113518017
BANORTE 157-01161-8
BANREGIO 003012680014
SANTANDER SERFIN 65-500-87-48-48
BANCOMER BBVA 442918706
BANAMEX 8702091793

Estos casos han sido investigados por el Departamento de Trabajo Social. Tu donativo puede ser en efectivo o en especie, o bien puedes prestar tus servicios a través del Banco de Voluntarios de Cáritas. Suplicamos nos llames si deseas que tu donativo se aplique a un caso específico.

Francisco G. Sada No. 2810 Pte. Col. Deportivo Obispaño, Monterrey, N.L.
Tel/Fax 1340 2000
E-mail: caritas@caritas.org.mx
www.caritas.org.mx

UANL
CAPILLA ALFONSINA
75 ANIVERSARIO

<http://www.uanl.mx/>

Rubi
CASO: 43862
“Te invito a formar parte de mi mundo”

Rubi cuenta con 16 años de edad y este día nos hace una gran invitación: formar parte de un mundo en el que nosotros los ángeles como usted para poder salir adelante. Esta jovencita nació con Parálisis Cerebral y Crisis Convulsivas, por lo que requiere de atención médica constante, ella no habla y no puede caminar, pero su gran corazón y esencialmente permitiendo luchar día a día por mejorar.

Rubi requiere de accesorios escolares que le permitan aprovechar su rehabilitación y ver resultados importantes como el ser más independiente. Ella es originaria de San Luis Potosí pero vino a nuestra ciudad junto a su familia, para recibir la atención médica adecuada. Rubi vive al lado de su mamá y 3 hermanas que tratan de cubrir sus necesidades más básicas: ellas se desempeñan como empleadas domésticas, pero lamentablemente el ingreso que perciben es insuficiente para cubrir todas las necesidades de la casa, principalmente la alimentación de la familia, la renta de la vivienda en la que habitan y, por supuesto, la atención médica de Rubi.

El Señor nos bendice por cada una de las acciones que realizamos en bienestar de nuestros hermanos más necesitados, por eso, lo invitamos a celebrar y juntos reunir la cantidad de \$5,000.00 únicos que nos permitirán apoyar parcialmente a Rubi para adquirir los accesorios de rehabilitación que tanto requiere, lo cual le permitirá mejorar grandemente su calidad de vida. Recuerde que su aportación puede ser parcial o total.

Tu Ayuda mi única Esperanza

Leidy
CASO: 44801
“Tu amor nos ayudará a salir adelante”

La vida para Leidy y su madre no ha sido nada fácil. El Glaucoma congénito en ambos ojos que presenta su mamá, le ha ocasionado la pérdida de la vista en forma progresiva a tal grado que del ojo izquierdo ya no ve nada y del ojo derecho sólo tiene un 25% de visión. Esta situación tiene muy desesperadas a ambas, ya que mientras su mamá no puede trabajar, Leidy está perdiendo la oportunidad de estudiar, ser alguien y en un futuro ser ella quien ayude a su madre, la cual cuenta con apenas 37 años de edad.

Leidy es una jovencita de 13 años de edad, estudiante de secundaria y con muchos deseos de superación y ganas de salir adelante pero desafortunadamente su situación económica se ha tornado muy difícil. A pesar de su problema visual, la mamá de Leidy vende ropa usada en un mercado rodante para tratar de obtener un ingreso que al menos les permita cubrir sus gastos personales. Ellos viven en casa de su abuela materna.

Si logramos reunir la cantidad de \$5,000.00, podremos incluir a Leidy a un programa temporal de apoyo escolar y, con ello, impulsarla a que se siga superando para, en un futuro, sea quien la brinde una vida digna a su mamá. Recuerde que su aportación puede ser parcial o total.

Los donativos en efectivo pueden ser depositados en las cuentas:
BBVA 113518017
BANORTE 157-01161-8
BANREGIO 003012680014
SANTANDER SERFIN 65-500-87-48-48
BANCOMER BBVA 442918706
BANAMEX 8702091793

cáritas de monterrey
“Servir por amor, los unos a los otros”