

Infecciones de vías urinarias

Las **infecciones de vías urinarias (IVU)** son infecciones frecuentes. Muchas mujeres las contraen en algún momento de su vida. Algunas mujeres tienen infecciones repetidas y podrían tenerlas a menudo. No obstante, la mayoría de las IVU no son graves. Estas infecciones se pueden tratar con **antibióticos** y los síntomas generalmente se pueden aliviar de manera rápida.

Lo que necesita saber

- ¿Qué causa las IVU?
- los síntomas y el tratamiento
- cómo prevenir las IVU

Las vías urinarias y las infecciones

Las vías urinarias tienen una parte inferior y una parte superior. Las vías urinarias superiores están formadas por los **uréteres** y los **riñones**. Las vías inferiores están formadas por la **uretra** y la **vejiga**.

¿Cómo funcionan estos órganos juntos?

- Los dos riñones producen orina.
- Los dos tubos llamados uréteres transportan la orina desde los riñones hasta la vejiga.
- La vejiga almacena orina.
- La uretra lleva la orina de la vejiga fuera del cuerpo.

¿Dónde comienzan las IVU?

La mayoría de las IVU comienzan en las vías urinarias inferiores. Las **bacterias** entran a través de la uretra y se diseminan hacia arriba hasta la vejiga. Esto puede

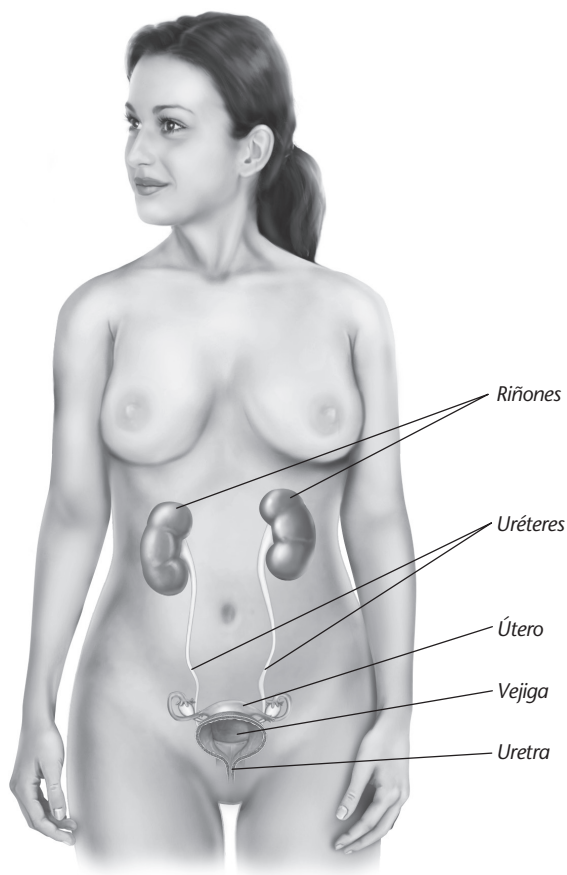
causar **cistitis**, una infección de la vejiga. En algunos casos, puede desarrollarse al mismo tiempo una infección de la uretra llamada **uretritis**.

¿Cómo comienza una infección renal?

Las bacterias que han infectado la vejiga podrían viajar por los uréteres hasta los riñones. Esto puede causar una infección renal, **pielonefritis**. Una infección en las vías superiores podría causar una enfermedad más grave que una infección en las vías inferiores.

¿Las mujeres contraen IVU con más frecuencia que los hombres?

Las mujeres son más propensas que los hombres a contraer IVU. Esto se debe a que la uretra es más corta y cercana al **ano** en una mujer que en un hombre. Esto significa que las bacterias pueden llegar a la vejiga más fácilmente.



Causas de las IVU

Es normal que las bacterias del intestino vivan en la piel cerca del ano o en la **vagina**. A veces estas bacterias se diseminan al área alrededor de la uretra. Si se mueven hacia arriba en la uretra, podrían causar infecciones en la vejiga y, a veces, en otras partes de las vías urinarias.

¿Puedo contraer una IVU durante el sexo?

La anatomía de las mujeres las hace propensas a contraer IVU después del sexo. La abertura de la uretra está delante de la vagina. Durante el sexo, las bacterias cercanas a la vagina pueden entrar en la uretra por el contacto con el **pene**, los dedos o los juguetes sexuales. Las IVU tienden a ocurrir en mujeres que comienzan a tener sexo o lo tienen con más frecuencia. El uso de **espermicida** o un diafragma como anticonceptivos también puede causar IVU más frecuentes.

¿Qué más puede causar IVU?

Las infecciones también pueden desarrollarse cuando la vejiga no se vacía completamente. Esto podría deberse a lo siguiente:

- Un cálculo en los uréteres, los riñones o la vejiga que bloquea el flujo de orina a través de las vías urinarias. Los cálculos se forman cuando los minerales de la orina se adhieren y no hay suficiente líquido para eliminarlos.

- Un conducto estrecho en las vías urinarias que disminuye la velocidad del flujo de orina.
- Un problema con los nervios o los músculos de la pelvis.

¿Qué otros factores aumentan el riesgo de contraer una IVU?

Es más probable que le dé una infección si usted

- ha tenido una IVU antes
- ha tenido varios hijos
- tiene **diabetes mellitus**
- tiene obesidad
- está pasando por la **menopausia**
- está embarazada

Si está embarazada y cree que podría tener una IVU, llame a su **ginecólogo obstetra (ginecoobstetra)** de inmediato. Las infecciones graves pueden causar problemas tanto para usted como para el **feto**, por lo que es importante tratar las IVU a tiempo.

Síntomas de las IVU

Los síntomas de las IVU pueden aparecer rápidamente. Un signo es un fuerte deseo de orinar que no se puede retrasar (urgencia). A medida que fluye la orina, se podría sentir un dolor o ardor agudos en la uretra. La urgencia por orinar entonces regresa unos minutos después (frecuencia). Podría haber dolor en la parte inferior del abdomen, en la espalda o en los costados.

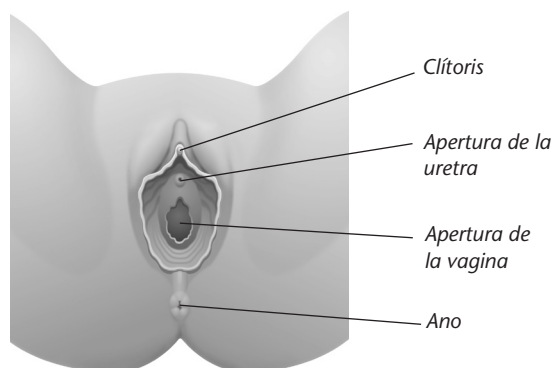
¿Cómo afecta una infección a mi orina?

Si usted tiene una IVU su orina podría

- tener un olor intenso
- parecer turbia
- estar teñida con sangre

La sangre en la orina podría ser causada por una IVU, pero también podría ser causada por otras afecciones. Llame a su ginecoobstetra de inmediato si ve sangre en su orina.

Anatomía femenina



¿Cuáles son los síntomas de una infección renal?

Si las bacterias ingresan en los uréteres y se diseminan a los riñones, los síntomas podrían incluir los siguientes

- dolor de espalda
- escalofríos
- fiebre
- náuseas
- vómitos

Si tiene alguno de estos síntomas, llame a su ginecoobstetra de inmediato. Las infecciones renales son graves. Necesitan ser tratadas rápidamente.

¿Podrían mis síntomas ser algo más?

El dolor al orinar puede ser causado por otras afecciones, como la infección de la vagina o la **vulva**. Podrían necesitarse pruebas para confirmar el diagnóstico de una IVU. Hable con su ginecoobstetra en detalle sobre sus síntomas.

Diagnóstico de IVU

El diagnóstico de una IVU a menudo se hace a partir de los síntomas, incluyendo dolor al orinar o micción frecuente.

¿Qué pruebas se hacen para diagnosticar una IVU?

Una prueba simple llamada **análisis de orina (uroanálisis)** puede mostrar si usted tiene una IVU. Para esta prueba, se le pedirá que proporcione una muestra de orina. Esta muestra se estudiará en un laboratorio para buscar glóbulos blancos, glóbulos rojos y bacterias. La muestra de orina también se podría cultivar en un medio de cultivo (una sustancia que promueve el

Cómo proporcionar una muestra de orina

Para el uroanálisis, es importante proporcionar una muestra limpia de orina. Su ginecoobstetra o el personal de enfermería le darán un vaso estéril y una toalla especial. Siga estos pasos:

1. Abra el vaso y colóquelo al alcance de la mano. Coloque la tapa cerca con el interior de la tapa hacia arriba.
2. Separe los **labios** con una mano. Con la otra mano, limpie su área genital con la toalla. Limpie de delante hacia atrás y no toque ni limpie su ano.
3. Mientras mantiene abiertos los labios, recoja el recipiente abierto con la otra mano, orine un poco en el inodoro y orine el resto en el vaso. Vuelva a colocar la tapa en el vaso.

No toque el interior de la tapa ni el interior del vaso en ningún momento. Esto ayuda a evitar que la muestra recoja bacterias de sus manos.

crecimiento de bacterias) para ver qué bacterias están presentes.

¿Por qué necesitaría más pruebas?

Usted y su ginecoobstetra podrían hablar sobre las pruebas para examinar sus vías urinarias si

- su infección no desaparece con el tratamiento
- ha tenido varias IVU en poco tiempo
- tiene dolor, fiebre y escalofríos

Su ginecoobstetra puede recomendar un **ultrasonido** o **tomografía computarizada (TC)** de las vías urinarias superiores.

Tratamiento de las IVU

Los antibióticos se usan para tratar las IVU. El tipo, la dosis y la duración del tratamiento con antibióticos dependen del tipo de bacteria que causa la infección y su historial médico. Una IVU simple rara vez conduce a una infección de las vías urinarias superiores.

¿Cuánto tiempo necesito tomar antibióticos?

En la mayoría de los casos, el tratamiento dura unos días y es muy eficaz. La mayoría de los síntomas desaparecen en 1 a 2 días. Es muy importante terminar los medicamentos prescritos para una IVU, incluso después de que sus síntomas desaparezcan.

¿Qué pasa si tengo una infección más grave?

Para una infección más grave, como una infección renal, es posible que tenga que permanecer en el hospital. Las infecciones graves tardan más en tratarse y podría ser que necesite tomar medicamentos por **vía intravenosa (IV)**.

¿Qué significa si tengo IVU con frecuencia?

Si tiene tres o más IVU en un año, usted tiene una **infección recurrente**. El primer paso en el tratamiento es encontrar la causa. Los factores que aumentan el riesgo de una infección recurrente son los siguientes

- sexo frecuente
- uso de espermicidas a largo plazo
- uso del diafragma
- una nueva pareja sexual
- edad joven en la primera IVU
- antecedentes de IVU

¿Cómo se tratan las IVU recurrentes?

Las infecciones recurrentes se tratan con antibióticos. Una o dos semanas después de terminar el tratamiento, se podría hacer un análisis de orina para ver si la infección ha desaparecido.

¿Cómo se pueden prevenir las IVU recurrentes?

- Se podría recomendar cambiar su método anticonceptivo.

- Se podría recomendar una única dosis diaria de antibiótico durante 6 a 12 meses.
- Si a menudo contrae IVU por la actividad sexual, su ginecoobstetra podría recomendarle tomar una única dosis de antibiótico después de cada vez que tenga relaciones sexuales.

Prevención de las IVU

Hay varias maneras de prevenir las IVU:

- Lave la piel alrededor del ano y el área genital.
- Beba muchos líquidos (incluyendo agua) para eliminar las bacterias de su aparato urinario.
- Vacíe la vejiga tan pronto como sienta la urgencia o aproximadamente cada 2 a 3 horas.

¿Debo beber jugo de arándanos para detener una IVU?

El jugo de arándano sin azúcar y las pastillas de arándano podrían disminuir el riesgo de contraer una IVU. Se está estudiando la cantidad exacta de jugo o pastillas necesarias y cuánto tiempo usted necesita tomarlas para prevenir la infección. Se está estudiando el tratamiento con una crema o píldoras de **estrógeno** como una manera de prevenir las IVU en mujeres en la menopausia y posmenopausia.

Enseñanzas para usted

1. Las infecciones de la vía urinario son frecuentes y pueden ser dolorosas.
2. El tratamiento con antibióticos puede disminuir los síntomas dolorosos y eliminar las infecciones.
3. Estas infecciones pueden tratarse con éxito con un tratamiento médico rápido.
4. Si tiene múltiples IVU en un año, hable con su ginecoobstetra sobre las maneras de ayudar a prevenir infecciones frecuentes.

Términos que debe conocer

Análisis de orina (uroanálisis): Prueba para verificar la muestra de orina.

Ano: Abertura del tubo digestivo a través del cual el cuerpo evacua.

Antibióticos: Fármacos que tratan ciertos tipos de infecciones.

Bacterias: Microorganismos unicelulares que pueden causar infecciones en el cuerpo humano.

Cistitis: Infección de la vejiga.

Diabetes mellitus: Afección en la que las concentraciones de glucosa en la sangre son demasiado altas.

Espemicida: Producto químico (crema, gel, espuma) que inactiva los espermatozoides.

Estrógeno: Hormona femenina producida en los ovarios.

Feto: Etapa del desarrollo humano más allá de las 8 semanas completas después de la fecundación.

Ginecólogo obstetra (ginecoobstetra): Médico especialista en la salud femenina.

Infección recurrente: Infección que se produce más de una vez.

Infecciones de vías urinarias (IVU): Infecciones en cualquier parte del sistema urinario, incluidos los riñones, la vejiga o la uretra.

Labios: Pliegues de la piel a cada lado de la abertura de la vagina.

Menopausia: Momento en el que se detienen permanentemente los períodos menstruales de la mujer. La menopausia se confirma después de 1 año sin que se hayan tenido períodos menstruales.

Pene: Órgano sexual masculino.

Pielonefritis: Infección renal causada por bacterias.

Riñones: Órganos que filtran la sangre para eliminar los desechos que se convierten en orina.

Tomografía computarizada (TC): Tipo de radiografía que muestra los órganos y las estructuras internas en una sección transversal.

Ultrasonido: Prueba en la cual se utilizan ondas sonoras para examinar las partes internas del cuerpo.

Uréteres: Par de tubos en los que cada uno sale de uno de los riñones hasta la vejiga.

Uretra: Estructura similar a un tubo. La orina fluye a través de este tubo cuando sale del cuerpo.

Uretritis: Infección de la uretra, el órgano a través del cual sale la orina del cuerpo.

Vagina: Estructura en forma de tubo que está rodeada de músculos. La vagina comunica el útero con el exterior del cuerpo.

Vejiga: Órgano hueco y muscular en el que se almacena la orina.

Vía intravenosa (IV): Tubo que se inserta en la vena y se utiliza para administrar medicamentos o líquidos.

Vulva: Área genital femenina externa.

Esta información está diseñada como una ayuda educativa para los pacientes y presenta información actual y opiniones sobre la salud de las mujeres. No tiene como finalidad constituir una declaración del estándar de atención, ni incluye todos los tratamientos o métodos de atención adecuados. Tampoco sustituye el juicio profesional independiente de un médico tratante. Para ver la exención de responsabilidad completa de ACOG, visite www.acog.org/WomensHealth-Disclaimer.

Derechos de autor febrero del 2021 por el Colegio Americano de Obstetras y Ginecólogos (American College of Obstetricians and Gynecologists). Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación podrá reproducirse, almacenarse en un sistema de extracción, publicarse en internet, ni transmitirse de ninguna forma ni por ningún método, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, grabación o de cualquier otro modo, sin obtener previamente un permiso por escrito del editor.

[Este es el ESP050 en la Serie de materiales educativos para pacientes del ACOG.](#)

ISSN 1074-8601

American College of Obstetricians and Gynecologists
409 12th Street SW
Washington, DC 20024-2188