



“INCONTINENCIA URINARIA EN EL ADULTO MAYOR Y REHABILITACIÓN” KINÉSICA”

**DANIELA GUERRA DE LA PUENTE
PILAR SALAZAR BARJA**

LICENCIADO EN KINESIOLOGÍA

RESUMEN

En Chile en los últimos años se ha generado un cambio acelerado en la distribución demográfica y por lo mismo un aumento de la población adulto mayor. Lo que ha generado cambios en el perfil epidemiológico con un aumento de la instauración de procesos crónicos degenerativos y síndromes geriátricos como lo es la incontinencia urinaria. La “International Continence Society” (ICS), define este síndrome como; “la pérdida involuntaria de orina, objetivamente demostrable, que genera problemas higiénicos y sociales” (2005).

Si bien existe una amplia gama de alternativas de tratamiento para el problema de incontinencia urinaria, resulta importante mencionar que ningún tratamiento es perfecto para todos, ya que depende no sólo del tipo y severidad de la IU, sino también de las características personales del individuo que padece la patología.

Según la información recopilada a través de la literatura, se encuentra evidencia científica sobre la eficacia de tratamientos conservadores para la incontinencia urinaria de estrés, urgencia y mixta, destacando la técnica de reentrenamiento perineal como efectiva en la reducción y resolución de los síntomas de incontinencia urinaria leve a moderada en mujeres adultas mayor que siguen y respetan un protocolo de tratamiento. Así como también la terapia conductual que es recomendada como alternativa de primera línea para algunas mujeres AM que sufren de incontinencia por urgencia.

La combinación de terapias vale decir, terapia conductual con técnicas suplementarias (biofeedback, electroestimulación), resultan efectivas en cuanto a la reducción y/ resolución de los síntomas.

Según la información encontrada, se concluye que las técnicas conductistas (entrenamiento y educación vesical), de entrenamiento vesical con biofeedback y la farmacoterapia son los tratamientos de elección para los pacientes ancianos a condición de que sea posible evaluar la recuperación del paciente. Por otra parte, el tratamiento quirúrgico, es la alternativa más invasiva y riesgosa, por lo mismo constituye usualmente la última opción de tratamiento.

La alta prevalencia subdiagnosticada de la incontinencia urinaria, el gran impacto que tiene a nivel biológico, en la percepción del propio estado de salud, en lo emocional, psicológico, social y de calidad de vida en general, así como también, el escaso conocimiento del quehacer kinésico en esta área es lo que suscita nuestro interés para el desarrollo de esta revisión bibliográfica.

Tomando en cuenta que la kinesiterapia tiene una importancia fundamental en la prevención y mejoría de las deficiencias fisiológicas de los ancianos en proceso de involución biológica, resulta de gran importancia en esta memoria, exponer los distintos métodos de tratamiento kinésico para la incontinencia urinaria en el adulto mayor, a través de la revisión en la literatura actual sobre los últimos avances de tratamiento existentes para esta patología. También pretende ser una fuente de información confiable que apoye, fundamente y contribuya al conocimiento del rol kinésico en la rehabilitación de la IU en el adulto mayor.

Con el fin de lograr los objetivos de la investigación, se realizó una revisión de la literatura disponible, confiable y pertinente respecto fisiopatología de la IU, situación de la enfermedad, diferentes alternativas de tratamiento en el adulto mayor y su efectividad.

La información se extrajo de estudios realizados entre los años 1999 y 2007, disponibles desde fuentes confiables como:

- ISI web of de Science.
- Scielo.
- Pub Med.
- Elsevier.
- Cochrane.
- Revistas y libros de la Universidad de Talca y UCM.

La búsqueda On line se realizó por medio de palabras claves:

Urinary incontinence, Prevalence of urinary incontinence, Treating urinary incontinence in the elderly, autores y asociación de palabras.