

# Infección urinaria o cistitis

## Qué es

La infección de orina está provocada por la **invasión de microorganismos en el tracto urinario**. Puede producirse por dos vías diferentes: **por el extremo inferior de las vías urinarias** (abertura en la punta del [pene](#) o de la uretra, según se trate de un hombre o de una mujer), que es el caso más frecuente; o bien **a través del flujo sanguíneo**, en cuyo caso la infección afecta directamente a los riñones.

Las infecciones de las vías urinarias más habituales son las producidas por bacterias, aunque también pueden presentarse a causa de virus, [hongos](#) o parásitos. De muchas de ellas es responsable **la bacteria llamada *Escherichia coli***, que normalmente vive en el intestino. Infección de orina o del tracto urinario son expresiones que engloban diferentes enfermedades infecciosas (producidas por un microorganismo o germen) y que afectan a cualquier parte del sistema urinario (riñón, uréteres, vejiga urinaria o uretra).

## ¿Quién puede padecer cistitis?

Cualquier anomalía que provoque una obstrucción del flujo de orina ([piedras en el riñón](#), estructuras anómalas, etcétera,) puede inducir a una infección urinaria.

- Una [próstata dilatada](#) puede frenar el flujo de orina, por lo que incrementa el riesgo de infección.
- **Las personas sometidas a exámenes mediante tubos o catéteres** o que necesitan sondas pueden desarrollar más fácilmente infecciones procedentes de dichos instrumentos.
- **Los mayores** se ven afectados por este tipo de infecciones con mayor frecuencia, así como las que sufren una **disminución del sistema nervioso**, que les impide controlar la vejiga a voluntad.
- Por otra parte, **cualquier desorden que produzca una supresión en el sistema inmune incrementa el riesgo** de sufrir una infección urinaria, ya que este sistema es el encargado de mantener a raya los microorganismos patógenos responsables de las infecciones.
- También se dan en **bebés nacidos con alguna deformación del tracto urinario**, que a menudo han de ser corregidos mediante cirugía.

## Causas

La causa más frecuente en los varones, de infecciones a repetición, es una **infección bacteriana persistente en la próstata**. Las mujeres contraen con frecuencia infecciones de la vejiga después de una relación sexual, probablemente porque la uretra ha sufrido contusiones durante la misma. En casos muy particulares, las infecciones repetidas de la vejiga en las mujeres son originadas por una conexión anómala entre ésta y la [vagina](#).

## Síntomas

El cuadro clínico de la cistitis puede variar en función de la zona en la que se presente la infección. Estos son los [síntomas más comunes de la infección de orina](#):

- Necesidad urgente y frecuente de orinar.
- Picazón o quemazón en la uretra al orinar.
- Enrojecimiento de la vulva y picor vaginal (en las mujeres).
- Dolor al orinar y en las relaciones sexuales.
- Color turbio, lechoso (espeso) o anormal de la orina.
- Aparición de sangre en la orina.
- Fiebre y escalofríos (la fiebre puede significar que la infección ha alcanzado los riñones).
- Vómitos y náuseas.
- Dolor en el costado o espalda (indica infección en los riñones).
- A menudo, las mujeres sienten una ligera presión por encima del hueso púbico y muchos hombres sienten una dilatación del recto.
- Estar más irritable de lo normal.

Los **síntomas infantiles**, por su parte, pueden confundirse con otros trastornos; además, los pequeños se encuentran ante la dificultad de no saber expresar qué les pasa. No obstante, si un niño presenta una infección urinaria puede manifestar los siguientes indicios:

- Estar más irritable de lo normal.
- No comer como lo hace normalmente.
- Tener fiebre sin motivo aparente que además no acaba de desaparecer.
- No poder aguantarse la orina.
- Sufrir alteraciones en su desarrollo.
- Estar más irritable de lo normal.
- No comer como lo hace normalmente.
- Tener fiebre sin motivo aparente que además no acaba de desaparecer.
- No poder aguantarse la orina.
- Sufrir alteraciones en su desarrollo.

## Prevención

Seguir una dieta equilibrada y llevar un estilo de vida saludable pueden ayudar a prevenir una infección urinaria; también es recomendable **no retener la orina y beber agua de forma habitual**, al menos dos litros diarios, ya que esto favorecerá la diuresis.

En el caso de las mujeres con **menopausia**, **utilizar una crema de estrógenos** es eficaz a la hora de reducir las posibilidades de contraer una cistitis.

Otros consejos específicos para reducir el riesgo de cistitis en mujeres son:

- **Orinar después de cada coito** para eliminar posibles agentes infecciosos.
- **Evitar la ducha vaginal** como método para reducir la posibilidad de embarazo.
- **Cambiarse el bañador después de cada baño** y evitar el frío en la zona.
- **Tener precaución con** algunos **preservativos**, cremas espermicidas o el **diafragma**, ya que no son recomendables para personas propensas a padecer infecciones urinarias. En este caso, se aconseja acudir al especialista para adoptar un método anticonceptivo diferente.
- **Utilizar cremas lubricantes durante las relaciones sexuales:** La irritación vaginal postcoital es una causa muy frecuente de infección en la vejiga; el uso de lubricantes es una forma eficaz de evitar el roce y, por lo tanto, posibles infecciones.

En el caso de los **bebés y niños**, es importante **cambiar los pañales de forma frecuente**, así como instruir a los niños en los hábitos higiénicos que deben realizar después de haber orinado o defecado.

## Tipos

- **Bacteriuria:** Es la presencia de bacterias que aparecen en un análisis de orina.
- **Infecciones de tracto urinario inferior:** Son de varios tipos. La cistitis se produce en la vejiga, mientras que la uretritis se localiza en la uretra. En el caso de los hombres, la infección urinaria puede producirse en la próstata (prostatitis) o en los conductos encargados de la producción y excreción del semen (orquiepididimitis).
- **Infecciones de tracto urinario superior:** Se denomina así a otro tipo de infecciones más graves, como la pielonefritis aguda, que afecta a los riñones.
- **Infecciones urinarias no complicadas:** Son infecciones banales que no presentan otras patologías, como la cistitis o pielonefritis.
- **Infecciones urinarias complicadas:** Cuando existen otras patologías como alteraciones metabólicas, inmunodepresión o la aparición de patógenos inusuales. Pueden afectar tanto a niños como a mujeres embarazadas y hombres.

- **Infecciones urinarias recurrentes:** Son infecciones que vuelven a aparecer causadas por el mismo microorganismo o por otro.
- **Infección urinaria crónica:** La infección urinaria se cronifica cuando no termina de desaparecer a pesar de los tratamientos.

## Diagnóstico

Las pruebas y análisis que tendrán que realizarse al paciente con cistitis dependerán de la zona donde se presume que radica la infección y de los síntomas que éste padezca. Algunas de las pruebas más generales son las siguientes:

- **Examen físico:** El médico palpa la zona abdominal y pélvica del paciente para detectar los lugares con dolor o con enrojecimiento.
- **Análisis de orina:** Con una muestra de orina del paciente se examina si ésta contiene algún agente infeccioso (germen nocivo).
- **Cultivos de orina, líquido vaginal o líquido uretral:** Se siembra una gota de algunos de estos líquidos en una placa con nutrientes para bacterias y, después de transcurridas varias horas para que éstas crezcan, se determina qué tipo de bacteria es la causante de la infección y qué antibióticos pueden resultar efectivos (antibiograma).
- **Citoscopia:** Consiste en introducir por la uretra un tubo provisto de lentes y luz para observar directamente el estado de la uretra y la vejiga urinaria.
- **Ecografía abdominal:** Es un estudio indoloro del abdomen que se realiza mediante ultrasonidos que forman una imagen en un monitor.
- **Urografía:** Es una radiografía del riñón, para la cual hay que inyectar previamente una sustancia que creará un contraste y el riñón podrá ser observado con facilidad.

## Tratamientos

[El tratamiento para combatir las infecciones del aparato urinario](#) incluye **antibióticos, si están causadas por bacterias, o antivirales** (como el aciclovir) **si están causadas por virus**. Para administrar eficazmente uno y otro tipo de fármaco, el médico especialista tiene la posibilidad de realizar una prueba de sensibilidad o antibiograma, que le ayuda a elegir el más efectivo contra el tipo de microorganismo que está produciendo la infección. Los antibióticos más usados son el trimetoprim, la amoxicilina y la ampicilina. También una clase de fármacos llamados quinolonas han sido aprobados en los últimos años para el tratamiento de las infecciones del tracto urinario, como son la ofloxacina, ciprofloxacina y trovafloxacina.

Antes de iniciarse el tratamiento con antibióticos, el médico determina si el paciente padece algún trastorno que pueda agravar la infección, como una alteración de la actividad nerviosa, una [diabetes](#) o una disminución de las defensas del organismo que pueda reducir la capacidad de éste último de combatir la infección. En pacientes que sufren infecciones por Chlamydia o Micoplasma se hace necesario un tratamiento más largo con tetraciclina o una combinación de **trimetoprim y sulfametoxazol**. Un análisis posterior ayuda a

confirmar que el tracto urinario está libre de gérmenes. Los pacientes con infecciones de riñón graves tienen que ser hospitalizados hasta que puedan tomar fluidos y fármacos por su cuenta.

Los médicos opinan que **beber grandes cantidades de agua ayuda a limpiar el tracto urinario de bacterias y que es mejor dejar de fumar** (el tabaco es el principal causante del cáncer de vejiga) **y de tomar café, alcohol y comidas con especias** mientras la infección se mantenga. Si la infección se debe a una obstrucción física de la orina (a una piedra, por ejemplo), puede ser necesaria la cirugía para eliminar aquello que produce la obstrucción o corregir una posible anomalía física como podrían ser un útero y una vejiga caídos. La litotricia extracorpórea puede desintegrar la piedra mediante ondas de choque producidas mediante un aparato llamado litotritor. También puede eliminarse una [piedra del riñón](#) mediante la nefrolitotomía percutánea, que consiste en una pequeña incisión en la espalda para crear un túnel directo al riñón por donde se introduce un instrumento llamado nefroscopio, que sirve para localizar y extraer el cálculo. Para aliviar los síntomas que producen las infecciones del tracto urinario (urgencia urinaria, dolor al orinar, espasmos, etcétera) se utilizan diferentes tipos de fármacos como la atropina y la fenazopiridina.

## **Bibliografía**

<http://www.dmedicina.com/enfermedades/ginecologicas/infeccion-urinaria.html>