

IMPLANTACION DE UN SPF DE INCONTINENCIA URINARIA EN FARMACIA COMUNITARIA

Eduardo Satue de Velasco. Farmacéutico Comunitario Maella (Zaragoza)

INTRODUCCIÓN

La incontinencia urinaria (IU) es la pérdida involuntaria de orina. Problema que se puede manifestar en diferentes circunstancias, con varios niveles de severidad y en relación con etiologías distintas y que tienen un amplio abanico de repercusiones físicas, mentales, sociales y económicas

La incontinencia urinaria es un patología frecuente en la población (15-30%), especialmente los mayores y mujeres, que por diversos factores suele estar infradiagnosticada (50-75%). Estos pacientes visitan normalmente la farmacia comunitaria que puede ser un centro de cribado de esta patología.

OBJETIVOS

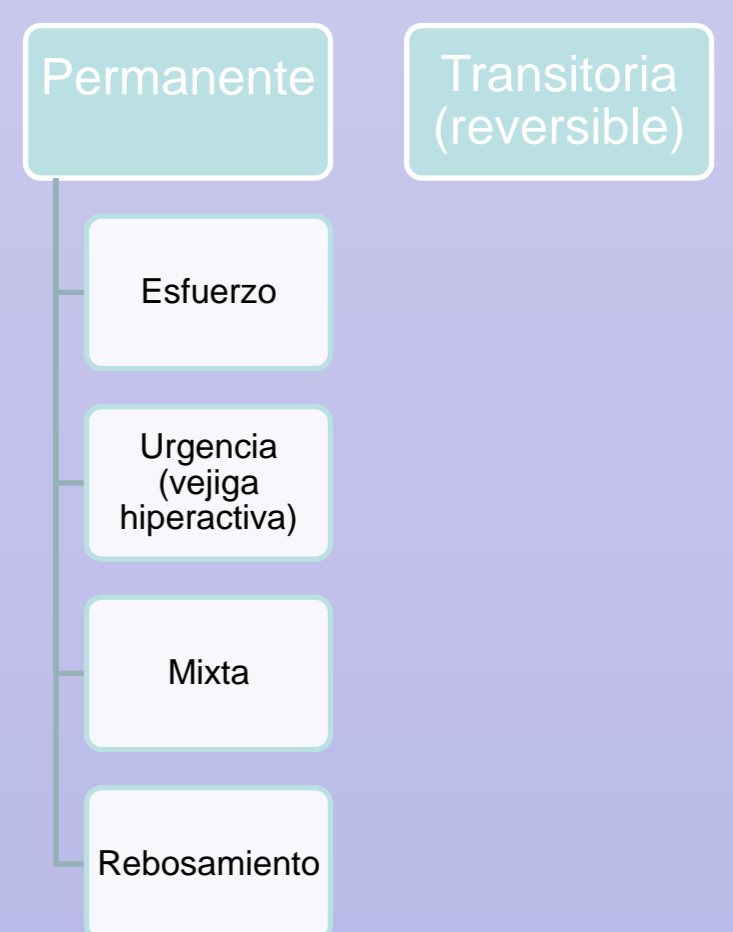
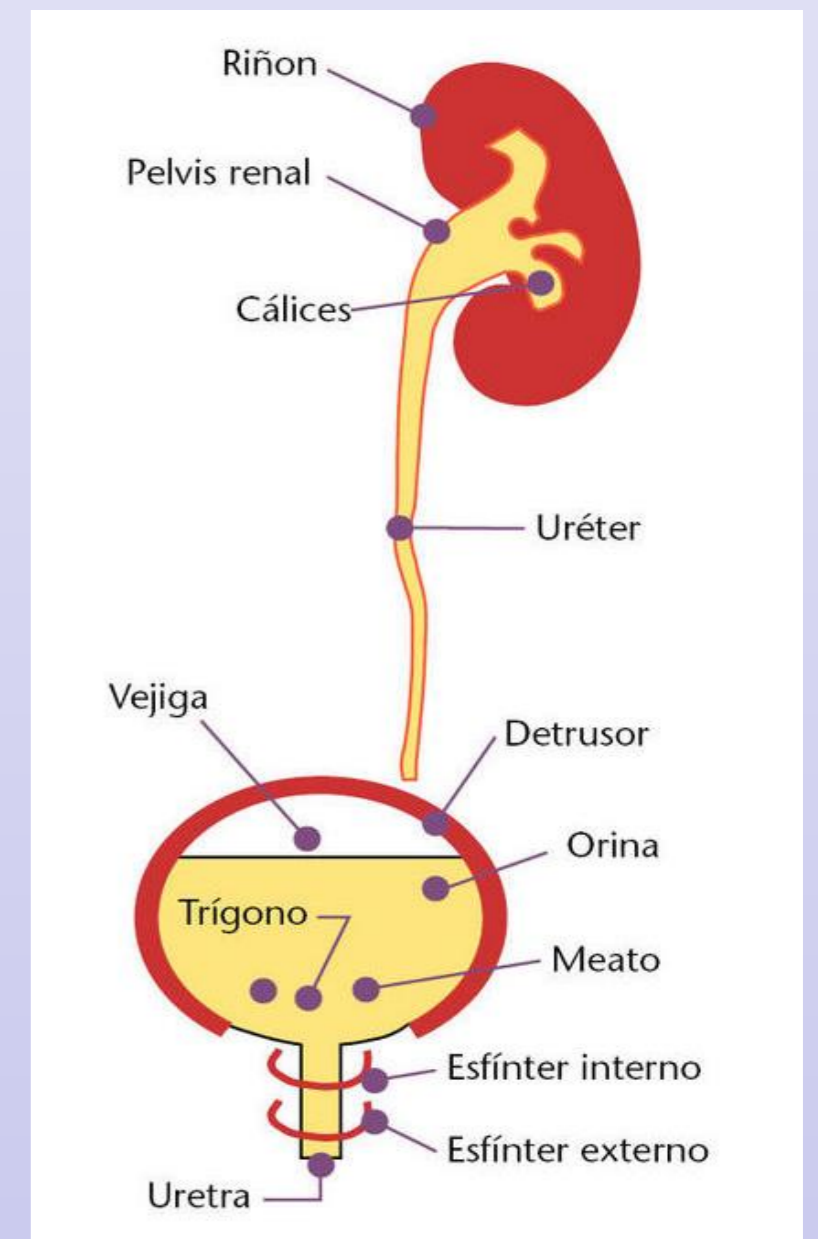
1º Plantear la farmacia comunitaria como centro de cribado de incontinencia urinaria

2º Establecer PNT de actuación al farmacéutico para detección y seguimiento de esta patología

METODOLOGIA

Ante la pregunta de si este cribado es posible aplicarlo en farmacia comunitaria, nos planteamos varios factores favorables:

- La captación del paciente susceptible de padecer incontinencia es intuitiva ya que suele pedir productos sanitarios para esta situación
- Puede realizarse la consulta en la ZAP
- Los test estandarizados ofrecen resultado inmediato
- No requiere aparataje complicado o caro
- Se puede realizar seguimiento desde la FC



Respecto a los PNT utilizables en FC de cribado se pueden incorporar aquellos utilizados en los centros de salud por medicina de primaria y/o enfermería:

- Test de severidad de Sandvik,
- Test de calidad de vida (ICIQ-IU-SF) y
- Test King's Health Questionnaire

Para el seguimiento se realizarán consejos higiénico dietéticos, ejercicios de Kegel, seguimiento de medicamentos y productos sanitarios especializados

Tabla 3. Clasificación clínica de la IU (cuestionario IU-4)

1	¿Se le escapa la orina cuando hace un esfuerzo físico? (subir o bajar escaleras, reír, toser, estornudar, etc.)
2	¿Se le presentan bruscamente las ganas de orinar?
3	¿Se le ha escapado la orina porque no le da tiempo a llegar al baño?
4	Por causa de los escapes de orina al presentarse bruscamente las ganas de orinar, ¿ha necesitado usar algún tipo de protección?

Documento nº 3. Test de severidad de Sandvik

Test de gravedad de la IU de Sandvik

¿Con qué frecuencia pierde orina?

Menos de una vez al mes... 1
Una o varias veces al mes... 2
Una o varias veces a la semana... 3
Todos los días y/o noches... 4

¿Qué cantidad de orina pierde?

Unas gotas (muy poca cantidad)... 1
Chorro pequeño (una cantidad moderada)... 2
Mucha cantidad... 3

El índice de gravedad se calcula multiplicando las dos preguntas y después se categorizan de la siguiente forma:

1-2: IU leve
3-6: IU moderada
8-9: IU grave
12: IU muy grave

Documento nº 5. Cuestionario corto de Calidad de vida de la Internacional Consultation on Incontinence (ICIQ-IU-SF)

ICIQ-IU-SF

1. Por favor escriba la fecha de su nacimiento:

2. ¿Cuál es (son) su(s) sexo(s)?

3. ¿Con qué frecuencia pierde orina? (Marque una)

4. ¿No gustaría saber su impresión acerca de la cantidad de orina que usted cree que se le escapa?

5. ¿Estos escapes de orina que tiene, ¿afectan a su vida diaria?

6. ¿Cuánto pierde orina? (Dígnale todo lo que pase a usted)

Documento nº 9. Test compresa de 24 horas

Instrucciones para el Test de la Compresa de 24 horas

1. Preguntar al paciente el número de compresas que utiliza habitualmente.

2. Entregar al paciente un número de compresas siempre superior al número que usa cada día.

3. Cada compresa debe ir envuelta en una bolsa individual rotulada con los datos de la paciente y el peso de la compresa en seco.

4. El pasado se hace con una balanza electrónica homologada.

5. Se entregan las compresas envueltas y etiquetadas y se dan las instrucciones por escrito.

6. Se solicita a la paciente que realice el test el día anterior a su entrega. El pasado final se ha de realizar en las primeras 72 horas tras la recogida.

7. Se anota en la hoja de recogida de datos el peso antes y después de cada compresa, y la diferencia de peso.

8. Se considera que el test es positivo si el peso diferencial total es igual o superior a 8 gramos.

Instrucciones para el Test de la Compresa de 24 horas

Nombre: nº FC: Fecha:

INDICACIÓN: Evaluación pretratamiento Evaluación posttratamiento Discordancia clínica urodinámica Otra indicación

Nº de compresa	Peso antes (g)	Peso después (g)	Diferencia de peso
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
TOTAL			

Valoración final: Positivo Negativo No valorable

Documento nº 4. King's Health Questionnaire

1. ¿Cómo definiría su estado de salud?

2. ¿Hasta qué punto sus problemas urinarios afectan su vida?

3. ¿No gustaría saber cuáles son sus problemas urinarios y hasta qué punto le afectan. De la lista siguiente elija SOLO AQUELLOS PROBLEMAS que usted tenga en la actualidad. DEJE DE CONTESTAR los que no corresponden a su caso.

4. ¿A continuación aparecen algunas actividades que pueden verse afectadas por problemas urinarios. ¿Hasta qué punto le afectan sus problemas urinarios? No guarde que contestará a todas las preguntas. Simplemente marque con una X el cuadrado que corresponde en cada caso.

El diario de micción es una herramienta útil para la evaluación y para cuantificar la respuesta al tratamiento.

HORA	LÍQUIDOS		¿CUANTAS VECES?	CANTIDAD ORINADA			PERDIDAS INVOLUNTARIAS DE ORINA			ACTIVIDAD RELACIONADA CON LAS PERDIDAS	SI UTILIZA PAÑALES ESPECÍFICOS CATEGORÍA Y TIPO
	CANTIDAD	TIPO		POCO	MED.	ABUND.	POCO	MED.	ABUND.		
12 a - 1 a.m.											
1 a - 2 a.m.											
2 a - 3 a.m.											
3 a - 4 a.m.											
4 a - 5 a.m.											
5 a - 6 a.m.											
6 a - 7 a.m.											
7 a - 8 a.m.											
8 a - 9 a.m.											
9 a - 10 a.m.											
10 a - 11 a.m.											
11 a - 12 p.m.											
12 p.m. - 1 p.m.											
1 p.m. - 2 p.m.											
2 p.m. - 3 p.m.											
3 p.m. - 4 p.m.											
4 p.m. - 5 p.m.											
5 p.m. - 6 p.m.											
6 p.m. - 7 p.m.											
7 p.m. - 8 p.m.											
8 p.m. - 9 p.m.											
9 p.m. - 10 p.m.											
10 p.m. - 11 p.m.											
11 p.m. - 12 p.m.											

Mejorar los hábitos y estilos de vida directamente relacionados con la micción

Evitar el estreñimiento y la obesidad. Reducir el consumo de sustancias excitantes: alcohol, cafeína, cítricos, tomate y comidas con especias, chocolate, etc. (recomendación grado B para prevención de IUU).

Restricción de líquidos en la tarde-noche y de frutas con alto contenido en líquido (pero evitando la formación de orina concentrada).

Evitar la polimedicación en general (recomendación grado C). Representa un riesgo en sí mismo por la adición de efectos. Evitar los sedantes nocturnos.

Evitar el consumo de plantas medicinales de efecto desconocido (efecto diurético, por ejemplo).

Mantener unos buenos hábitos miccionales, no hacer intervalos entre las micciones mayores de 3 horas durante el día (recomendación grado B).

Medidas de prevención en domicilio

Facilitar el desplazamiento al WC, analizar la situación del domicilio y retirar obstáculos, utilizar

medios de desplazamiento, barras de agarre, elevación de asiento del water, etc.

Si no es posible el desplazamiento del dormitorio al WC, emplear sillas de altura adecuada, orinal, cuñas, etc.

Uso de ropas adecuadas, cómodas, holgadas y fáciles de quitar. Evitar la ropa prieta con opresión abdominal.

Evitar riesgo de lesión del periné (recomendación grado B)

Evitar el aumento brusco de presión intrabdominal (tos crónica, náuseas) con lesión del suelo pélvico, ya que provoca alteraciones e hipotonía muscular que, a su vez, facilitan la aparición de IU de esfuerzo.

Realizar actividad física regular evitando el ejercicio violento y gimnasia lesiva del suelo pélvico.

Evitar gritos y cantos exagerados y bruscos.

Evitar levantar pesos.

Tabla 6. Tratamiento específico de los distintos tipos de Incontinencia urinaria.

IU Esfuerzo	IU Urgencia	IU Mixta	IU Rebosamiento	IU Funcional
Terapia conductual Ejercicios suelo pélvico Reeducación miccional	Terapia conductual Entrenamiento vesical Ejercicios de suelo pélvico	Terapia conductual Ejercicios de suelo pélvico Reentrenamiento de hábitos Estimulación eléctrica	Obstruccion Cirugía Fármacos Paliativo	Valoración integral Individuo y domicilio Técnicas de conducta Con cuidadores
Cirugía Paliativo Dispositivos mecánicos Absorbentes	Fármacos Anticolinérgico Paliativo Pinzas penéneas Absorbentes, etc.	Fármacos Anticolinérgicos	Neurógena Sondajes intermitentes Paliativos: pinzas, absorbentes, etc.	Paliativo Colectores noche Absorbentes

CONCLUSIONES

El SPF-IU es un servicio que puede ser fácilmente implantado en las farmacias comunitarias.

Como todo SPF precisará de:

- Capacitación
- Procedimientos Normalizados de Trabajo
- Recursos Materiales
- Certificación
- Fijación de costes
- Documento de especificaciones



ESTAMOS MÁS CERCA, LLEGAMOS MÁS LEJOS