

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE**  
**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ECUELA DE ENFERMERIA**

**GUIA EDUCATIVA DE LA PREVENCIÓN DE LAS  
INFECCIONES DE LAS VIAS URINARIAS, DIRIGIDA  
A LAS MUJERES DE 20 A 40 AÑOS QUE ACUDEN  
AL SUBCENTRO DE SALUD LA  
ESPERANZA.**



**AUTORAS:**

CHALA PATRICIA

TREDER MELANI

**TUTORA:** Msc. Graciela Ramírez

Ibarra - Ecuador

**ANEXO Nº 2.- GUIA EDUCATIVA.**

## **2.1.- GUIA DE LA PREVENCIÓN DE LAS INFECCION DE LAS VIAS URINARIAS, DIRIGIDA A LAS MUJERES DE 20 A 40 AÑOS QUE ACUDEN AL SUBCENTRO LA ESPERANZA.**

### **3. PROPUESTA ALTERNATIVA.**

#### **3.1. PRESENTACION.**

Históricamente el profesional de enfermería ha contribuido en brindar importantes aportaciones en los programas de salud a nivel preventivo y de promoción a la salud. La enfermera propicia que la población participe consciente y permanentemente para el logro de objetivos comunes que le beneficien, es decir, aplica la educación sanitaria e imparte información a las personas para cuidarse a sí mismas, modelo que hoy se denomina autocuidado. En este sentido, una de las funciones de este profesional es, justamente, realizar actividades de educación para la salud y prevención de las Infecciones de Vías Urinarias, por lo que es posible afirmar que la enfermera

participa como un catalizador en el cuidado de la salud de la población.

De acuerdo al modelo transcultural, el conocimiento y las experiencias de una cultura recalca que el único camino para que la enfermera pueda motivar al usuario para asumir su autocuidado es aprendiendo acerca de sus formas culturales y planificando estrategias a partir de ellas. En otras palabras, el autocuidado de salud incluye las acciones aceptadas culturalmente por la comunidad para mantener un buen estado de salud y para curar la enfermedad.

**MISION Y VISION DE LA  
UNIVERSIDAD TECNICA DEL  
NORTE**

**MISION**

“La Universidad Técnica del Norte es una academia de carácter público, tiene como misión esencial contribuir al desarrollo educativo, científico, tecnológico socioeconómico y cultural de la región norte del país a través de la generación y difusión del conocimiento .Forma profesionales críticos, creativos, capacitados, humanistas y éticos comprometidos con el cambio social y preservación del medio ambiente”

**VISION**

“En los próximos cinco años la Universidad Técnica del Norte será una entidad legalmente acreditada con reconocimiento académico, científico y social; dispuesto a alcanzar la excelencia y el mejoramiento continuo .Los procesos de formación de profesionales ,la investigación científica y tecnológica ,la producción del

pensamiento la vinculación con la colectividad orientará de manera efectiva el desarrollo sostenible de la región y el país .Una gestión universitaria de calidad diversificara los vínculos con el entorno ,garantizara su pertinencia y contribuirá en el progreso social y humano de los pueblos y culturas que habitan la nación”

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**VISIÓN:**

“Queremos construir una unidad académica de calidad, que lidere y oriente los proyectos de desarrollo en salud, alimentación y nutrición a nivel local, regional y nacional en estas áreas y que aporte al desarrollo del conocimiento en su especialidad.

**MISIÓN:**

“Contribuir al desarrollo local, regional y nacional a través de profesionales críticos, creativos altamente capacitados en los ámbitos científico, técnico y humanístico: mediante la

transmisión y generación de conocimientos, con el fin de apoyar a la solución de los problemas de la salud, alimentación y nutrición.

## **ESCUELA DE ENFERMERIA**

### **MISIÓN**

Formar profesionales de enfermería con conocimientos científicos, técnicos, éticos y humanísticos que contribuyan a resolver los problemas de la salud de la población.

### **VISIÓN**

La carrera de enfermería será acreditada y constituirá en referente de excelencia regional.

## OBJETIVOS

### OBJETIVO GENERAL.

- ✚ Disminuir la Incidencia de las Infecciones de Vías Urinarias en mujeres que se encuentran entre las edades comprendidas de 20 a 40 años que acuden al Subcentro de Salud de la Esperanza mediante medidas de prevención.

### OBJETIVO ESPECIFICOS:

- Establecer estrategias para captar la atención de las mujeres que acuden al Subcentro.
- Señalar cual son los signos y síntomas de la IVU.
- Informar a las mujeres sobre los tipos de infecciones urinarias a las que pueden estar expuestas.
- Indicar a las mujeres del Subcentro cuáles son los factores principales de esta patología.
- Dar a conocer las normas de prevención para evitar infecciones urinarias en mujeres que acuden al Subcentro.

## DEFINICIÓN DE LAS INFECCIONES DE VIAS URINARIAS

Es la existencia de gérmenes patógenos en la orina por infección de la uretra, la vejiga, el riñón o la próstata. Los síntomas que acompañan a una infección de orina son los que componen el síndrome miccional, teniendo en cuenta que las infecciones de orina también pueden ser asintomáticas.



### Posibles causas de las Infecciones en Vías Urinarias (IVU):

La mayor parte de las infecciones es causada por una clase de bacterias, **Escherichia Coli (E. Coli)**, que habitan normalmente en el colon. En la mayor parte de los casos, las

bacterias comienzan a crecer en la uretra y a menudo se desplazan a la vejiga, causando una infección de la vejiga o cistitis. Si la infección no se trata rápidamente, las bacterias pueden ascender a través de los uréteres e infectar los riñones.

Microorganismos como clamidia y micoplasma también pueden causar Infecciones en Vías Urinarias (IVU) tanto en mujeres como en hombres. Estas infecciones suelen ocurrir en la uretra y en el sistema reproductor (el útero, o matriz los ovarios y trompas de Falopio).

A diferencia del *E. Coli*, la clamidia y el micoplasma pueden transmitirse sexualmente y ambos miembros de la pareja deben tratarse por la infección.

### FACTORES DE RIESGO

**Las Infecciones en Vías Urinarias (IVU)** pueden ocurrir cuando las bacterias encuentran el camino hacia la vejiga o los riñones. Estas bacterias normalmente se encuentran en la piel alrededor del ano o algunas veces alrededor de la vagina.

Normalmente, no hay ninguna bacteria en las vías urinarias en sí. Sin embargo, ciertas cosas pueden facilitar la entrada o permanencia de bacterias en dichas vías urinarias. Éstas abarcan:

- Un problema en las vías urinarias, llamado reflujo vesicoureteral, que normalmente está presente al nacer. Esta afección permite que la orina fluya de nuevo hacia los uréteres y los riñones.

- **Relaciones sexuales**

Durante las relaciones sexuales, las bacterias cerca de la vagina pueden entrar en la uretra debido al contacto con el pene, los dedos o algunos aparatos.

- Usar prendas de vestir demasiado apretadas.



- No orinar con la suficiente frecuencia durante el día.
- Limpiarse de atrás hacia adelante después de ir al baño, esto puede llevar bacterias hasta la abertura por donde sale la orina.
- Sentarse en el piso sucio.

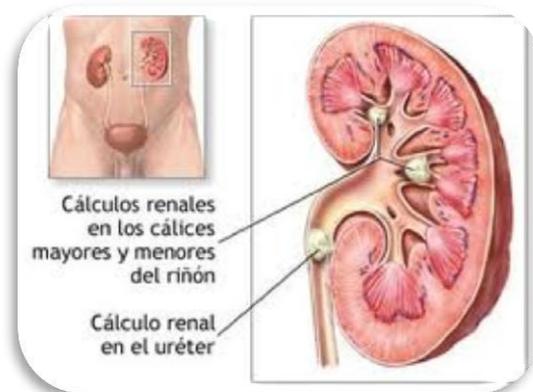
- No cambiar a diario su ropa interior o no bañarse y asear adecuadamente los genitales.

- **Métodos anticonceptivos.**

El uso de espermicidas o diafragmas también pueden causar infecciones de las vías urinarias más a menudo.



- Una obstrucción (un cálculo o una piedra) en los uréteres, los riñones o la vejiga que impide el flujo de orina por las vías urinarias



- Problemas para vaciar la vejiga completamente.
- Un tubo llamado sonda vesical introducido en las vías urinarias.
- Permanecer quieto (inmóvil) por un período de tiempo largo (por ejemplo, mientras se está recuperando de una fractura de cadera)



- Embarazo



- Cirugía u otro procedimiento que involucre las vías urinarias
- Tener varios hijos.



- Obesidad



- La menopausia
- Tiene diabetes

## SÍNTOMAS

No todo el que padece una **Infección de las Vías Urinarias (IVU)** tiene síntomas, pero la mayor parte de las personas muestran por lo menos algunas señales. Pueden variar desde leves molestias hasta muy dolorosas. Algunos de los síntomas son:



- Sentir una necesidad urgente de orinar pero sólo expulsar una pequeña cantidad de orina.



- La orina puede parecer lechosa o nebulosa, hasta rojiza si tiene sangre.
- Cansancio, temblor y falta de energía.
- Fiebre y escalofríos.



- Presión o calambres en la parte inferior del abdomen (por lo general en la mitad) o en la espalda.



- Deseos de orinar varias veces.
- Necesidad de orinar por la noche (nicturia)



- Dolor en el bajo vientre (hipogastrio)



- Presencia de sangre en la orina (Hematuria).

**¡Cuídate!**

## DIAGNOSTICO

Un análisis de orina se hace para buscar glóbulos blancos, glóbulos rojos, bacterias.



Se puede hacer un urocultivo en muestra limpia para identificar las bacterias en la orina con el fin de garantizar que se utilice el antibiótico correcto para el tratamiento.



Los siguientes exámenes se pueden hacer para ayudar a descartar problemas en el aparato urinario que podrían llevar a infección o dificultar el tratamiento de una infección urinaria:

- Tomografía computarizada del abdomen
- Pielografía intravenosa (PIV)
- Gammagrafía del riñón
- Ecografía del riñón
- Biopsia renal.

## COMPLICACIONES:

- Cicatrización o daño renal
- Infección renal
- Resistencia bacteriana.
- Infección más grave de la inicial.
- Infección ascendente.
- Formación de absceso renal o alrededor del riñón.
- Destrucción del riñón con insuficiencia renal secundaria.
- Necesidad de extirpar el riñón por infección intratable y riesgo de septicemia.
- Infecciones sobrepuestas, frecuentemente con bacterias más agresivas o resistentes.

## PREVENCIÓN:



Este tipo de infecciones son fáciles de prevenir, como siempre es mejor hacer y ocuparnos por conservar la salud y el bienestar que preocuparnos cuando ya estamos enfermos.

- Tomar por lo menos 2 litros de agua simple diariamente.



- Evitar los baños de espuma y los jabones irritantes.



- Evitar las bebidas con cafeínas y colorantes artificiales.

- Mantener limpia el área genital para impedir el acceso de bacterias en esta zona, el baño diario es un hábito imprescindible.
- Aseo del excusado previo uso.



ALamy



- Evitar usar ropa interior ajustada y de materiales sintéticos.
- Usar ropa interior de algodón cómoda.
- No aguantarse las ganas de ir al baño.
- Limpieza correcta del área genital, de adelante hacia atrás para reducir la posibilidad de propagar bacterias desde el ano hasta la uretra.
- Evitar el uso prolongado antibióticos.
- Eliminar la automedicación.



**¡Procura tu bienestar con cada acción, cuídate!**

## CONCLUSIONES

En conclusión podemos decir que la elaboración de esta guía didáctica es una herramienta fundamental para que las mujeres que acuden al Subcentro de salud sepan lo que son las infecciones de vías urinarias sus síntomas, complicaciones y lo principal es la prevención de esta patología para reducir la incidencia de las infecciones de vías urinarias.

Es muy importante estar siempre dispuestos a brindar una atención de calidad y calidez para ayudar a a una pronta recuperación de los pacientes por parte de los profesionales de la salud.

## RECOMENDACIONES:

- 1- Ingesta de líquidos, en promedio una mujer de 50 a 60 kilogramos con actividad moderada, debe consumir en promedio 2 litros de agua natural por día.
- 2- Es importante que cada vez que tengamos deseos de orinar lo hagamos en ese momento, para no retener orina en la vejiga y evitar la proliferación de bacterias.
- 3- Desde la infancia es importante que eduquemos a las niñas que el aseo de genitales debe ser de adelante hacia atrás después de orinar o evacuar, para evitar que las enterobacterias que están alrededor del ano

contaminen la vagina o la uretra.



- 4- Otra recomendación es lavarse los genitales con un jabón o gel con pH bajo de 5 o 5.2, el jabón perfumado o con colorantes así como las duchas vaginales predisponen a diferentes infecciones o irritaciones vulvovaginales o uretrales.

5- No usar talcos o perfumes a nivel de genitales.

6- Antes de una relación sexual se recomienda vaciar la vejiga y lavar las manos antes y después, evitar arrastrar bacterias del ano hacia la vagina o uretra y sobre todo en aquellas personas que tienen antecedente de cistitis de repetición.

7- Es mejor utilizar toalla sanitaria que tampones ya que es otro foco de infección, la sangre que se acumula forma un puente de paso ideal para bacterias que viajan del ano a la uretra, se recomienda cambiar mínimo 3 veces al día la toalla, por la misma razón no se recomiendan los panty protectores de uso diario.



8- No usar ropa muy ajustada, panty medias, y trajes de baño, son otros factores predisponentes para infecciones.



- 9- Alimentación equilibrada, suficiente variada, inocua y con una buena cantidad de vitamina C, así como un descanso nocturno de 6 a 7 horas diarias, mantiene tu sistema inmunológico en óptimas condiciones.



## **BIBLIOGRAFIA:**

- 1) <http://geosalud.com/Urinario/ivu.htm>
- 2) [http://www.guiasalud.es/GPC/GPC\\_483\\_ITU\\_poblacion\\_pediatrica\\_ICs\\_compl.pdf](http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_483_ITU_poblacion_pediatrica_ICs_compl.pdf)
- 3) <http://es.scribd.com/doc/73308878/10/GUIA-DE-MANEJO-PARA-INFECCION-DE-VIAS-URINARIAS>
- 4) <http://www.drmoscoso.com/ivu.html>
- 5) <http://medicina.esPOCH.edu.ec/InfyServ/ivu.htm>
- 6) <http://www.acog.org/For%20Patients/Search%20Patient%20Education%20Pamphlets%20-%20Spanish/Files/Infecciones%20de%20las%20vias%20urinarias.aspx>
- 7) [http://www.susmedicos.com/art\\_infeccion\\_vias\\_urinarias.htm](http://www.susmedicos.com/art_infeccion_vias_urinarias.htm)
- 8) <http://www.monografias.com/trabajos12/sindme/sindme.shtml#ixzz2IAjahrRJ>