

PAÑALES O ABSORBENTES DE INCONTINENCIA DE ORINA

La incontinencia urinaria consiste en la pérdida involuntaria de orina, que puede ser ocasionada por diferentes causas.

Existen unas **recomendaciones generales** para el tratamiento de cualquier tipo de incontinencia de orina. Asimismo existen algunas **técnicas y/o ejercicios** que pueden beneficiar en algunos tipos concretos e incontinencia. Finalmente, puede que usted esté con algún **tratamiento farmacológico** para intentar corregir este problema.

Pero cuando con lo anterior no se consigue resolver el problema y se tienen escapes de orina que dificultan llevar a cabo una vida lo más normal posible, es necesario recurrir al uso de **absorbentes de incontinencia de orina** (también llamados vulgarmente pañales).

RECOMENDACIONES EN PACIENTES ENCAMADOS Y/O CON MOVILIDAD REDUCIDA

- **Es preferible utilizar un vestuario cómodo con ropas holgadas, fáciles de abrir y manejar.**
- **El pañal sucio siempre se debe retirar por la parte posterior del cuerpo del paciente. En cada cambio de pañal, es necesario realizar una higiene adecuada de la zona. Es importante que el paciente esté limpio, seco e hidratado, ya que el contacto prolongado de la orina o heces con la piel, aumenta el riesgo de infecciones y de lesiones cutáneas.** Las zonas de más riesgo son: el sacro, las nalgas y los órganos genitales.
- **La frecuencia de cambio de pañal es variable**, dependiendo del tipo de alimentación, de la cantidad de líquidos que se ingieran y de los medicamentos que esté tomando. De forma general, se suele requerir 4 pañales diarios: 3 cambios durante el día y uno al principio de la noche. Sólo en casos excepcionales puede requerirse alguno más (incontinencia fecal asociada y/o diarrea o presencia de lesiones en la piel, fundamentalmente).
- Si utiliza pañales anatómico elásticos, recuerde que **las tiras adhesivas permiten abrirlos y cerrarlos repetidas veces. Eso posibilita que pueda orinar en el baño o en un recipiente adecuado, sin tener que cambiar el pañal.** siempre que sea posible, y se pretenda fomentar que el paciente intente controlar su problema de incontinencia.
- **Si se escapa la orina por fuera del pañal, mire el indicador de humedad para saber si está lleno de orina (pequeña banda en la zona exterior que cambia de color cuando es preciso el cambio). Lo primero que hay que comprobar cuando se escapa la orina fuera del pañal, es que esté sea de la talla adecuada al paciente y que esté bien colocado o ajustado.**
- **No se debe nunca superponer dos absorbentes;** esto no sirve de nada ya que no aguantan más orina y si contribuye a dañar la piel del paciente y a que este esté realmente incómodo.
- **Los absorbentes rectangulares no se deben utilizar como sábanas** ya que son muy estrechos y no sirven para ello. Existen salvacamás pero éstos no están financiados.

CONSULTE CON SU MÉDICO SI

- **El paciente tiene asociada diarrea o cuando existan problemas en la piel.**