

Innovaciones para el Manejo de la Orina en Personas con Daño Medular

CAPITULO 25

Las 2 principales causas de muerte de personas con daño medular son las **llagas de presión (escaras)** y las **infecciones de las vías urinarias**. La mayoría de estas personas pierden el control de la orina. A veces, los orines se salen sin control o no pueden relajar los músculos que dejan salir la orina. Los especialistas opinan que la mejor manera de reducir la frecuencia y severidad de las infecciones urinarias es usar una **sonda intermitente**. Este método consiste en que cada 4 horas la persona introduzca un tubo de hule flexible (sonda) a través del orificio de la orina (en el pene o en la vagina) hasta la vejiga para sacar la orina. Esto es mucho más seguro que dejarse una sonda en la vejiga todo el tiempo. Una **sonda permanente (Foley)**, que se cambia normalmente cada 2 semanas, presenta un alto riesgo de introducir una infección en la vejiga.



Sondeo intermitente

Sin embargo, en algunos países, los médicos que tratan a las personas con daño medular con frecuencia las mantienen con una sonda permanente, quizá porque piensan que de todas maneras no van a vivir mucho tiempo. **Es muy importante que las personas con daño medular y sus familias se comuniquen entre ellos y aprendan unos de otros, y no que simplemente hagan lo que el médico les ordena.** Algunos médicos con frecuencia dan buenos consejos, otros no.

Como veremos en el Capítulo 27 y 28, la persona con daño medular debe aprender a escuchar su cuerpo. Como casi la mayoría no tiene sensibilidad ni sienten dolor de la parte lesionada hacia abajo, deben descubrir otras maneras de notar problemas. Por ejemplo, cuando las piernas de una persona empiezan a temblar sin control o la espasticidad aumenta, o siente



fiebre, mareos o sudores, éstas son señas de peligro. En algún lugar, la presión en la piel puede estar causando el riesgo de una llaga. O tal vez le ha empezado una infección urinaria. La persona aprende a reconocer las señas y busca las causas que las originan. Este nuevo "lenguaje del cuerpo" puede salvar la vida de la persona. Así como las personas sordas aprenden a "escuchar" de otra manera, las personas con daño medular también lo hacen. No hay mejores maestros que otras personas con daño medular, especialmente aquellos que han sobrevivido por mucho tiempo.

LA CONTROVERSIAS SOBRE LA ESTERILIZACIÓN. Los doctores insistían en que las personas con daño medular debían esterilizar las sondas (hervirlas en agua) cada vez que las usaran. Como resultado, los usuarios pasaban mucho tiempo sin usar la sonda. Esto ocasionaba frecuentes infecciones y daño a los riñones.

Después, las personas con daño medular descubrieron que una **sonda limpia** les daba tan buenos resultados como una **sonda esterilizada**. Como era más fácil, las personas lo hacían más seguido, así que estaban más sanos. El uso de sondas limpias llegó a ser un método clandestino enseñado a los recién lesionados por quienes ya habían sobrevivido más tiempo.

En los Estados Unidos, los médicos han empezado a recomendar el uso de sondas limpias en vez de esterilizadas. No hace mucho, me dio gusto escuchar a un especialista urinario (urólogo) aprobar el uso de sondas limpias a un joven parapléjico, explicando que, "Si quieres que las personas usen la sonda más seguido, tienes que recomendar un método que sea sencillo y fácil." Aun así, profesionales de rehabilitación de varios países critican el libro, *El Niño Campesino Deshabilitado* por hacer las "recomendaciones peligrosas" en cuanto a usar sondas sin antes hervirlas. **Las personas con daño medular necesitan presionar a tales expertos para que aprendan de las experiencias de otras personas discapacitadas.**

Uso de Doble Sonda en Bolsa de Plástico para Reducir la Infección

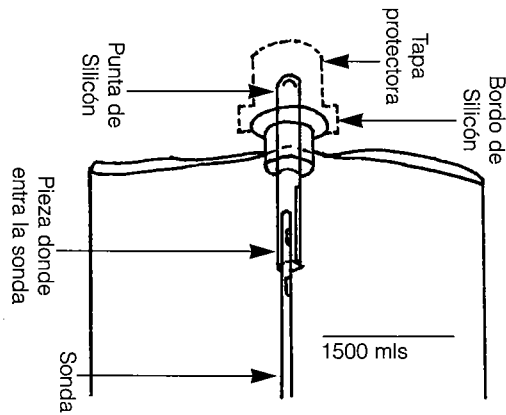
Hasta una sonda esterilizada o hervida puede ocasionar una infección. Esto se debe a que siempre hay bacteria (gérmenes) adentro y alrededor del hoyito de la orina del pene o de la vagina, no importa qué tan limpios estén. Hace más de 25 años, después de frecuentes infecciones urinarias, Ralf Hotchkiss y otros amigos parapléjicos en California comenzaron a buscar maneras más seguras de usar la sonda.

Una innovación fue **mantener la sonda en una bolsa de plástico con cierre, con una solución antiséptica** (para evitar los microbios). El "agua oxigenada" (peróxido de hidrógeno) sirve bien y no es irritante. Se puede usar muy diluido; una solución de 3 por ciento está bien. Para usar la sonda, saque la punta por una esquina de la bolsa y métala en el hoyito urinario. Asegúrese que los dedos sólo toquen la bolsa de plástico y no la sonda.

Otra innovación es el **uso de dos sondas, una adentro de la otra**. La primera sonda (de afuera) se mete 1 ó 2 cm. dentro del hoyito urinario para que pase el área donde se juntan las bacterias. Después, se mete la sonda interior a través de la sonda de afuera.

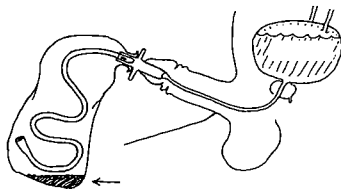
Combinando ambas innovaciones (dos sondas metidas en la bolsa de plástico con la solución antiséptica), Ralf redujo mucho sus infecciones urinarias.

EL PRODUCTO COMERCIAL. El método anterior dio excelentes resultados. Ahora se produce comercialmente con el nombre de *MMG O'Neil Urinary Catheterization System* (Sistema de Sondas Urinarias MMG O'Neil). Desafortunadamente, son muy caras. Pero con un poco de creatividad las personas pueden hacer sus propias bolsas, o las **bolsas que se venden para usarse una sola vez, se pueden usar durante varias semanas así:**

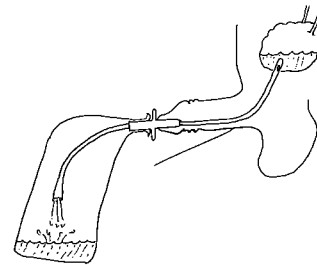


Dibujo de la bolsa *MMG O'Neil Urinary Catheterization System*, que muestra la parte superior de la bolsa de plástico.

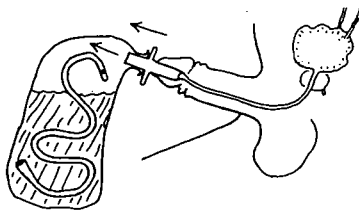
1. Meta la sonda exterior en el hoyito de la orina.



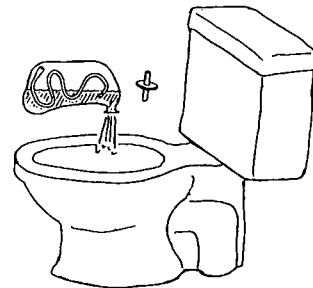
2. Introduzca la sonda interior sin tocarla y vacíe la vejiga.



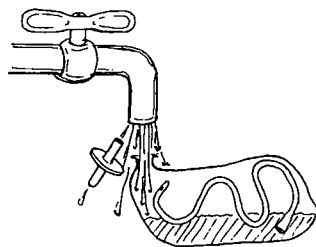
3. Jale la sonda interior hacia la bolsa. Saque la sonda exterior del hoyito de la orina.



4. Quite la sonda exterior de la bolsa y vacíe la orina de la bolsa.



5. Enjuague la bolsa y la sonda exterior varias veces. Deje poquita agua dentro de la bolsa (una cucharada).



6. Ponga 1 cucharada sopera de "agua oxigenada" al 3 por ciento en la bolsa. Doble la bolsa y guárdela en una bolsa limpia de plástico.

