

Continence Care newsletter

Para profesionales de la salud

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Urology Care



Qué temas debemos abordar en una sesión de entrenamiento eficaz en el Cateterismo intermitente

Hay tres temas clave que debe tratar en la sesión de entrenamiento del cateterismo intermitente (CI). En esta newsletter encontrará una breve introducción a cada uno de ellos.

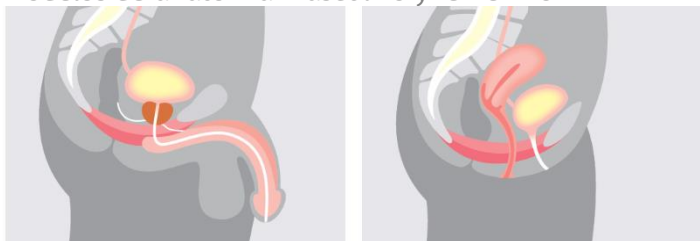
Anatomía

La introducción a la anatomía facilita el camino para la demostración de técnicas reales de inserción y retirada.

Como usted sabe, no todos los pacientes entienden cómo funciona el sistema urinario. La mayoría carecen de conocimientos, y otros tienen conceptos erróneos sobre la vejiga y la uretra. Algunos creen que la vejiga es algo estático en lugar de un músculo flexible. Otros piensan que la uretra es un tubo rígido en lugar de flexible. Es importante corregir estos conceptos para asegurar que su paciente entienda y pueda responder bien al resto del entrenamiento, ya que los conceptos erróneos pueden llevar, por ejemplo, al miedo y al dolor.

Puede comenzar la sesión compartiendo con el paciente aspectos básicos de su anatomía. Dibujos anatómicos como los de abajo pueden ser de ayuda.

Modelos de anatomía masculino y femenino



Técnicas de inserción y retirada

Uno de los aspectos más importantes de la sesión de entrenamiento es enseñar al paciente las técnicas adecuadas para el vaciado de la vejiga.

Al utilizar ilustraciones anatómicas para enseñar la técnica de inserción, el paciente será consciente de los puntos clave, es decir, puntos a lo largo de la ruta de inserción que le indicarán que está en el camino correcto.

Los puntos clave podrían ser:

Estenosis

Indíquele las zonas donde pueden localizarse las estenosis.

Curvaturas de la uretra

Ayúdele a guiar la sonda a lo largo de la uretra levantando el pene y enderezando la misma.

Músculo del esfínter

Solicítele que respire profundamente para relajarse. Así conseguirá relajar la musculatura del esfínter.

Consejos para la formación de CI:

- Ayude al paciente a ver la conexión entre el vaciado frecuente y completo de la vejiga y la buena salud de la vejiga, es decir, la conexión entre la orina residual y las infecciones de orina.
- Haga que el paciente sepa cuánta orina puede contener su vejiga.
- Proporcione al paciente indicadores específicos que puedan ayudarlo a asegurarse de que está vaciando la vejiga correctamente.

Establecer buenos hábitos de CI

Si no se establece un hábito saludable para el CI, el control de la vejiga consumirá cantidades innecesarias de energía y, en algunos casos, el paciente podría incluso experimentar una sensación de ser controlado por la vejiga¹. Puede aliviar esta presión – y ayudar al paciente en el nuevo hábito del CI – identificando "desencadenantes" y "recompensas" a corto plazo.

Cuando se trata de "desencadenantes", algunos pacientes podrán pasar por la retroalimentación física de estar 'llenos'; otros, que no tienen sensación, tendrán que vaciar tal como se lo pautó su profesional de la salud - en cuyo caso el 'desencadenante' podría ser la alarma de su teléfono.

Al igual que con los desencadenantes, la "recompensa" variará de paciente a paciente. Lo importante es que la recompensa sea clara para él, algo muy tangible que sea motivacional y que puede impulsar la adherencia al tratamiento.

Ejemplos de recompensas a corto plazo:

- Evitar la incontinencia.
- Menor riesgo de fugas entre sondajes, por ejemplo, para que el paciente pueda jugar al golf o ir al cine.
- Ser capaz de tener una vida sexual activa.¹

Pasar algún tiempo durante la sesión de entrenamiento identificando los "desencadenantes" y "recompensas" adecuados para cada paciente le ayudará a tener una buena rutina de CI.

¹ Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (PM-03238)