

# Gestión de la Incontinencia HOMBRES



Observatorio Nacional  
de la Incontinencia

www.observatoriodelaincontinencia.es

## EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA

Evaluación general: análisis de orina, diario vesical, puntuación de síntomas.

Calidad de vida: movilidad y acceso al cuarto de baño.

Exploración física: abdominal, neurológica del sacro, PR<sup>1</sup>, SNC<sup>2</sup>.

Exclusión de hematuria persistente, infección, estreñimiento, crecimiento prostático.

Posible orina residual, micción programada, medición del flujo.

Revisión de medicación actual y cirugía previa.

Posible investigación urodinámica.

Tratamiento y nueva evaluación.

## ESTILO DE VIDA

Revisar la ingesta de líquidos. Evitar cafeína y bebidas gaseosas  
Reducción de peso y dejar de fumar

## TIPO<sup>3</sup>

### INCONTINENCIA URINARIA DE ESFUERZO POSTERIOR A PROSTATECTOMÍA

Pérdida involuntaria de orina durante el ejercicio físico, p. ej. toser, estornudar o saltar

#### FISIOTERAPIA

Ejercicios del suelo pélvico  
Estimulación eléctrica  
Biofeedback

#### REEDUCACIÓN DE LA VEJIGA

Diario vesical

#### TRATAMIENTOS

Dispositivos quirúrgicos. Absorbentes específicos para la Incontinencia Urinaria, dispositivo de recogida de tipo preservativo

### INCONTINENCIA URINARIA DE URGENCIA

Pérdida involuntaria de orina con fuerte deseo de miccionar

#### REEDUCACIÓN DE LA VEJIGA

Diario vesical

#### FISIOTERAPIA

Ejercicios del suelo pélvico  
Estimulación eléctrica  
Biofeedback

#### TRATAMIENTOS

Dispositivos quirúrgicos. Absorbentes específicos para la Incontinencia Urinaria, dispositivo de recogida de tipo preservativo. Tratamientos farmacológicos (Anticolinérgicos)

### INCONTINENCIA URINARIA MIXTA

Síntomas de incontinencia de esfuerzo y de urgencia

#### REEDUCACIÓN DE LA VEJIGA

Diario vesical

#### FISIOTERAPIA

Ejercicios del suelo pélvico  
Estimulación eléctrica  
Biofeedback

#### TRATAMIENTOS

Dispositivos quirúrgicos. Absorbentes específicos para la Incontinencia Urinaria, dispositivo de recogida de tipo preservativo. Tratamientos farmacológicos (Anticolinérgicos)

### GOTEO POSTERIOR A LA MICCIÓN

Vaciado de la uretra/ejercicios del suelo pélvico

1. PR. Examen Rectal.

2. SNC. Sistema Nervioso Central.

3. Tratar primero los síntomas predominantes.