

# Cistitis intersticial / síndrome de vejiga dolorosa

## Lo que debe saber



### ¿Qué es la cistitis intersticial (CI) o síndrome de vejiga dolorosa (SVD)?

La cistitis intersticial (CI) o síndrome de vejiga dolorosa (SVD) es un problema de dolor prolongado de la vejiga. No es una infección, pero parece una por los síntomas. Es una sensación de malestar y presión en el área de la vejiga. Esta presión o dolor puede durar seis semanas o más sin causa clara. Además, puede haber signos como una necesidad frecuente e imperiosa de orinar.

### ¿Cuáles son las causas y síntomas de la CI/SVD?

No se sabe exactamente cuáles son las causas de la CI/SVD, pero hay muchas ideas. Puede deberse a:

- algo en la orina que daña la vejiga
- glóbulos blancos que causan una reacción alérgica
- alteraciones de los nervios que otorgan sensibilidad a la vejiga
- algo que hace que el sistema inmunitario ataque la vejiga
- antecedentes familiares de vejiga dolorosa

El síntoma más común de la CI/SVD es el dolor en la parte inferior del abdomen o en la zona lumbar. Puede empeorar a medida que se llena la vejiga. Las mujeres pueden sufrir dolor en la vulva o la vagina, y los hombres en el escroto, los testículos, el pene o la zona rectal. Otro problema es el aumento del número de micciones (necesidad de orinar más de siete veces, de día y de noche). Algunas personas sienten la necesidad de orinar todo el tiempo. Otras también tienen problemas intestinales.

### ¿Cómo se diagnostica la CI/SVD?

No hay pruebas médicas que indiquen si un paciente tiene CI/SVD. En primer lugar, su médico debe decidir si sus síntomas se corresponden con la CI/SVD.

Luego, realizará exámenes para ver si es una infección u otra cosa lo que está causando los síntomas. Cuando no se encuentran otros problemas graves, su médico puede diagnosticar la CI/SVD.

### ¿Cómo se trata la CI/SVD?

El objetivo del tratamiento de la CI/SVD es controlar los síntomas. Se debe intentar una combinación de cambios en el estilo de vida y opciones médicas hasta encontrar alivio. Sin embargo, puede llevar mucho tiempo hasta que se sienta mejor, por lo que se recomienda tener paciencia. Es posible que lo deriven a un especialista/urólogo experto en CI/SVD.

- **Cambios en el estilo de vida.** Estos pueden incluir fisioterapia, reducción del estrés y cambios en la dieta. Algunos alimentos y bebidas pueden irritar la vejiga y se deben restringir. Estos pueden ser los cítricos, el tomate, el café, el chocolate, las comidas picantes y el alcohol. No se recomienda realizar los ejercicios de Kegel si tiene CI/SVD. Estos ejercicios pueden agravar el dolor del piso pélvico.
- **Medicamentos.** Si los cambios en el estilo de vida no lo ayudan, su médico puede ofrecerle uno o más medicamentos de venta bajo receta. En ocasiones se recomiendan suplementos herbarios.
- **Cistoscopia con hidrodistensión.** En este procedimiento se llena la vejiga con agua para expandirla hasta alcanzar su máxima capacidad. Si se observan úlceras, se pueden quemar con electricidad o con un láser.
- **Terapia de neuromodulación.** Este grupo de tratamientos envía impulsos eléctricos a los nervios que conectan la vejiga para cambiar su funcionamiento.
- **Inyecciones de Botox®.** Las inyecciones de Botox® pueden controlar los síntomas al paralizar los músculos y de esa manera reducir la cantidad de veces que va al baño.

# Cistitis intersticial / síndrome de vejiga dolorosa

## Lo que debe saber

- **Cirugía mayor.** La cirugía mayor solo se ofrece cuando hay síntomas importantes y las demás opciones de tratamiento no han dado resultado.

### ¿Se puede curar la CI/SVD?

Los síntomas de la CI/SVD mejoran lentamente para algunos pacientes e incluso desaparecen con el tratamiento. Muchas personas tienen síntomas intermitentes a lo largo de los años. Tratando el dolor, la mayoría de las personas pueden vivir con plenitud. Para evitar la reaparición de los síntomas, puede optar por:

- continuar con el plan de tratamiento aunque se sienta mejor
- evitar ciertos alimentos que irritan la vejiga
- evitar actividades que pueden empeorar la CI/SVD
- aprender a controlar el estrés

### Preguntas para el médico

- ¿Qué tratamiento me recomienda y por qué?
- ¿Qué puedo hacer con el dolor crónico?
- ¿La CI/SVD afectará a otras partes de mi cuerpo?
- ¿Ayuda tomar menos agua?
- ¿Cómo puedo evitar la reagudización de los síntomas?
- ¿Cómo se tratan los espasmos vesicales?
- ¿Tomar un antidepresivo puede ayudarme?
- ¿Dónde puedo obtener más información y apoyo?
- ¿Puedo tener intimidad si tengo CI/SVD?
- ¿Cuál es el plan de tratamiento a largo plazo para mí?
- ¿Me voy a curar alguna vez?

### Acerca de Urology Care Foundation

Urology Care Foundation es la principal fundación de salud urológica del mundo y la fundación oficial de la Asociación Estadounidense de Urología. Ofrecemos información a las personas que tratan activamente su salud urológica y a quienes están preparados para adoptar cambios saludables. Nuestra información se basa en los recursos de la Asociación Estadounidense de Urología y la revisan médicos especialistas. Para obtener más información, visite el sitio web de Urology Care Foundation, **UrologyHealth.org/UrologicConditions**, o ingrese en **UrologyHealth.org/FindAUrologist** para buscar un médico cerca de su hogar.

### Descargo de responsabilidad

Esta información no es una herramienta de autodiagnóstico ni constituye un sustituto para el asesoramiento médico profesional. No debe utilizarla ni depender de esta para dicho propósito. Hable con el urólogo o el prestador de atención médica respecto de las dudas que tenga sobre su salud. Consulte siempre al médico antes de comenzar o dejar los tratamientos, incluidos los medicamentos. Para obtener más información, visite **UrologyHealth.org/Download** o llame al +1-800-828-7866.