Intermountain® Healthcare

Cateterismo intermitente limpio para mujeres después de una cirugía: *cómo aprender la técnica y dar seguimiento a su recuperación*

¿Qué es el cateterismo intermitente limpio (CIC)?

El cateterismo intermitente limpio (CIC, por sus siglas en inglés) es una manera de vaciar la vejiga. Usted misma puede realizarse un CIC insertando un pequeño tubo (catéter) en la uretra. La práctica del CIC se denomina en ocasiones "autocateterismo". Éstos son algunos otros términos que necesita conocer:

- **Micción significa orinar (hacer pipí).**
- **El residuo postmiccional (PVR, por sus siglas en inglés)** es la orina que puede permanecer en la vejiga aun después de orinar (micción). Al realizarse un autocateterismo, usted puede drenar dicho residuo.

¿Por qué necesito un CIC? ¿Necesitaré hacerlo siempre?

Después de una cirugía, es común tener problemas para vaciar la vejiga. Un CIC le permite drenar la vejiga por completo. Mientras se recupera, la función de la vejiga mejorará y es probable que usted ya no necesite un autocateterismo.

No pierda de vista la cantidad de orina que produce en la micción y en el autocateterismo. Utilice el **PVR Tracker** (registro PVR) en la tercera página de este folleto. A medida que usted sane, es de esperarse que aumente la cantidad de orina que produce en la micción y que disminuya la cantidad producida en el autocateterismo.

¿Con qué frecuencia tengo que realizarme un CIC?

Es variable. Usted deberá orinar como lo hace normalmente (cada vez que sienta necesidad) y proseguirá con un CIC si siente que no ha vaciado completamente su vejiga. Para la mayoría de las mujeres, esto significa realizarse un autocateterismo cada 3 ó 4 horas.

El personal del hospital le proporcionará los artículos necesarios y le enseñará los pasos para realizarse un CIC en casa.

¿Qué medicamentos necesitaré?

Durante los días en que se realice autocateterismos y se esté recuperando de la cirugía, es posible que tenga que tomar algún medicamento. Un medicamento común es un antibiótico para ayudar a evitar infecciones. **Asegúrese de seguir los consejos de su médico para tomar el medicamento durante su recuperación.**

¿Cómo me realizo un CIC?

Un profesional de enfermería le mostrará cómo realizarse un CIC antes de dejar el hospital y volver a casa. Usted tendrá la oportunidad de practicar y hacer preguntas. En casa, usted podrá consultar las instrucciones en la página siguiente.

Tenga en cuenta que la práctica del autocateterismo es una técnica como cualquier otra. A medida que adquiera experiencia, se sentirá menos incómoda.

Pasos para realizarse un CIC

Si su médico le ha pedido que le dé seguimiento a su residuo postmiccional (PVR), **orine primero en un recipiente de medición. Mida la cantidad de orina producida en la micción y anótela en la tabla del registro PVR en la página siguiente.** A continuación, siga estos pasos del CIC:

1 **Reúna los artículos que necesitará y colóquelos donde los pueda alcanzar sin perder el equilibrio.** La mayoría de los artículos (o todos) estarán incluidos en el equipo que le dieron antes de salir del hospital. Esto es lo que necesitará:
   - Catéter
   - Lubricante soluble en agua (como KY Jelly; no use vaselina)
   - Toallitas limpiadoras (las toallitas para bebé sirven)
   - Recipiente de medición para recolectar y medir la orina
   - Bolsa de almacenamiento para guardar el equipo cuando no esté en uso

2 **Lávese bien las manos con agua y jabón.** No es necesario usar guantes (aunque el personal médico debe usarlos). Si desea utilizar guantes, asegúrese de que no sean de látex.

3 **Colóquese en la posición más cómoda posible.** Puede sentarse en el inodoro con las piernas separadas o ponerse de pie junto al inodoro con una pierna sobre éste.

4 **Lubrique 2 pulgadas (5 cm) del extremo del catéter.** Coloque el otro extremo del catéter dentro del recipiente recolector.

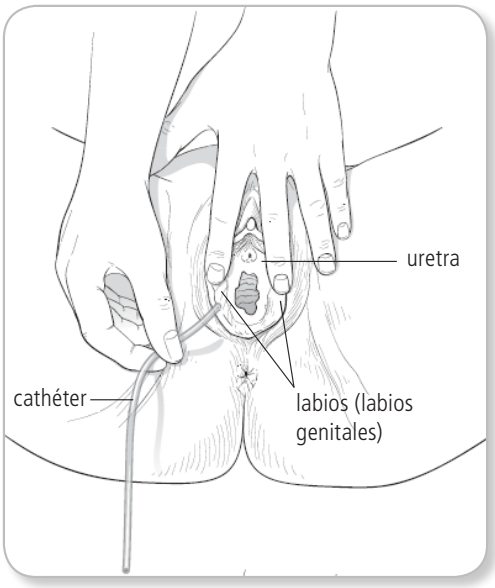
5 **Limpie sus genitales.** Separe los labios vaginales y limpie de adelante hacia atrás con una toallita limpiadora.

6 **Separe los labios vaginales con la mano no dominante** (La mano no dominante es con la que NO escribe.)

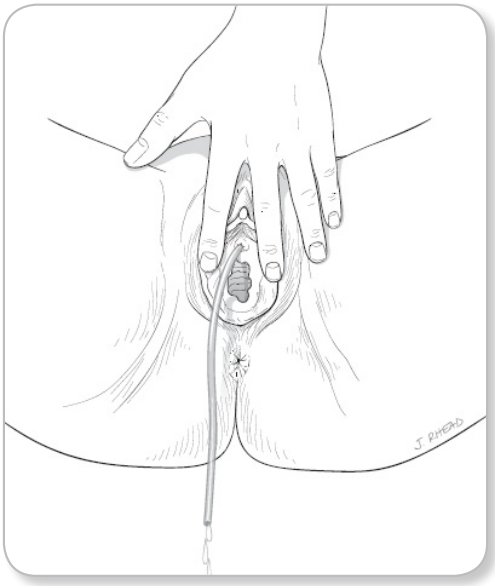
7 **Con los labios vaginales separados, sujete el catéter con la otra mano como si fuera un lápiz.** Sus dedos deberán estar aproximadamente a 3 pulgadas (7.5 cm) de la punta del catéter.

8 **Deslice lentamente el extremo lubricado del catéter dentro de su uretra aproximadamente 3 pulgadas (7.5 cm).** La orina deberá empezar a fluir. Deje el catéter en su lugar hasta que se detenga el flujo de orina.

9 **Cuando la orina deje de fluir, comience a retirar lentamente el catéter, girándolo con cuidado a medida que salga.** Generalmente, saldrá más orina a medida que hace esto. Deténgase cada vez que fluya más orina para que la vejiga se vacíe completamente.



Pasos 6 y 7: preparándose para insertar el catéter



Pasos 8 y 9: drenando la vejiga a través del catéter

10 **Después de retirar completamente el catéter, lávelo y guárdelo.** Primero lave el catéter con agua y jabón, y después enjuáguelo de forma que corra agua a través de él. Agite el catéter para eliminar el agua en el interior. Seque la parte exterior con una toalla limpia. Finalmente, guarde el catéter en una bolsa de plástico limpia y seca.

Si su médico le ha pedido que registre su residuo postmiccional (PVR), mida la cantidad de orina en el recipiente recolector y anótela en el registro PVR en la página siguiente.

El registro PVR

Utilice la tabla que aparece a continuación para registrar la cantidad de orina que produce en la micción y en el autocateterismo (con el CIC). La cantidad producida en el autocateterismo es el residuo postmiccional, o PVR.

Es común tener problemas para vaciar completamente la vejiga después de una cirugía. Sin embargo, mientras se recupera, es de esperarse que aumente la cantidad de orina producida en la micción y que disminuyan las cantidades PVR. Dar seguimiento a las cantidades PVR es una buena manera de medir este avance y hacerle saber a su médico cómo está funcionando la vejiga.

Instrucciones para utilizar la tabla de registro PVR:

- Orine (miccione) cuando sienta necesidad y recolecte la orina en el recipiente de medición. En la siguiente tabla, anote la cantidad de orina recolectada en el recuadro "Cantidad de micción". Deseche la orina en el inodoro.
- Si siente que la vejiga aún no se ha vaciado completamente tras la micción, realícese un CIC. Anote la cantidad de orina que obtuvo del autocateterismo en el recuadro "Cantidad PVR" de la línea correspondiente.
- Llame al consultorio de su médico 2 ó 3 días después de haber sido dada de alta para informarle sobre las cantidades PVR anotadas en la tabla del registro PVR.

Número telefónico del médico:_____

Fecha	Hora	Cantidad de micción (de orinar)	Cantidad PVR (del catéter)

Fecha	Hora	Cantidad de micción (de orinar)	Cantidad PVR (del catéter)

Notas

© 2011 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en **intermountainhealthcare.org.** **Patient and Provider Publications 801.442.2963 FS219S - 04/11** (Spanish translation 03/11 by Lingotek, Inc.)