

# Control de los cambios urinarios



La terapia de radiación en la pelvis puede causar irritación en la vejiga. Esto se llama cistitis por radiación y puede causar problemas para orinar (hacer pis), como:

- › Disuria: una sensación de ardor al orinar
- › Hematuria: color rojizo o pequeña cantidad de sangre en la orina
- › Retención urinaria: dificultad para vaciar la vejiga
- › Urgencia urinaria: necesidad repentina de orinar
- › Frecuencia urinaria: orinar una pequeña cantidad, frecuentemente durante todo el día
- › Incontinencia de esfuerzo: pérdida de orina al estornudar o toser

# Control de los cambios urinarios



Beba suficiente líquido durante el día para que su orina sea de color claro a amarillo. Tome pequeños sorbos de líquido en lugar de beber mucho de una vez. Los alimentos que son en su mayoría líquidos también pueden ayudar. Estas son buenas opciones: agua, jugo, Gatorade, sopa y gelatina.



Evite las bebidas que pueden irritar su vejiga. Por ejemplo, bebidas que contienen alcohol, cafeína, edulcorantes artificiales u otros estimulantes. Estos incluyen café, cacao, té, refrescos, bebidas energéticas, cerveza, vino o licor fuerte.



Evite comer alimentos que sean ácidos y contengan MSG o edulcorantes artificiales, ya que pueden irritar la vejiga.



Algunos medicamentos pueden mejorar el flujo de orina y ayudar a vaciar la vejiga. Hable con su oncólogo especialista en radiación si surge esta preocupación.



Su oncólogo especialista en radiación puede examinar su orina en busca de bacterias y recetarle un antibiótico si tiene una infección urinaria.



Los ejercicios de Kegel pueden fortalecer los músculos del piso pélvico (los músculos que ayudan a controlar el flujo de orina) y ayudar a controlar la incontinencia. Pida a su equipo de atención el folleto Kegel.

Los cambios en la orina comenzarán a mejorar lentamente una vez que finalice su tratamiento de radiación. Si tiene alguna inquietud o pregunta, asegúrese de hablar con su médico o enfermera.



**Intermountain  
Health**

**Cancer Centers**

© 2019-2025 Intermountain Health. Todos los derechos reservados.

ONC021S - 04/25 (Last reviewed - 04/25)

(Spanish translation by CommGap)