



## Instrucciones para la autocateterización intermitente limpia de mujeres con Cure Catheter<sup>®</sup>

Cure Medical ofrece este material educativo para responder preguntas y brindar información sobre el proceso de cateterización intermitente. Siguiendo estos pasos para la cateterización intermitente limpia, es posible dominar rápidamente la técnica e incorporar el proceso como parte de su rutina diaria para el control de la salud de la vejiga y del tracto urinario.

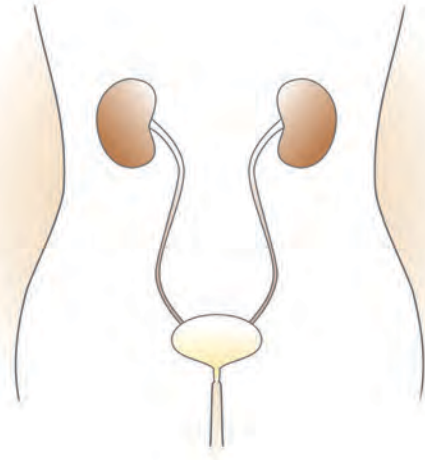
Cure Medical desea agradecer a Anne Boisclair-Fahey, DNP, RN, CPNP por escribir este material educativo. Anne es enfermera con práctica médica del área de urología pediátrica en la Universidad de Minnesota.

Esta guía de instrucciones no reemplaza el asesoramiento médico de su proveedor de cuidados de salud.

## El aparato urinario

El aparato urinario comprende dos riñones, dos uréteres, la vejiga y la uretra. Los riñones filtran la sangre y producen orina. La orina sale de los riñones y pasa por los uréteres hasta llegar a la vejiga, donde se almacena hasta ser evacuada a través de la micción o la cateterización. La uretra es el tubo por el que pasa la orina para salir del cuerpo.

Cuando la vejiga está llena, el cerebro envía una señal a la vejiga por la médula espinal para que se contraiga y se vacíe. En las personas con problemas en la médula, la señal entre la vejiga y el cerebro se interrumpe, por lo que no pueden vaciar la vejiga.



Cuando las personas no pueden vaciar la vejiga espontáneamente, están en riesgo de infecciones del tracto urinario, además de incontinencia o pérdida involuntaria de orina. Cuando la orina permanece en la vejiga sin ser evacuada, pueden proliferar las bacterias, provocando infecciones que pueden a su vez causar enfermedades. Las investigaciones han demostrado que la autocateterización intermitente ayuda a reducir las infecciones del tracto urinario, permite controlar la pérdida urinaria (incontinencia) y prevenir daños en el tracto urinario.

## Introducción a la autocateterización intermitente

La cateterización intermitente consiste en el vaciado periódico de la vejiga mediante la inserción de un tubo plástico hueco (catéter) por la uretra, pasando por los músculos del esfínter para llegar a la vejiga. La orina sale de la vejiga a través del catéter.

Se usa la cateterización intermitente cuando una persona no puede vaciar la vejiga. Algunos ejemplos de afecciones médicas que requieren el uso de cateterización intermitente son: lesiones de la médula espinal, espina bífida y esclerosis múltiple.

La cateterización intermitente se debe realizar a intervalos regulares para mantener la salud de la vejiga.

Su proveedor de cuidados de salud ha recomendado la autocateterización intermitente limpia para ayudar a vaciar su vejiga y mantener la salud del aparato urinario.

## ¿Con qué frecuencia me debería cateterizar?

Su proveedor de cuidados de salud le indicará con qué frecuencia debe realizarse la autocateterización intermitente limpia y el tamaño de catéter que debe usar. Normalmente, la autocateterización intermitente se realiza cada cuatro horas, comenzando en el momento en que se despierta por la mañana y luego continúa cada cuatro horas hasta que se va a dormir por la noche. Algunas personas se deben cateterizar con mayor frecuencia. La mayoría de las personas que se cateterizan no necesitan cateterizarse durante la noche. Su proveedor de cuidados de salud le informará si necesita cateterización por la noche.

## ¿Dónde puedo adquirir los catéteres?

Su proveedor de cuidados de salud le enseñará sobre la autocateterización intermitente limpia y le indicará el tamaño y tipo de catéter que necesita. También le entregará una receta para los catéteres e insumos. Esta receta se enviará a una compañía de insumos médicos que se los entregará.

## Instrucciones para autocateterización intermitente para mujeres

La mayoría de las mujeres que se hacen autocateterización intermitente se sientan en el inodoro, en una silla o en una silla de ruedas mientras se insertan el catéter a través de la uretra. Otras mujeres lo hacen en posición de acostadas con almohadas debajo de la espalda. Hágalo de la forma que le resulte más cómoda. Inicialmente puede usar un espejo para ayudarse a visualizar el orificio uretral a través del cual se inserta el catéter. Puede colocar el espejo sobre un banco bajo frente al inodoro. Puede llevarle un tiempo ubicar el orificio correctamente. En algún momento la mayoría de las mujeres aprenden a cateterizarse usando el tacto y la sensación.

### 1. Antes de comenzar, reúna los siguientes materiales:

- Cure Catheter® en un envase sellado.
- Lubricante soluble en agua.
- Elementos para limpiar la zona: jabón, agua y un paño para limpieza o paños descartables sin perfume.
- Un contenedor para recolectar la orina si no realiza la cateterización sentada en el inodoro o cerca del inodoro.
- Toalla de mano

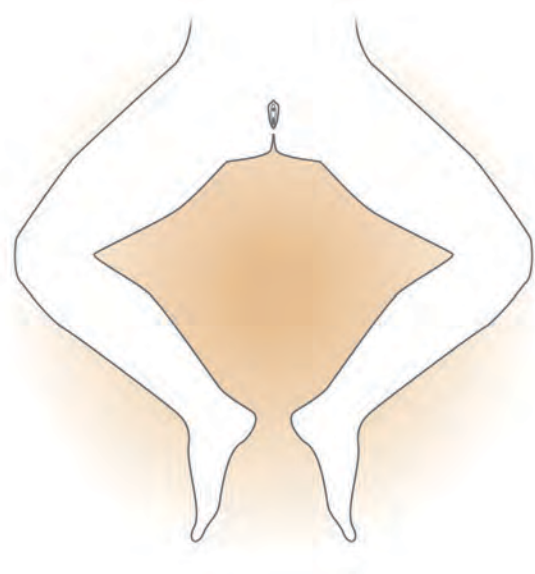


Catéter femenino de 6" de punta recta, con ojales pulidos y extremo en embudo como se ilustra más arriba.

Los catéteres Cure Medical no están hechos con DEHP, BPA o látex de caucho natural.

## Instrucciones para autocateterización intermitente para mujeres continuación

2. Inspeccione el catéter antes de usar. Si el catéter o el envase están dañados, no los use.
3. Lávese las manos cuidadosamente con jabón y agua o use un limpiador de manos antibactericida.
4. Disponga los elementos de tal manera que sean fáciles de acceder. Abra el paquete con el lubricante soluble en agua y el catéter. El paquete de Cure Catheter® se puede abrir desde ambos extremos para facilitar su uso. Aplique una cantidad abundante de lubricante en la punta y sobre las primeras pulgadas del catéter.
5. Ubíquese en una posición cómoda. Quite la ropa que pueda interferir. Si se sienta en el inodoro, separe las piernas. Si está en posición de acostada, flexione las rodillas y coloque los talones juntos en posición “de rana” (como se ilustra).
6. Usando la mano no dominante, separe los labios de la vulva con el pulgar y el índice para identificar la uretra.
7. Con los labios de la vulva separados, lave el área uretral desde adelante hacia atrás cuidadosamente con jabón, agua y un paño o una toallita descartable sin perfume. Nunca vuelva de atrás para adelante sobre el orificio uretral. Repita el lavado desde adelante hacia atrás con distintas partes del paño o de la toallita descartable.



## Instrucciones para autocateterización intermitente para mujeres continuación

8. Con la mano dominante, inserte el catéter suavemente dentro del orificio uretral (como se ilustra). Continúe insertando el catéter aproximadamente 2 pulgadas hasta que la orina comience a fluir. Si está sentada en el inodoro la orina puede caer en el inodoro. Si está acostada, coloque el extremo en embudo del catéter en un contenedor para recolectar la orina. Manténgalo en su lugar hasta que la orina deje de fluir.
9. Cuando la orina deje de fluir, haga rotar lentamente el catéter entre los dedos mientras lo retira. Si la orina comienza a fluir nuevamente, deje de retirar el catéter y permita que la orina drene. Cuando la vejiga esté vacía, termine de quitar el catéter.





### Especificaciones para la autocateterización intermitente limpia:

- Tamaño de catéter Cure Catheter®:  
 8 FR    10 FR    12 FR    14 FR    16 FR    18 FR
- Cateterizar \_\_\_\_\_ veces por día o cada \_\_\_\_\_ horas.
- Cateterización requerida por la noche:  Sí    No

### Información de contacto del proveedor de cuidados de salud:

\_\_\_\_\_  
Nombre

\_\_\_\_\_  
Número de teléfono

### Información de contacto del proveedor de insumos de salud:

\_\_\_\_\_  
Nombre

\_\_\_\_\_  
Número de teléfono