

**La incontinencia urinaria no sólo tiene un impacto emocional en el paciente sino que además limita la relación sexual**

## **La mitad de las mujeres incontinentes rechaza la actividad sexual**

**Cualquier alteración fisiológica tiene un efecto directo sobre quien la padece, y en el caso de los pacientes con incontinencia urinaria, se genera un problema higiénico y social que incide indirectamente sobre su situación familiar, laboral y sexual, según los expertos del Instituto Indas.**

El 50% de las mujeres incontinentes rechaza la actividad sexual, según un estudio reciente que busca la relación entre esta patología y la satisfacción personal y la sexualidad<sup>1</sup>. Se ha demostrado que la falta de control voluntario de la orina durante el sexo genera vergüenza e inseguridad en la mujer, lo que conlleva un impacto negativo en el plano emocional y relacional de la paciente.

*“La IU y los prolapsos hacen que la mujer se infravalore y se sienta insegura porque reduce su autoestima y la convierte en una persona retraída, alterando así su comunicación afectiva y llegando a bloquear su respuesta por la ansiedad sexual que le genera este problema”* explica el Dr. Eduardo Martínez Agulló, coordinador del Comité de Expertos del **Instituto Indas**. De hecho, diversos estudios demuestran que las personas con IU registran una tasa significativamente más alta de depresión, tristeza y sensación de soledad.

### **Recuperar la normalidad funcional**

Un considerable número de mujeres con incontinencia urinaria sufren pérdidas de orina durante su actividad sexual, ya sea durante el coito, el orgasmo o post-orgasmo. La causa de la I.U, la posición (decúbito supino), la replección vesical, el incremento de la presión abdominal, el estímulo clitorideo y el orgasmo pueden ser los desencadenantes de las pérdidas. Pese a todo, son muy pocas las mujeres que consultan a su médico por vergüenza o pudor, sentimiento se acentúa en estos casos.

*“No podemos afirmar que con la recuperación de la continencia la sexualidad vaya siempre a mejorar, puesto que estaríamos confundiendo sexualidad con genitalidad”*, asegura el Dr. Martínez Agulló, sin embargo, el tratamiento de la patología -ya sea con fármacos, cirugía o con unos sencillos ejercicios de suelo pélvico- permitirá al paciente normalizar la función fisiológica y, en consecuencia, mejorar su calidad de vida.

El Instituto Indas es una iniciativa pionera promovida en 2008 por Laboratorios Indas con el fin de articular iniciativas dirigidas al estudio, investigación, promoción y sensibilización social. Todo ello a través de propuestas activas de actuación, dirigidas a la prevención y la calidad de vida de las personas incontinentes, así como a su entorno social y sanitario.

**Si necesitas más información o concertar una entrevista puedes contactar con  
Sonia Romero · 91 415 19 31/ 679 71 41 60 · [sromero@ecofirma.es](mailto:sromero@ecofirma.es)**

<sup>1</sup> Estudio *Trabajando la incontinencia urinaria en Atención Primaria: satisfacción, sexualidad y cumplimiento terapéutico*