

## Alteraciones **Urológicas** de la diabetes

*Las personas con diabetes pueden presentar un inicio precoz y una marcada intensidad de síntomas molestos en la vejiga, o cambios en la función sexual. Esto se debe al daño que la enfermedad puede causar en los vasos sanguíneos y nervios.*

**Daños que puede causar en hombres:**  
Dificultad con la erección o la eyaculación.

### Disfunción eréctil



Incapacidad para lograr o mantener una erección firme y tener relaciones sexuales. Esto puede ser una señal temprana de diabetes, sobre todo en hombres de 45 años o menos.

#### Causas:

- Daños en los nervios.
- Tabaquismo
- Sobrepeso u obesidad.
- Presión arterial alta.
- Enfermedad renal.
- Abuso de alcohol.
- Daño en los vasos sanguíneos.
- Factores psicológicos.
- Efectos adversos de medicamentos.

## Tratamiento:

- Medicamentos orales.
- Bomba de vacío.
- Medicamentos en la uretra.
- Inyecciones en el pene.
- **Cirugía:**
  - Implantación de prótesis.
  - Reparación de arterias.
- Terapia psicológica.

## Eyaculación retrógrada

Trastorno en el que el semen fluye (en parte o completamente) hacia la vejiga, en lugar de salir por el pene, causando escasa o nula cantidad de semen durante la eyaculación. Esto se debe a que los esfínteres no funcionan adecuadamente. En estos casos, el semen sale del cuerpo a través de la orina, sin afectar la vejiga.

## Causas:

- Inadecuado control de la glucosa en la sangre.
- Cirugía de próstata.
- Efectos adversos a medicamentos.



## Tratamiento:

- Medicamentos que fortalecen el esfínter.
- Tratamientos para la infertilidad: recolección de espermatozoides de la orina para usarlos a través de inseminación artificial.

*Si el paciente conoce su enfermedad, logrará un control adecuado de esta, obteniendo mejor calidad de vida. Así mismo, será capaz de detectar cualquier cambio para evitar complicaciones.*

# Daños que puede causar en mujeres:

## Problemas con la respuesta sexual y la lubricación vaginal.

### Problemas sexuales

- Lubricación vaginal disminuida, sequedad vaginal.
- Relaciones sexuales dolorosas o incómodas.
- Deseo sexual disminuido o ausente.
- Incapacidad de sentir excitación, mantenerla o alcanzar el orgasmo.
- Sensación de sensibilidad reducida o ausente en el área genital.



### Causas:

- Daño de los nervios.
- Disminución de flujo sanguíneo a los tejidos.
- Cambios hormonales.
- Medicamentos.
- Abuso en el consumo de alcohol.
- Tabaquismo.
- Problemas psicológicos como ansiedad o depresión.
- Infecciones ginecológicas.
- Otras relacionadas con el embarazo y la menopausia.

### Tratamiento:

- **Lubricantes vaginales.**
- **Técnicas para tratar la respuesta sexual:** cambios en la posición y estimulación durante la relación sexual, terapia psicológica y ejercicios Kegel para fortalecer los músculos pélvicos, entre otros.

# La diabetes y los problemas urológicos

Estas alteraciones que afectan a hombres y mujeres diabéticos incluyen problemas de la vejiga e infecciones de las vías urinarias.

## Vejiga hiperactiva

Contracciones involuntarias de la vejiga durante el llenado, causadas por el control inadecuado de los músculos del esfínter, estos pueden aflojarse y permitir el goteo o permanecer cerrados cuando se orina.

### Síntomas:

- Aumento en la frecuencia urinaria (día y noche).
- Urgencia urinaria: constante necesidad de orinar repentinamente.
- Incontinencia urinaria.

## Retención de orina

Cuando ocurre un daño en los nervios, los músculos de la vejiga no reciben la señal de que es tiempo de orinar o se debilitan impidiendo el vaciamiento de la vejiga por completo. Cuando la vejiga se llena demasiado, se acumula la orina y esta presión puede dañar los riñones. Además, esto puede conducir al desarrollo de una infección en los riñones, la vejiga o incontinencia por rebosamiento.

### Tratamiento:

- **Retención de orina:** medicamentos para estimular el vaciado con horario fijo, cateterismo intermitente y masajes en la parte inferior del abdomen para vaciar, entre otros.
- **Goteo:** uso de medicamentos, fortalecimiento de los músculos con ejercicios Kegel y cirugía.

# Infecciones urinarias

Son producidas generalmente por bacterias (usualmente del sistema digestivo) que alcanzan las vías urinarias. Se pueden clasificar en:

- **Uretritis:** las bacterias crecen en la uretra.
- **Cistitis:** las bacterias suben por las vías urinarias, causando infección.
- **Pielonefritis:** es una manifestación de infección grave del tracto urinario.



## Síntomas:

- Necesidad intensa de orinar.
- Dolor o ardor durante al orinar.
- Orina turbia o rojiza.
- En mujeres, presión sobre el hueso púbico.

## ¿Cómo prevenir los problemas sexuales y urológicos asociados con la diabetes?

- Manteniendo los niveles de glucosa, presión arterial y colesterol en la sangre dentro de lo recomendado por el médico.
- Realizando actividad física y conservando un peso saludable.
- Eliminar el hábito de fumar.



Síguenos en:

