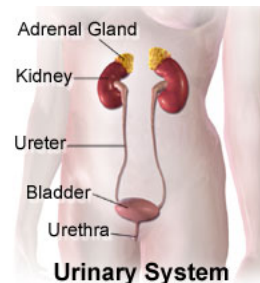


NC Women's Hospital
Autocateterismo Urinario
Urinary Self-Catheterization

¿Qué es el autocateterismo urinario?

La colocación de un catéter (tubo plástico pequeño y delgado) dentro de la vejiga para permitir que la orina drene del cuerpo. El catéter se introduce por la uretra (un tubo en el cuerpo que conecta la vejiga a la parte exterior del cuerpo).



¿Por qué necesito autocateterizar?

Ya sea que usted es incapaz de orinar por sí misma o cuando usted orina su vejiga no se está vaciando por completo. Esto es temporal y algunas veces puede ocurrir después de un parto vaginal difícil o después de un parto por cesárea.

¿Con qué frecuencia me debo autocateterizar?

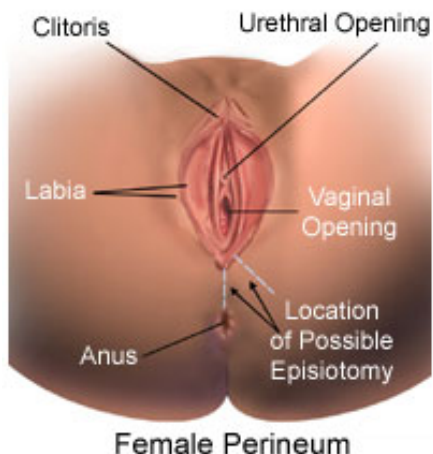
Es importante no dejar que su vejiga se llene demasiado. Usted debe intentar orinar por lo menos cada 4 horas mientras esté despierta y antes de irse a dormir. Cada vez que orine usted *tiene que* autocateterizarse para asegurarse que su vejiga está vacía. Mida y anote la cantidad cada vez que orine por sí misma, y la cantidad de cada autocateterización.

¿Qué materiales necesito?

- Catéter
- Lubricante, por ejemplo K-Y Jelly™ (*no use Vaseline™ o petroleum jelly*)
- “Sombrero” de orina (envase para recoger y medir la orina)
- Toallitas húmedas para bebés o jabón, agua tibia y paño para lavarse
- Espejo y buena luz

¿Cómo llevo a cabo una autocateterización?

- Lávese las manos con jabón y agua tibia
- Orine en el “sombrero” de orina y anote la cantidad que mide
- Vacíe la orina del “sombrero”
- Coloque lubricante en la punta del catéter
- Límpiase; separe sus labios y límpiase de enfrente-para-atrás, usando toallitas húmedas para bebés o usando un paño tibio con jabón
- Usando un espejo, separe sus labios con una mano; encuentre el orificio uretral (vea lámina abajo)



- Use su otra mano para lentamente introducir la punta del catéter en el orificio uretral (sostenga el catéter para que el final del catéter esté directamente dentro del “sombbrero” para recoger la orina); con delicadeza empuje el catéter hasta que comience a salir la orina.
- Después que deje de salir la orina, apriete el catéter y sáquelo lentamente. Mantenga el final del catéter hacia arriba para prevenir que se derrame la orina.
- Anote la cantidad de orina de la cateterización
- Lave el catéter con jabón líquido, enjuague bien y deje que se seque al aire sobre una toalla. Guárdelo en un lugar limpio y seco listo para usarlo de nuevo.

Consejos Importantes:

- *Si tiene dificultad colocando sacando el catéter:* si es doloroso, trate usando más lubricante. El dolor también puede ser causado por espasmos musculares. Trate de relajarse respirando profundo al colocar o sacar el catéter.
- *Si no sale orina del catéter:* use un espejo para asegurarse que el catéter esté en la uretra y no en la vagina. Si usted está segura que está en el lugar correcto, con delicadeza empújelo hacia adentro o hálelo hacia atrás.
- *Si hay sangre en el catéter o en su orina:* esto puede ser causado por sequedad. Trate usando más lubricante. Asegúrese de tomar mucho líquido. El sangrado también puede ser causado por una infección. Llame a su proveedor si usted piensa que tiene una infección.

¿Cuándo puedo suspender la autocateterización urinaria?

Puede dejar de autocateterizarse cuando:

- la cantidad que usted orine por sí misma sea más de 200mL dos veces seguidas.
- la cantidad de orina de cada cateterización sea menos de 100mL.

¿Cuándo debo llamar a mi proveedor?

Llame a su proveedor si tiene señales de una infección de las vías urinarias:

- Dolor al orinar
- Fiebre/escalofríos
- Dolor de espalda
- Orina turbia o con mal olor
- Sangre en su orina
- Frecuentes espasmos de la vejiga

Si usted tiene preguntas o problemas durante horas laborables (lunes a viernes, 8:30 a. m.-4:30 p. m.) por favor llame a la línea de consejos de la enfermera al 919-966-6823. Después de horas laborables debería llamar a la operadora del hospital al 919-966-4131 y pídale que llame al proveedor de ginecología y obstetricia que está de turno.

Approved by the NC Women's Hospital Patient Education Committee, July 22, 2009

Translated by UNC Health Care Interpreter Services, 10-27-2009