



Dolor en la vejiga

El síndrome de vejiga dolorosa (también llamado cistitis intersticial o síndrome de dolor de vejiga) es una afección crónica (de largo plazo) dolorosa que afecta la vejiga. Tu vejiga es el órgano que contiene la orina de tus riñones hasta que viaja por la uretra y fuera de tu organismo. El síndrome de vejiga dolorosa afecta a más mujeres que hombres. No tiene cura, pero hay tratamiento para ayudar a aliviar tus síntomas, incluido el dolor. A veces los síntomas mejoran sin tratamiento.

P: ¿Cuáles son los síntomas de síndrome de vejiga dolorosa?

R: Los síntomas de síndrome de vejiga dolorosa pueden incluir:

- Dolor o molestia en la parte baja del abdomen. El dolor puede empeorar cuando se llena la vejiga. Tu dolor puede desaparecer por un tiempo al orinar y vaciar la vejiga.
- Sentir necesidad de orinar inmediatamente (con urgencia), seguido (con frecuencia), o ambos. La mayoría de las personas orinan entre cuatro y siete veces por día. Las personas con síndrome de vejiga dolorosa grave pueden orinar tanto como 40 veces al día, incluido durante la noche.
- Dolor, presión o sensibilidad en la vejiga, la uretra, la vulva, la vagina o el recto
- Dolor en los músculos del suelo pélvico, la parte baja del abdomen y la cintura
- El dolor puede empeorar durante el período menstrual
- Dolor al mantener relaciones sexuales
- Úlceras, llagas y/o sangrado en la vejiga

P: ¿Cómo afecta la salud de la mujer el síndrome de vejiga dolorosa?

R: Algunas mujeres con síndrome de vejiga dolorosa pueden sentir solo un dolor o molestia leve de los síntomas. Otras tienen dolor y síntomas graves. Los síntomas también pueden cambiar con el tiempo.

Algunas de las formas en las que los síntomas graves de síndrome de vejiga dolorosa pueden afectar la salud de la mujer incluyen:

- **Falta de sueño de calidad.** Las mujeres con síntomas graves pueden necesitar levantarse a orinar durante la noche. El sueño interrumpido puede ocasionar fatiga extrema y a veces depresión.
- **Depresión.** Convivir con un dolor crónico aumenta tu riesgo de depresión.
- **Dolor al mantener relaciones sexuales.** Muchas mujeres con síndrome de vejiga dolorosa refieren dolor durante las relaciones sexuales. Hay estudios que han demostrado que las mujeres con síndrome de vejiga dolorosa también pueden tener problemas para sentirse sexualmente excitadas, sequedad vaginal y dificultades para alcanzar el orgasmo.

P: ¿Cómo se trata el dolor del síndrome de vejiga dolorosa?

R: El síndrome de vejiga dolorosa no tiene cura. Pero tu médico probará diferentes tratamientos para encontrar la forma de aliviar tus síntomas.

El primer tratamiento que prueban muchas personas incluyen medidas que puedes tomar en casa, como dejar de fumar y entrenar tu vejiga para acostumbrarte a que los períodos entre cada visita al baño sean más prolongados. A veces, modificar la alimentación evitando el alcohol, la cafeína, las comidas picantes, puede ayudar a aliviar los síntomas. Pero aun si los síntomas desaparecen, pueden regresar días o años después.

Si tus síntomas no mejoran, estos son algunos otros tratamientos que puede sugerir tu médico:

- **Terapia física.** Puedes trabajar junto a un fisioterapeuta para aprender técnicas para fortalecer y relajar la zona.
- **Analgésicos de venta libre.** La aspirina o el ibuprofeno pueden contribuir a aliviar el dolor de vejiga leve.
- **Medicamentos recetados.** Tu médico puede recetarte medicamentos para aliviar el dolor y reducir la necesidad de orinar.

- **Instilación vesical.** Tu médico usa un catéter para llenar tu vejiga con un líquido o solución. El líquido sirve para lavar el interior de tu vejiga durante 15 minutos antes de vaciarla. La instilación vesical puede ayudar a prevenir los espasmos musculares que causan dolor de vejiga y la necesidad de orinar.
- **Estimulación nerviosa.** Tu médico usa cables para enviar pulsos eléctricos leves a los nervios de la zona de la vejiga. Los pulsos pueden aumentar el flujo sanguíneo a la vejiga y fortalecer los músculos que ayudan a controlar la vejiga. Esto puede aliviar el dolor y reducir la sensación de ganas de orinar con tanta frecuencia.
- **Inyecciones de botox.** Tu médico inyecta toxina botulínica (botox) en el músculo que recubre la vejiga para ayudarla a relajarse y que pueda almacenar más orina, o en los músculos del suelo pélvico si hacen espasmos.
- **Cirugía.** Si los demás tratamientos no funcionaron, posiblemente tu médico sugiera una cirugía para extraer la vejiga o partes de la vejiga. Puedes seguir sintiendo dolor después de la cirugía. Una úlcera en la vejiga se puede tratar con una cirugía sencilla que puede aliviar los síntomas por muchos meses. Si te extraen la vejiga, deberás usar una bolsa fuera de tu cuerpo para recoger y desechar tu orina.

Para obtener más información...

Para obtener más información acerca del síndrome de vejiga dolorosa, comunícate con la línea de ayuda de la OWH al 800-994-9662, o ponte en contacto con las siguientes organizaciones:

- **Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales (NIDDK por sus siglas en inglés), NIH, HHS**
Número de teléfono: 301-496-3583
www.niddk.nih.gov
- **Asociación Americana de Dolor Crónico**
Número de teléfono: 800-533-3231
www.theacpa.org
- **Urology Care Foundation**
Número de teléfono: 866-746-4282
www.urologyhealth.org
- **Interstitial Cystitis Association**
Número de teléfono: 800-435-7422
www.ichelp.org
- **Interstitial Cystitis Network**
Número de teléfono: 800-928-7496
www.ic-network.com

La Oficina para la Salud de la Mujer agradece las revisiones adicionales de:

- Tamara G. Bavendam, M.D., M.S., investigadora científica sénior y directora del Programa, División de Enfermedades Renales, Urológicas y Hematológicas, Instituto Nacional de la Diabetes y las Enfermedades Digestivas y Renales
- Philip Hanno, M.D., M.P.H., profesor de Urología, University of Pennsylvania

El material de esta página no tiene restricciones de derechos de autor, y se puede copiar, reproducir o duplicar sin autorización de la Oficina para la Salud de la Mujer en el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Se agradece citar la fuente.

Última actualización de la página: 27 de febrero de 2017.

Última revisión del contenido: 24 de febrero de 2017.

 www.facebook.com/HHSOWH

 www.twitter.com/SaludDLaMujer

 www.youtube.com/WomensHealthgov

www.womenshealth.gov | 800-994-9662

