

## **LA CALIDAD DE VIDA EN INCONTINENCIA. DECÁLOGO**

- 1.- La incontinencia urinaria es una alteración de la salud, que afecta a muchas personas. No se encuentra necesariamente vinculada a la edad ni al sexo.
- 2.- La incontinencia urinaria debe ser consultada siempre con un profesional sanitario. No hay que ocultarla.
- 3.- Hay distintos tipos de incontinencia urinaria. Si bien el síntoma principal que se percibe es el escape de orina, éste puede deberse a diferentes causas y tener distintos grados.
- 4.- Cada tipo y grado de incontinencia urinaria tiene su tratamiento.
- 5.- La incontinencia urinaria sólo se podrá tratar de forma acertada si la alteración que la causa ha sido adecuadamente diagnosticada.
- 6.- El primer tratamiento para la incontinencia urinaria es su prevención. Existen hábitos saludables que pueden evitar o retrasar su aparición, así como disminuir su grado.
- 7.- Contamos con soluciones eficaces como rehabilitación, fármacos y cirugía con técnicas cada vez más sencillas y perdurables en el tiempo, que pueden curar o mejorar la incontinencia urinaria.
- 8.- El tratamiento paliativo con absorbentes (compresas y pañales) es la mejor solución para aquellas personas que no han resuelto su incontinencia urinaria.
- 9.- En este sentido, debe buscarse siempre la mejor opción para la protección del paciente incontinente. Mejorar su calidad de vida ha de ser un objetivo prioritario.
- 10.- La incontinencia urinaria tiene solución. La resignación no es una opción.

### **Comité Técnico INSTITUTO INDAS**

Coordinador: Eduardo Martínez Agulló – Urólogo  
Autores: Eldiberto Fernández – Urólogo  
Fernando González-Chamorro – Urólogo  
Manuel Fillol – Ginecólogo  
Montserrat Espuña – Ginecólogo  
Pedro Blasco - Urólogo  
Salvador Arlandis – Urólogo

El Programa ConfortPad, iniciativa del INSTITUTO INDAS, pretende promover la calidad de vida de las personas con incontinencia urinaria, partiendo de propuestas activas. Este DECÁLOGO es una de ellas.

Como patrocinador del Instituto, Laboratorios INDAS cuenta, gracias a su I+D+i, con absorbentes que ofrecen al paciente, más allá de estructuras con gran poder de absorción y retención, innovadoras prestaciones encaminadas a mejorar su calidad de vida, tales como partículas antibacterianas y neutralizantes de olor, sustancias naturales que protegen la piel, tejidos 100% transpirables y bandas elásticas adaptables.

Será el médico quien diagnostique el tipo y grado de incontinencia urinaria y determine el tratamiento más adecuado en cada caso.