

NOTA DE PRENSA

Madrid, 14 de abril de 2009



Carretas, 14 7º C1 28012 Madrid Tel. 915 221 313
Fax 914 354 888 sefac@sefac.org www.sefac.org

La única forma de prevenir la cistitis es conocer y tener buenas prácticas de higiene en el cuarto de baño

- **Casi el 80 por ciento de las cistitis las provocan bacterias que provienen del intestino, aparecen en las heces y que se convierten en patógenas al penetrar en el sistema urinario. Por ello es muy adecuado instruir a las niñas en una correcta limpieza.**
- **La primera vez que se observen los síntomas (ganas permanentes de orinar, en las que además apenas se orina, y una sensación de quemazón durante la micción) hay que acudir rápidamente al médico, quien, con dos sencillas pruebas, puede hacer un correcto diagnóstico y poner el tratamiento adecuado.**
- **La décima entrega de la campaña de educación para la salud *Recomendaciones SEFAC a la población*, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad y Consumo, está dedicada a las afecciones del tracto urinario (ITU) y cuenta con el patrocinio de Laboratorios SALVAT.**

Las infecciones del tracto urinario (ITU) representan el segundo tipo de infección en el ámbito ambulatorio tras las infecciones respiratorias. La más común de todas ellas es la **cistitis aguda**, que afecta a la zona baja del sistema urinario, tanto a la uretra como a la vejiga. Es una patología que afecta principalmente a las mujeres adultas y que puede llegar a representar un 5 por ciento de las consultas ambulatorias. Se calcula que entre un 30 y un 50 por ciento de las mujeres tendrán al menos un episodio de ITU en su vida. Sin embargo, en hombres es una infección muy rara antes de los 50 años (0,1 por ciento) y en edades avanzadas y en pacientes con sondas se iguala a la mujer. También afecta a los recién nacidos: alrededor de un 1 por ciento de ellos están afectados por esta infección.

Precisamente con ese objeto de ayudar al farmacéutico en su misión de asesorar y concienciar a pacientes y familiares de la importancia de un correcto manejo de las ITU, la Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC) dedica la décima entrega de la campaña *Recomendaciones SEFAC a la población* a esta dolencia. Las nueve entregas previas de esta iniciativa, reconocida de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad y Consumo, han sido difundidas en meses precedentes a través de medios de comunicación y farmacias comunitarias de toda España, y han profundizado sobre problemas de salud de consulta frecuente en la farmacia como la protección solar, el uso y aplicación de piercing y tatuajes, la prevención y abordaje de la pediculosis, la alopecia, el dolor crónico, la dermatitis atópica, la meningitis y la sepsis, el asma y el acné.

La ficha de ITU, que cuenta con el patrocinio de Laboratorios SALVAT, explica que las infecciones del tracto urinario no son graves, sí muy molestas pero, en principio no afectan a ningún órgano clave. Eso sí, si la infección no se trata bien puede subir por la uretra, llegar al riñón y agravarse. La presencia de fiebre es una

urgencia médica por posible afectación renal. “La primera vez que se observen los síntomas (ganas permanentes de orinar, en las que además apenas se orina, y una sensación de quemazón durante la micción) hay que acudir rápidamente al médico, que con dos sencillas pruebas puede hacer un correcto diagnóstico”, afirma Alejandro Eguilleor, farmacéutico comunitario de Madrid y coordinador científico de la campaña, quien añade que “casi el 80 por ciento de las cistitis las provocan bacterias que provienen del intestino, aparecen en las heces y que se convierten en patógenas al penetrar en el sistema urinario. Por ello es muy adecuado instruir a las niñas en una correcta limpieza”.

Como en las entregas anteriores, la ficha ofrece una serie de consejos útiles y prácticos para realizar una correcta prevención de estas infecciones. Así, se destaca la importancia de orinar después de mantener relaciones sexuales, sobre todo si es mujer, ya que el canal urinario está muy cerca de la vagina y se puede producir contaminación. O, en los bebés, cambiar el pañal repetidas veces al día para evitar que las heces afecten al conducto urinario. En los primeros meses tras el nacimiento, la infección urinaria se da más en los bebés varones y posteriormente se invierte la proporción y se da más en las niñas. En pacientes con ITU complicadas y recurrentes se recomienda actualmente hacer un tratamiento de un mes, cada estación, con arándano rojo. Las sustancias químicas que se encuentran en esta planta impiden que las bacterias que producen la infección urinaria se adhieran a las paredes de la uretra.

Otro de los mensajes clave de la ficha destaca el hecho de que la dificultad para orinar es un síntoma que puede observarse en otras situaciones sin infección urinaria como inflamación de los genitales externos femeninos, lombrices, empleo de irritantes locales (geles, jabones de baño, ropa ajustada), ciertos alimentos y bebidas, medicamentos (vitamina C) y estrés emocional. Por ello es muy importante la visita al médico para que realice el diagnóstico correcto.

Se adjunta la ficha de recomendaciones en PDF para que los medios de comunicación hagan de ella y/o de su contenido la difusión que estimen conveniente.

Sobre SEFAC

Constituida en marzo de 2001, la **Sociedad Española de Farmacia Comunitaria (SEFAC)** es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con delegaciones en distintas autonomías que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en un interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. En marzo de 2009 SEFAC ha sido galardonada con cinco de los premios a las *Mejores Iniciativas de la Farmacia en 2008*, que concede el periódico *Correo Farmacéutico*. Más información en www.sefac.org.

Para más información, contactar con Pedro Molina Porlán, coordinador general de SEFAC, en la dirección pmolina@sefac.org o en los teléfonos 91 522 13 13 / 685 52 33 53.

