



DRA. CRISTINA DOMÍNGUEZ BELLINI  
URÓLOGA PEDIATRA

## **ENURESIS**

### **¿Qué es la Enuresis?**

La enuresis, también conocida como incontinencia nocturna, es la micción involuntaria durante el sueño después de los 5 años de edad. Es importante entender que puede ser una parte normal del desarrollo del niño y se debe abordar con paciencia y con comprensión.

La enuresis puede ser primaria, cuando se moja la cama desde que eran bebés, o, secundaria, cuando es una afección que se desarrolla mínimo 6 meses después de haber aprendido a controlar la vejiga y esfínter nocturnos.

### **¿Por qué ocurre?**

En la mayoría de los niños no hay una causa específica. Mojar la cama no es culpa de su hijo. Ocurre porque el volumen de orina que se produce durante la noche es más de lo que la vejiga de su hijo puede contener. La sensación de vejiga llena no parece ser lo suficientemente fuerte como para despertar a su hijo por la noche. A medida que su hijo se desarrolla y crece, la cantidad de orina producida por la noche disminuye y se da cuenta de que necesita despertarse por la noche si su vejiga está llena. Así que el problema desaparece eventualmente en la mayoría de los niños.

Hay diversos factores que pueden ser claves en esta afección. Estos incluyen: un desequilibrio hormonal (insuficiente producción de hormona antidiurética), infecciones urinarias, apnea del sueño, Diabetes,

estreñimiento crónico, inmadurez neurológica del sistema urinario, estrés o ansiedad, antecedentes familiares de Enuresis y trastorno de déficit de atención con hiperactividad.

### **¿Cómo se trata la Enuresis?**

Los cambios en el estilo de vida, el entrenamiento de la vejiga, las alarmas de humedad y, a veces, los medicamentos pueden ayudar a reducir la enuresis. Su médico realizará una historia clínica detallada con el fin de documentar posibles causas para tratar de manera individualizada.

### **¿Qué debo tener en cuenta?**

Independientemente del tratamiento, existen algunas estrategias generales que son útiles durante todo el proceso de tratamiento. Es muy importante ser paciente y animar a su hijo en un entorno positivo. Castigar o burlarse por mojar la cama solo empeorará la situación; asegúrese de que los hermanos también entiendan esto.

Su hijo necesita estar muy involucrado en el plan de tratamiento para que funcione. Trate de evitar el uso de pañales de manera permanente, puede usar un pad o un pull up en ciertas ocasiones (por ejemplo, campamentos escolares, vacaciones, fiestas de pijamas), puede usar protección para la cama mientras espera que su hijo deje de mojarse.