



## Preguntas Frecuentes acerca de Cistitis Intersticial

### ¿Qué es la cistitis intersticial?

La cistitis intersticial (CI) es una condición crónica de la vejiga que puede causar dolor y otros síntomas. Las personas con CI tienen la pared de la vejiga inflamada o irritada. Esta *inflamación* puede causar:

- cicatrices y rigidez en la vejiga;
- disminución de la capacidad de la vejiga (la vejiga puede retener menos orina);
- puntos sangrantes en el recubrimiento de la vejiga.

En ocasiones poco frecuentes, se forman úlceras en el recubrimiento de la vejiga.

Alrededor del 90 por ciento de los más de 700,000 estadounidenses que se estima tienen CI, son mujeres. En casos graves, la CI puede ser muy incapacitante.

### ¿Cuáles son las causas de la cistitis intersticial?

Nadie sabe qué es lo que causa la cistitis intersticial. Debido a que la CI tiene síntomas y severidad tan variados, la mayor parte de los investigadores cree que en realidad puede tratarse de varias enfermedades. Una de las teorías que se estudian es que la CI es una respuesta del *sistema inmune* luego de una infección de la vejiga. Otra teoría es que existen sustancias en la orina que causan irritación a las personas que sufren de CI. También se están estudiando otras teorías. La cistitis intersticial es diferente a las infecciones de las vías urinarias, que son causadas por bacterias y pueden ser tratadas con antibióticos. Los estudios demuestran que los antibióticos no son útiles para el tratamiento de la CI.

### ¿Cuáles son los síntomas y las señales de la cistitis intersticial?

Los síntomas de la CI varían de una persona a otra, y hasta en la misma persona. Las personas que sufren de CI pueden experimentar una molestia leve, sensación de presión, sensibilidad o dolor intenso en la vejiga y en el área pélvica que la rodea. Algunos de los síntomas pueden ser la necesidad urgente de orinar (urgencia), la necesidad frecuente de orinar (frecuencia), o una combinación de ambas. La intensidad del dolor puede variar a medida que la vejiga se llena de orina o a medida que se vacía. Los síntomas en las mujeres suelen empeorar durante sus períodos menstruales. Es común el dolor durante el coito.

Algunas personas descubren que sus vejigas no pueden retener mucha orina, lo que aumenta la frecuencia de orinación. Sin embargo, algunas personas con problemas graves de frecuencia son capaces de retener una cantidad normal de orina. Las personas que sufren de casos graves de CI pueden tener que orinar hasta 60 veces en un período de 24 horas.

## ¿Cómo se diagnostica la cistitis intersticial?

El primer paso en el diagnóstico de la CI es descartar otras condiciones que puedan estar causando los síntomas. Otras causas posibles de los síntomas que se ven con CI pueden ser las infecciones de las vías urinarias o infecciones vaginales, cáncer de la vejiga, *endometriosis*, enfermedades venéreas, o cálculos renales. Se pueden llevar a cabo distintos exámenes de la orina, vejiga y vías urinarias del paciente.

El examen más importante para confirmar la CI es una cistoscopia hecha bajo anestesia. En este examen se usa un instrumento llamado *cistoscopio* para mirar dentro de la vejiga. Se utiliza un líquido o un gas para ampliar la vejiga. Se necesita anestesia porque ampliar la vejiga puede ser muy doloroso para una persona que sufre de CI. Este examen puede detectar inflamación de la pared de la vejiga, puntos de sangrado o úlceras, si la pared de la vejiga está ensanchada y rígida, y la capacidad máxima de la vejiga.

El diagnóstico de la CI se basa en:

- la existencia de urgencia urinaria, frecuencia urinaria o dolor de la vejiga o la pelvis;
- inflamación de la pared de la vejiga, incluyendo puntos de sangrado o úlceras, descubierta mediante la cistoscopia;
- la ausencia de otras enfermedades que pudiesen causar los síntomas.

## ¿Existe una cura para la cistitis intersticial?

Los científicos no han encontrado todavía una cura para la cistitis intersticial, ni son capaces de predecir quién tendrá mejores resultados con cada tratamiento. Los síntomas pueden desaparecer sin motivo alguno, o al cambiar de dieta o tratamiento. Aunque los síntomas desaparezcan, pueden volver días, semanas, meses o años más tarde. Los científicos no saben por qué. Como no se conocen las causas de la CI, los tratamientos apuntan a aliviar los síntomas.

## ¿Cuáles son los tratamientos para la cistitis intersticial?

Algunos de los tratamientos para la CI son:

- Medicamentos por vía oral, incluyendo el *pentosan polisulfato sódico* (Elmiron), que fue aprobado por la Administración de Alimentos y Drogas (FDA) en 1996 para el tratamiento de la CI. Por no haber sido probado en mujeres embarazadas, no se recomienda usar Elmiron durante el embarazo, excepto en casos graves. Algunos otros medicamentos por vía oral son la aspirina y el ibuprofeno, analgésicos más fuertes, *antidepresivos*, y *antihistamínicos*.
- Instilación de la vejiga (lavado o baño de la vejiga). Durante la instilación de la vejiga, ésta se llena con una solución que se mantiene por períodos variables de tiempo antes de ser drenada. El único medicamento aprobado hasta ahora por el FDA para su uso en instilación de la vejiga es el *dimetilsulfóxido* (DMSO). Se están estudiando otros medicamentos para este propósito.

- *Estimulación nerviosa eléctrica transcutánea* (TENS, por sus siglas en inglés), que introduce pulsaciones eléctricas leves en el área de la vejiga. Los científicos no saben exactamente cómo funciona la TENS, pero ayuda a aliviar el dolor y la frecuencia de orinación en algunas personas. Otro método que está siendo estudiado para aliviar los síntomas de la CI son los *implantes para estimulación del nervio sacro*.
- Estrategias de autoayuda tales como en entrenamiento de la vejiga, cambios en la dieta, reducción del estrés, y ejercicios de bajo impacto.
- La cirugía, considerada como el último recurso de tratamiento. La cirugía no mejora necesariamente los síntomas.

## **¿Cómo afecta la dieta a la cistitis intersticial? ¿Los edulcorantes artificiales empeoran los síntomas?**

No existe evidencia científica que vincule a la dieta con la CI, pero algunas personas creen que el alcohol, los tomates, las especias, el chocolate, las bebidas cítricas o con cafeína, y los alimentos de alto contenido ácido pueden incrementar la irritación y la inflamación de la vejiga. Otros notan que sus síntomas empeoran luego de comer o beber productos que contienen edulcorantes artificiales. Si usted cree que ciertas comidas o bebidas empeoran sus síntomas, trate de evitar esos productos. Puede reintroducirlos uno por uno para ver cuáles afectan sus síntomas, si es que alguno lo hace. Sin embargo es importante mantener una dieta balanceada.

## **Sufro de cistitis intersticial y acabo de descubrir que estoy embarazada. ¿Afectará esto de alguna forma a mi bebé?**

Los investigadores tienen poca información sobre el embarazo y la CI, pero creen que el problema no afecta la fertilidad ni la salud del feto. Algunas mujeres descubren que los síntomas de su CI mejoran durante el embarazo, mientras que los de otras mujeres empeoran.

## **Para más información...**

Puede conseguir más información acerca de la cistitis intersticial contactando al Centro Nacional de Información Sobre la Salud de la Mujer (NWHIC por sus siglas en inglés) al 800-994-9662 , o por medio de las siguientes organizaciones:

### **Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Renales**

Número de Teléfono: (301) 654-4415

Dirección de Internet: [www.niddk.nih.gov](http://www.niddk.nih.gov)

### **Asociación de Cistitis Intersticial**

Número de Teléfono: (301) 610-5300

Dirección de Internet: [www.ichelp.org](http://www.ichelp.org)

Esta información fue resumida a partir de folletos preparados por el Instituto Nacional de Diabetes y Enfermedades Digestivas y Renales.

Todo el material contenido en las listas de preguntas frecuentes carece de restricciones de derechos de autor, y puede ser copiado, reproducido o duplicado sin el permiso de la Oficina de Salud de la Mujer del Departamento de Salud y Servicios Humanos. Se agradece citar la fuente.

*Septiembre de 2002*