

Micción frecuente: por qué orina tan seguido y qué significa

La micción frecuente le indica que algo ha cambiado en el sistema urinario, pero no qué. Los riñones pueden estar produciendo demasiada orina, la vejiga puede estar almacenando muy poca, el vaciado puede ser incompleto o el revestimiento puede estar irritado, y el tratamiento adecuado depende de cuál sea la causa.



Figura 5.1. Cuatro mecanismos de la micción frecuente.

Puntos clave

- La frecuencia describe cuántas veces se orina; no es un diagnóstico.
- El volumen de cada micción importa: las micciones pequeñas y frecuentes apuntan al almacenamiento, al vaciado o a la irritación; las micciones grandes sugieren que los riñones producen demasiada orina.
- Un diario vesical de dos o tres días reemplaza la memoria con evidencia y puede responder preguntas que una imagen sofisticada no puede.
- Un análisis de orina normal no significa que no haya ningún problema; reorienta la evaluación.
- Un medicamento para el almacenamiento vesical no puede resolver un problema causado principalmente por una producción excesiva de orina.
- La ingesta de líquidos en el momento adecuado es más importante que la restricción indiscriminada.

Busque atención pronto si nota

- Incapacidad repentina y completa para orinar, con o sin dolor en la vejiga
- Fiebre o escalofríos con dolor en el costado
- Sangre visible en la orina
- Fiebre persistente con síntomas urinarios
- Síntomas urinarios con confusión, desmayos, debilidad intensa o nuevos síntomas neurológicos

Preguntas para su urólogo

- ¿Mi patrón sugiere una producción excesiva de orina, un almacenamiento deficiente o un vaciado incompleto?
- ¿Ayudaría un diario vesical a distinguirlos?
- ¿Podrían estar contribuyendo el sueño, algún medicamento, el estreñimiento, la diabetes o el horario de mi ingesta de líquidos?
- ¿Qué pregunta responderá cada prueba propuesta?
- ¿Cómo mediremos la mejoría, y qué nos indicaría que el primer tratamiento no funcione?

Encuentre un urólogo cerca de usted: localurology.com · Adaptado de *A Urology Consult in a Book* (edición en español), de David Shusterman, MD, urólogo certificado. Información general, no es consejo médico. Hable con su propio médico sobre su situación.