

## Infecciones del Tracto Urinario



Las infecciones en el tracto urinario suceden cuando un grupo de bacterias se desarrollan en cualquier parte del sistema urinario (vejiga, uretra y riñones). Las mujeres tienen una mayor probabilidad de contraer infecciones urinarias, ya que, su uretra es más corta y está más cerca del ano, en comparación con la anatomía de los hombres. También, las mujeres que usan el diafragma como método anticonceptivo, una vez entran en el proceso de la menopausia o luego de la actividad sexual, son más propensas a contraer una infección urinaria.

**La infección puede presentarse en diferentes zonas del tracto urinario, como:**

- **Vejiga:** se denomina como cistitis o infección vesical.
- **Riñones:** se le conoce como pielonefritis o infección renal.
- **Uretra:** es el conducto que lleva la orina desde la vejiga hacia el exterior. Se conoce como uretritis.
- **Uréteres:** son los conductos que llevan la orina desde cada riñón hasta la vejiga. En pocas ocasiones son el único lugar donde se desarrolla la infección.

**Factores de riesgo:**

- Próstata agrandada
- Embarazo
- Edad avanzada



**Síntomas:**

Si la infección es en la vejiga, la persona puede experimentar los siguientes síntomas:

- Dolor o ardor al orinar
- Sangre en la orina
- Orinar con frecuencia
- Presión o calambres en la ingle

Si la infección es en los riñones, la persona puede experimentar los siguientes síntomas:

- Fiebre
- Escalofríos
- Náuseas
- Dolor en la parte baja de la espalda

**Diagnóstico y tratamiento:**

Para establecer un diagnóstico, se realizan preguntas sobre los síntomas, examen físico y análisis de orina. En el caso de que exista sospecha de un daño mayor, se pueden requerir tomografías, ultrasonidos u otros estudios especializados.



Además, el tratamiento para las infecciones del tracto urinario dependerá del lugar en donde se desarrolle.

Generalmente, se utilizan antibióticos para detener la propagación de la infección y, dependiendo de la severidad, será la extensión de los días, bajo el uso de medicamentos. Cabe mencionar que, si presenta dolor o molestias pélvicas, es posible que le receten medicamentos o antiinflamatorios para el manejo del dolor.

**Complicaciones:**

- Infección renal
- Daño renal
- Infección de la sangre potencialmente mortal (sepsis)



### Prevención:

- Límpiese desde adelante hacia atrás para que las bacterias no toquen la uretra.
- Minimice el uso de las duchas vaginales, talcos o aerosoles en el área genital.
- Vacíe la vejiga luego de tener relaciones sexuales.
- Hidrátese bien, tomando agua.



### Comuníquese con su médico si presenta:

- Escalofríos
- Dolor de costado o espalda
- Fiebre
- Vómitos

### Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y después de su tratamiento, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

### Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

### APS Health

787-641-9133

### Referencias:

<https://www.cdc.gov/uti/es/about/informacion-basica-sobre-las-infecciones-urinarias.html>

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000521.htm>

Preparado por Educadores en Salud Licenciados.  
Revisado en julio 2025.

©First Medical Health Plan, Inc.