



CARTAS CIENTÍFICAS

Prevalencia de incontinencia urinaria en las mujeres jóvenes y nulígravidas

Prevalence of urinary incontinence in young and nulligravid women

Belén Cabello-Díaz^a, Celia Tirado-Morata^b y Sofía Garrido-Elustondo^{c,d,e,*}

^a Servicio de Urgencias, Hospital Virgen de la Victoria, Málaga, España

^b Centro de Salud Párroco Julio Morate, Madrid, España

^c Red de Investigación en Cronicidad, Atención Primaria y Prevención de la Salud, RICAPPS-RICORS, ISCIII, Madrid, España

^d Unidad Docente Multiprofesional Sureste, Gerencia Asistencial de Atención Primaria, Madrid, España

^e Instituto de Investigación Sanitaria Gregorio Marañón, Madrid, España

Disponible en Internet el 26 de marzo de 2025

Introducción

La incontinencia urinaria (IU) es una pérdida involuntaria de orina, demostrable de manera objetiva con un grado suficiente para constituir un problema social o higiénico. En la población femenina, la prevalencia varía según los estudios publicados, observándose que a pesar de ser más frecuente en las mujeres mayores y con antecedentes de embarazo, las mujeres jóvenes y nulíparas presentan cifras de prevalencia destacables¹⁻³. La IU afecta a la calidad de vida de las mujeres⁴, y muchas no buscan tratamiento o ayuda^{3,5}.

El objetivo principal de este estudio fue medir la prevalencia de IU en las mujeres nulígravidas entre 25 y 45 años, utilizando el cuestionario de IU ICIQ-SF, pertenecientes a 2 centros de salud de Madrid. Como objetivos secundarios,

describimos la calidad de vida en las mujeres con incontinencia, el porcentaje de las que habían pedido ayuda y los motivos de no hacerlo.

Desarrollamos un estudio descriptivo transversal, los sujetos de estudio fueron mujeres nulígravidas entre 25 y 45 años, que acudieron a consulta por cualquier motivo al centro de salud y consintieron participar en el estudio.

La variable principal fue padecer IU, medida con el ICIQ-SF, validado para la población española⁶. Consta de 4 preguntas, que valoran la frecuencia de la IU, la cantidad de orina perdida, el tipo de IU y la afectación de la calidad de vida.

Se recogieron las variables sociodemográficas, la búsqueda de ayuda y los motivos para no hacerlo.

Los datos fueron recogidos entre octubre de 2023 y febrero de 2024.

El estudio fue evaluado con informe favorable por la Comisión Local de Investigación Sureste, de la Gerencia Asistencial de Atención Primaria de Madrid. Todas las mujeres que participaron en el estudio fueron informadas verbalmente y aquellas que decidieron participar, al cumplimentar

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: sgarrido@salud.madrid-org
(S. Garrido-Elustondo).

Tabla 1 Motivos autorreferidos por los que las mujeres con incontinencia urinaria no han pedido ayuda (n = 48)

	Número	Porcentaje
Me da vergüenza	16	33,3
Falta de información sanitaria	12	25
No lo necesito, no lo considero un problema	12	25
Se me pasará solo	7	14,6
Puedo solucionarlo yo sola	5	10,4
No tengo tiempo para ocuparme de esto	5	10,4
Otros	- No lo considero un problema serio como para acudir - Lo considerarán normal, y para casa	

el cuestionario dieron su consentimiento tácito de participación en el mismo.

Participaron 143 mujeres. El porcentaje de mujeres jóvenes nuligrávidas que padecen IU fue del 38,5% (IC al 95%: 30,5-46,9). De las 55 mujeres con IU, el 75,9% (IC al 95%: 60,9-85,3) refirieron algún grado de afectación de la calidad de vida medida entre 0 (no afectada) y 10 (máximo grado de afectación). Solo un 16,3% puntuaba 5 o más. No habían solicitado ayuda 48, un 87,3% (IC al 95%: 5,2-24,5). La [tabla 1](#) recoge los motivos por los que no lo habían hecho.

La prevalencia de IU en nuestro estudio está próxima a las cifras publicadas en los estudios con grupos de mujeres con edades semejantes, de las revisiones de Salinas et al.¹ y Ferreira et al.², al igual que el grado de afectación de la calidad de vida¹.

El porcentaje de mujeres con IU que no habían pedido ayuda es llamativamente alto, pero está en consonancia con la bibliografía revisada^{1,3,5}. La falta de información, no considerarlo un problema y la vergüenza son razones también recogidas en otros estudios^{3,5}.

Podemos concluir que, en nuestro estudio, un porcentaje considerable de mujeres jóvenes y nuligrávidas padecen IU y esta afecta a su calidad de vida. Solo un porcentaje muy bajo de estas mujeres ha solicitado ayuda, debido, entre otras causas, a la falta de información y a que no lo consideran un problema. Por ello, creemos necesario incluirlo como un tema para abordar en las actividades de promoción de la salud en este grupo de población, puesto que una mayor información sobre la IU, junto con técnicas para su prevención y manejo, ayudarían a reducir la prevalencia del problema y mejorar la calidad de vida de estas mujeres. Consideramos necesario hacer más estudios para medir la prevalencia de IU en este grupo de mujeres, con cuestionarios

validados que nos permitan profundizar en el conocimiento de este tema y concienciarlas sobre su existencia.

Financiación

El estudio no ha recibido financiación externa.

Bibliografía

1. Salinas J, Díaz A, Brenes F, Cancelo MJ, Cuenllas A, Verdejo C. Prevalencia de la incontinencia urinaria en España. *Uro A*. 2010;52:66.
2. Lessa Ferreira EE, da Silva Filho JC, Perrelli Valença M, Vieira Santos ICR. Urinary Incontinence in Young and Nulliparous Women: Associated Factors and Prevalence. *REV ESTIMA Revista da Associação Brasileira de Estomaterapia*. 2022;20:1-8.
3. Lamerton TJ, Mielke GI, Brown WJ. Urinary incontinence in young women: Risk factors, management strategies, help-seeking behavior, and perceptions about bladder control. *Neurourol Urodyn*. 2020;39:2284-92.
4. Bakarman MA, Al-Ghamdi SS. The Effect of Urinary Incontinence on Quality of Life of Women at Childbearing Age in Jeddah, Saudi Arabia. *Glob J Health Sci*. 2015;8:281-7.
5. Perera J, Kirthinanda DS, Wijeratne S, Wickramarachchi TK. Descriptive cross sectional study on prevalence, perceptions, predisposing factors and health seeking behaviour of women with stress urinary incontinence. *BMC Womens Health*. 2014;14:78-86.
6. Espuña Pons M, Rebollo Alvarez P, Puig Clota M. Validación de la versión española del International Consultation on Incontinence Questionnaire-Short Form. Un cuestionario para evaluar la incontinencia urinaria. *Med Clin*. 2004;122:288-92.