

CUIDADOS E PREVENÇÃO DE INFECÇÃO URINÁRIA DE REPETIÇÃO NA MULHER

INTRODUÇÃO



Infecção do trato urinário (ITU) sem complicações é um problema comum de saúde que atinge mais de metade das mulheres ao longo da vida, mas que pode ser reduzido ou amenizado com cuidados preventivos e tratamento precoce. Cerca de um terço das mulheres que

sofrem uma ITU tem episódios repetitivos.

DEFINIÇÃO

A ITU não complicada é definida como a que ocorre em uma pessoa saudável, na ausência de anormalidade estrutural ou funcional do trato urinário. ITU recorrente não complicada pode ser definida como 3 ou mais episódios não complicados de ITU em 12 meses.

DIAGNÓSTICO

Sintomas comuns em ITU: disúria (dor ou ardor ao urinar), urgência, frequência (mais vezes e menor quantidade), hematúria (sangue na urina, ou urina avermelhada ou alaranjada), dor nas costas (na região lombar ou sacral), nictúria (despertar noturno para urinar com frequência), sensibilidade costovertebral (dor ao palpar a borda inferior do gradil costal dorsal), dor pélvica.

A confirmação de ITU deve ser feita com cultura de urina. Tratamento com antibiótico deve ser direcionado por antibiograma.

Cistoscopia, ultrassonografia e outros exames de imagem NÃO são indicados na rotina de investigação de ITU recorrente, exceto em situações específicas e sob recomendação da equipe assistencial.

A consulta em um serviço especializado deve ser feita apenas com a recomendação da equipe assistencial para os casos de portadores de fatores de risco para complicações de ITU, possível indicação de tratamento cirúrgico, ou diagnóstico incerto de ITU de repetição.

FATORES PREDISPOENTES

Predis põem a ITU recorrente não complicada: menopausa, histórico familiar, atividade sexual, uso de espermicida e uso recente de antibiótico.

MEDIDAS PROFILÁTICAS CONTRA ITU DE REPETIÇÃO NÃO COMPLICADA

- a. Evitar o uso de pomadas, cremes ou líquidos espermicidas após as relações sexuais;
- b. Produtos à base de “cranberry” não têm comprovação de eficácia;
- c. Uso de antibiótico como profilaxia é eficaz para evitar recorrência de ITU;
- d. O uso de antibiótico após a relação sexual é eficaz como medida profilática se iniciado até 2 horas após o coito;
- e. O uso de antibiótico profilático contínuo em baixas doses é efetivo na prevenção de ITU;
- f. O início precoce e com pelo menos 3 dias de tratamento no início dos sintomas é uma opção segura para o tratamento de ITU recorrente não complicada; caso os sintomas não melhorem após 2 dias do início do tratamento, procure uma equipe assistencial para providenciar a cultura e antibiograma;
- g. Após a menopausa o uso de cremes de estrógenos pode reduzir o risco de ITU.

TRATAMENTO

O tratamento deve ser prescrito e orientado por uma equipe assistencial; inclusive o uso de antibiótico profilático, preventivo ou para o tratamento inicial por menor prazo, deve seguir orientação e prescrição da equipe assistencial.

Devido à falta de evidências, comparando o momento de início do tratamento e os tipos de tratamento e sua duração, a decisão deve considerar: padrão de resistência local, alergias, suscetibilidade anterior, preferência, efeitos colaterais prévios e custo.

EVITAR INFECÇÕES MELHORA SUA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.