

## 8 mitos sobre las infecciones urinarias (ITU) en residentes de residencias de ancianos

### MITO #1

Una tira reactiva de orina positiva para nitritos y/o leucocitos siempre significa presencia de una ITU en el residente.

**Realidad:** Un número considerable de residentes de residencias de ancianos tienen bacterias en la orina (bacteriuria asintomática), pero encontrar bacterias en la orina no significa necesariamente que el residente tenga una ITU.

### MITO #2

Las ITU no se pueden prevenir.

**Realidad:** Una ITU se produce cuando bacterias, como las procedentes de los intestinos o de la piel que rodea la uretra, penetran en el tracto urinario y causan síntomas. Una buena higiene puede evitar que estas bacterias entren en el tracto urinario, por eso son importantes los cambios frecuentes de pañales y el cuidado anogenital regular.

### MITO #3

La presencia de bacterias en la orina sin síntomas siempre requiere tratamiento antibiótico en residentes de residencias de ancianos.

**Realidad:** Hasta el 50% de los residentes mayores están colonizados por bacterias en la orina sin presentar síntomas de infección. Esta condición no requiere tratamiento.

### MITO #4

Los cambios cognitivos, la agitación y la confusión indican una alta probabilidad de ITU.

**Realidad:** Existen varias causas posibles de cambios cognitivos en los residentes mayores multimórbidos, pero la ITU no es la más frecuente.

### MITO #5

Cuando no se está seguro de si prescribir o no un antibiótico ("más vale prevenir que curar"), los beneficios de la prescripción superan a los perjuicios de la exposición a los antibióticos.

**Realidad:** Todos los antibióticos tienen efectos secundarios y pueden causar más daños que beneficios, sobre todo en las personas mayores más vulnerables. Además, todo uso de antibióticos puede provocar resistencia a los antimicrobianos. Esto significa que los antibióticos se vuelven ineficaces y las infecciones se vuelven cada vez más difíciles de tratar.

### MITO #6

La orina oscura o maloliente es un signo de ITU.

**Realidad:** No, si no va acompañado por signos específicos de ITU, como micción frecuente, sensación de quemazón o dolor al orinar. La orina concentrada o maloliente suele ser sólo un signo de deshidratación.

### MITO #7

Administrar antibióticos profilácticos antes de cambiar la sonda a un residente con sonda urinaria permanente reduce el riesgo de ITU.

**Realidad:** Los estudios han demostrado que el uso profiláctico de antibióticos antes de cambiar una sonda urinaria no es necesario y, por lo tanto, no se recomienda.

### MITO #8

Beber más líquidos es suficiente para prevenir las ITU en los residentes de residencias de ancianos.

**Realidad:** La hidratación es importante, pero por sí sola no basta para prevenir las ITU en las residencias de ancianos. Las buenas prácticas de higiene, los horarios de aseo adecuados y las estrategias de cuidados son esenciales para la prevención de las ITU en este entorno.

