

# Cistitis intersticial: el dolor sustituye al alivio

Orinar con urgencia y dolor son los principales síntomas de la cistitis intersticial, trastorno no bacteriano del que se desconoce casi todo y que afecta a mujeres de mediana edad

La cistitis intersticial (CI) es una enfermedad crónica, rara y sobre todo femenina (el 80% de los casos son mujeres), aunque los hombres pueden verse afectados por una patología muy parecida, la prostatodinia. A pesar de que buena parte de la población es consciente de los problemas que afectan a muchos hombres a causa de la próstata, no ocurre lo mismo en el caso de las mujeres que sufren este tipo de cistitis. Con una necesidad perentoria y muy frecuente de miccionar, su problema es desconocido incluso por los propios médicos. Y es que todavía no se ha logrado averiguar cuáles son las causas que la desencadenan.

Cuando se habla de cistitis casi siempre se la relaciona con una inflamación vesical bacteriana, en la que el germen *Escherichia coli* es el responsable más frecuente. Pero también conviven otras causas de irritación vesical que no son bacterianas, sino que responden a factores como irradiación, quimioterapia u obstrucción. Mención aparte merecen las cistopatías crónicas, aquellas cistitis sin causa conocida. Dentro de este grupo se incluye la cistitis intersticial, que en EEUU afecta a más de 700.000 personas, según datos de la *Interstitial Cystitis Association*. En España, sin em-

bargo, no hay datos epidemiológicos sobre su incidencia.

La cistitis, denominación coloquial por la que se conoce este mal, hace referencia a una inflamación crónica de la pared de la vejiga. Por su parte, el apellido de intersticial está relacionado con el entramado de células que forman fibras de colágeno y, a su vez, al espacio intercelular llamado intersticio, que es la parte que se inflama e irrita. Esto se debe a que ciertos componentes químicos de la orina, como el potasio, son capaces de atravesar la capa que recubre el interior de la vejiga (el urotelio) e irritar el intersticio. En consecuencia, las personas afectadas sufren dolor cada vez que se llena la vejiga.

La cistitis intersticial se incluye dentro del llamado "síndrome de la vejiga dolorosa", referido a cualquier patología relacionada con dolor del órgano en cuestión. Ante un cuadro de vejiga dolorosa, la cistitis intersticial se diagnostica cuando no se aprecia ninguna causa orgánica, como un tumor vesical, piedras (o litiasis) en el tracto urinario o una infección de orina. Tras descartar estas causas orgánicas y realizar una serie de pruebas, y siempre que las pacientes cumplan ciertos criterios clínicos, los profesionales en urología llegan a la conclusión de que se hallan ante un cuadro clínico concreto: la CI.

## EL URÓLOGO. EL ESPECIALISTA ADECUADO

Los síntomas que llevan a la consulta médica son la urgencia en orinar y el incremento de su frecuencia (cada cada 10 - 15 minutos), dolor muy fuerte de vejiga -en la zona perineal- y mucho escozor en forma de ardor continuado.

El sufrimiento es tal que, en cuanto aparecen los primeros síntomas, las mujeres afectadas deciden visitar a un especialista, aunque a menudo se yerra en el profesional elegido. Puesto que las molestias se localizan en la zona de los genitales, acuden -o se las dirige- al ginecólogo y, debido a que se puede confundir con una infección de orina, también recurren al médico de cabecera. Inician entonces un peregrinaje hasta dar con el especialista que les podrá diagnosticar y tratar este problema de forma adecuada: el urólogo.

## EL DIAGNÓSTICO SE HACE ESPERAR

En un primer momento, los síntomas de la cistitis intersticial pueden confundirse con los de una cistitis de origen bacteriano, por lo que se trata con antibióticos. Cuando se observa que no responden al tratamiento, se practican otras analíticas para comprobar que la infección no está

causada por una bacteria. Lo mismo sucede con los hombres, ya que la prostatidinia puede confundirse con una prostatitis infecciosa.

Para llegar al diagnóstico, la clave, en cualquiera de los casos, es que el urólogo interprete de forma correcta lo que le está explicando el paciente, ya que la sintomatología es muy variada y subjetiva; cada persona siente el dolor con distinta intensidad.

### UN ROSARIO DE PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

Hasta que no se concluye que se trata de una cistitis intersticial, las afectadas se han sometido a varias pruebas:

- La **citoscopia** mediante un endoscopio para examinar el interior de la vejiga.
- La **urodinamia funcional**, basada en hacer un llenado de la vejiga para reproducir los síntomas que explica la paciente y estudiar si le duele y comprobar los síntomas que tiene.
- La **biopsia**, en la que se toma una muestra de tejido para hacer un análisis patológico.

Además, el mismo acto quirúrgico se puede aprovechar para llevar a cabo una hidrodilatación vesical contra el dolor pelviano crónico. Este tratamiento consiste en llenar la vejiga por encima de su capacidad y mantenerla a esa presión entre 5 y 10 minutos.

Las pacientes sienten cierta mejoría, aunque ésta es variable, en función de cada persona. Su duración va desde los tres y cuatro meses hasta un año, al cabo de los cuales se debe repetir. El resultado depende de la sintomatología previa.

Es habitual que las afectadas se topen con largas listas de espera para la primera visita al urólogo. Por esta razón, desde que este especialista las recibe en la primera visita hasta que se establece el diagnóstico puede transcurrir, en el mejor de los casos, un año.

En otros, debido a la confusión inicial de los síntomas con los de una infección, tanto ellos como ellas pueden vivir algunos años con un diagnóstico incorrecto.

### TRATAMIENTO SIN CURACIÓN

En la actualidad, la cistitis intersticial no tiene cura y las afectadas no encuentran otra opción que aprender a convivir con ella toda la vida. No obstante, hay varias vías terapéuticas que, prescritas y aplicadas por un urólogo experto en esta patología, permiten controlar los síntomas en el 70% de las pacientes, aunque deben ser conscientes del carácter crónico de la enfermedad y mantener unas expectativas realistas.

- **Fármacos.** El tratamiento se inicia de manera escalonada, con antiinflamatorios para reducir la inflamación y anticolinérgicos para relajar la vejiga. En ocasiones, también se administran fármacos ansiolíticos o antidepresivos, pero no por trastorno de ansiedad o depresión, sino porque el dolor puede generar gran sensación de ansiedad. En este caso, el objetivo es conseguir que el paciente se relaje y rompa el círculo del dolor. Cuando las pacientes no mejoran con estos tratamientos, se pueden administrar analgésicos como medio de protección contra agentes lesivos y con el fin de disminuir la intensidad de los síntomas.
- **Neuromodulación.** Este tratamiento, hasta ahora aplicado a la columna, consiste en la colocación de un electrodo en la raíz sacra 3 que recoge las aferencias (los nervios aferentes transportan señales sensoriales de los órganos al cerebro) de la vejiga. Este electrodo es una especie de marcapasos que, con estímulos eléctricos, ordena las sensaciones de los pacientes respecto a la vejiga. De entrada, se coloca durante un tiempo variable de 15 días y un mes, tiempo en el que puede llevarse una vida normal. La paciente que lo sigue también debe rellenar un calendario miccional previo a la colocación del electrodo y otro después. De esta forma, se comprueba si ha mejorado o no. En caso afirmativo, se implantará el dispositivo de manera definitiva.
- **Otros tratamientos.** Algunas afectadas también recurren a tratamientos como la fisioterapia, ya que está comprobado que ciertos masajes sobre la musculatura de la zona funcionan en



### LA LUCHA DE LAS AFECTADAS

ACACI es una asociación que cuenta con 82 mujeres afectadas en toda España. Se instituyó en Cataluña, pero ayuda a mujeres de todas las comunidades autónomas e, incluso, fuera de la Península y de Latinoamérica. Otra asociación a la que pueden dirigirse en las Islas Baleares es la Asociación Balear de Afectados de CI y Trigonitos (ABATYCI). En la actualidad, la lucha se centra, además de prestar apoyo moral y orientación, en dos puntos clave:

- Lograr que se reconozca el problema a través de un carné que permita acceder a cualquier lavabo ante una urgencia, sin necesidad de consumir en un local.
- Conseguir que se habilite un centro especializado en cistitis intersticial para que el diagnóstico se demore lo menos posible y se apliquen los tratamientos adecuados.

algunas mujeres e, incluso, requieren apoyo psicológico debido al impacto que puede tener la enfermedad en el bienestar mental de las afectadas.

### UN GIRO VITAL

La vida diaria de una persona diagnosticada de cistitis intersticial da un giro de 180 grados en muchos casos, ya que afecta a la vida cotidiana, laboral y de pareja en varios aspectos:

- **En el día a día.** La frecuencia al orinar, acompañada de dolor, impide a muchas de las afectadas salir a comprar, viajar, ir de paseo o al cine. Una vez que se manifiesta la enfermedad, las mujeres que la padecen son muy conscientes de la escasez de lavabos públicos en las ciudades. Ante la parquedad de la dotación municipal de este tipo de equipamientos, para acceder a un servicio tienen que entrar en un bar o restaurante cada cuarto de hora. Además, beber de forma frecuente es contraproducente para ellas porque acelera la necesidad de orinar con urgencia. Intentar aguantar produce dolor y llevar pañal para retener la orina, un gran escozor.
- **En el trabajo.** La vida laboral de algunas de las afectadas termina en el momento en que empieza la enfermedad. Los desplazamientos hasta el lugar del trabajo, cumplir con un horario establecido y rendir como uno más se convierte en una tarea muy difícil ya que las penitentes ganas de orinar y el dolor impiden cumplir con todas las exigencias. En función del nivel en que se encuentre la enfermedad, algunas afectadas han conseguido cierto grado de incapacidad laboral, incluso la absoluta.
- **Vida sexual y de pareja.** También se resiente de forma considerable. La inflamación de la vejiga, acompañada de dolor y escozor, se irradia a la zona genital de la mujer y le impide, en numerosas ocasiones, mantener relaciones sexuales sin dolor. La vejiga inflamada se siente como una roca que molesta enormemente. ◀