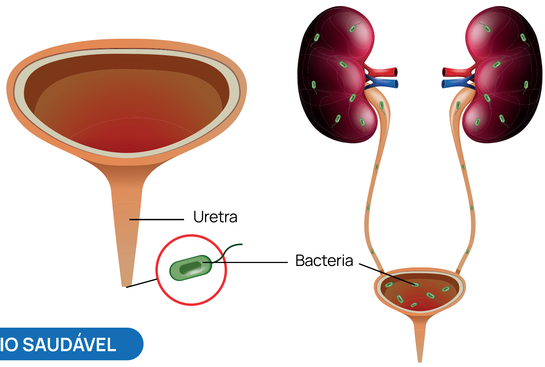
INFECÇÃO DO TRATO URINÁRIO

Novembro Azul
#minhasaudenoazul

Uma Infecção do Trato Urinário (ITU) ocorre quando bactérias invadem o sistema urinário, afetando rins, bexiga ou uretra. É uma condição comum, com milhões de casos anuais. Atinge cerca de 60% das mulheres e 12% dos homens ao longo da vida.



O TRATO URINÁRIO SAUDÁVEL

- **Função:** Produção e armazenamento de urina (eliminando resíduos líquidos do corpo).
- **Fluxo:** Urina é produzida nos rins, desce pelos ureteres até a bexiga e é eliminada pela uretra.

SINTOMAS COMUNS DE ITU



- **Sintomas da Bexiga/Uretra:**
  - Dor ou ardência ao urinar;
  - Necessidade frequente e urgente de urinar (mesmo com pouca urina);
  - Dor no abdômen inferior, pélvis ou lombar;
  - Urina turva ou com cheiro forte;
  - Pode ocorrer perda de controle da urina (vazamento).
- **Sintomas de Infecção Renal (mais grave):**
  - Febre e calafrios;
  - Dor na parte superior das costas (geralmente em um lado);
  - Náuseas e vômitos.
- **Importante: Infecções renais exigem tratamento imediato, pois podem se espalhar para a corrente sanguínea.**

FATORES DE RISCO (POR QUE ACONTECE?)

- **Bactérias:** Vêm da área vaginal, retal ou da pele e entram pela bexiga.
- **Diferenças de Gênero:** Mulheres são mais suscetíveis devido à uretra mais curta.
- **Fatores Corporais:**
  - Menopausa (perda de estrogênio);
  - Predisposição genética;
  - Relações sexuais.
- **Métodos Contraceptivos:** Diafragmas e espumas espermicidas podem aumentar o risco.
- **Anatomia Anormal:**
  - Obstruções (cateteres, bexiga aumentada).
  - Anormalidades estruturais (divertículos).
- **Sistema Imunológico:** Condições como diabetes enfraquecem a capacidade de combater germes.

PREVENÇÃO DA ITU



- **Hidratação:** Beba bastante líquidos (cerca de 2 litros/dia).
- **Hábitos de Micção:** Urine sempre que sentir necessidade e esvazie a bexiga completamente.
- **Contracepção:** Converse com seu médico sobre métodos alternativos se houver recorrência de ITUs.
- **Cranberry:** Tablets de cranberry podem auxiliar na prevenção.



DIAGNÓSTICO DE ITU

- **Análise de Urina:** Exame microscópico para detectar bactérias ou glóbulos brancos.
- **Urocultura:** Identifica a bactéria/levedura específica causadora da infecção.
- **Quando Procurar Ajuda:**
  - Presença de sangue na urina.
  - Sintomas de ITU com febre ou vômitos.
  - Sintomas que não melhoram com o tratamento.
- **Exames Adicionais:** Ultrassom ou tomografia podem ser necessários para avaliar o trato urinário.

TRATAMENTO DA ITU

ITUs Simples:
- Tratadas com ciclo curto de antibióticos (ex: 3 dias).
- É crucial completar todo o ciclo de antibióticos, mesmo que os sintomas melhorem.
- Hidratação é fundamental.
- Mulheres na pós-menopausa: reposição hormonal vaginal com estrogênio pode ajudar (sob orientação médica).

ITUs Complicadas:
- Exigem ciclos mais longos de antibióticos (até 2 semanas).
- Podem iniciar com antibióticos intravenosos no hospital.
- Infecções renais são geralmente tratadas como ITUs complicadas.

SE VOCÊ TEM DÚVIDAS,
PROCURE UM UROLOGISTA!

 # MINHASAÚDENOAZUL

REALIZAÇÃO: SBU São Paulo – Sociedade Brasileira de Urologia

APOIO: #feliz_idade APSEN – é cuidar da saúde para viver melhor.

FONTE: *UROLOGYHEALTH.ORG*