



Cateterismo intermitente limpio para personas con pene

Clean Intermittent Self-Catheterization for People with Penises (Spanish)

¿Qué es el cateterismo intermitente limpio (CIL)?

What is clean intermittent self-catheterization (CIC)?

El **cateterismo intermitente limpio (CIL)** es una forma de vaciar la vejiga mediante un **catéter** (un tubo delgado y flexible). Hará esto en horarios habituales según las instrucciones de su médico.

Clean intermittent self-catheterization (CIC) is a way to empty your bladder using a **catheter** (a thin, flexible tube). You will do this at regular times as instructed by your doctor.

¿Por qué necesito hacerme el CIL?

Why do I need to do CIC?

Usted necesita hacerse el CIL porque su vejiga no se vacía por completo, o no se vacía en absoluto, por sí sola.

You need to do CIC because your bladder does not empty completely, or it does not empty at all, on its own.

- Algunas personas solo necesitan hacerse el CIL durante un período breve (por ejemplo, inmediatamente después de una cirugía de vejiga). Algunas condiciones pueden requerir que una persona se haga el CIL por un período de tiempo más largo.

Some people only need to do CIC for a short time (for example, right after bladder surgery). Some conditions may require a person to do CIC for a longer period of time.

- Hacerse el CIL lo ayudará a mantener la vejiga vacía y disminuirá las posibilidades de infecciones.

Doing CIC will help you keep your bladder empty and decrease the chances of bladder infection.

- Algunas personas se hacen el CIL en lugar de usar un catéter de drenaje continuo.

Some people do CIC instead of wearing a continuously draining catheter.

¿Con qué frecuencia necesito hacerme el CIL?

How often do I need to do CIC?

- Su proveedor de atención médica le informará con qué frecuencia debe hacerse el CIL. Es posible que algunas personas necesiten realizarse el cateterismo de 2 a 4 veces al día y otras necesitarán hacerse el CIL cada 4 a 6 horas.

Your health care provider will let you know how often you need to do CIC. Some people may need to catheterize 2-4 times a day, and others will need to catheterize as often as every 4-6 hours.

- Cuando llegue el momento de vaciar la vejiga, es posible que tenga una sensación de saciedad o que sienta la necesidad de orinar (hacer pis) pero no pueda hacerlo. Hay algunos pacientes que saben que necesitan vaciar la vejiga porque se sienten impacientes, sudan, tienen escalofríos o dolor de cabeza.

When it is time to empty your bladder, you may have a feeling of fullness or you may feel the need to urinate (pee) but you aren't able to. There are some patients who know they need to empty their bladder through signs like feeling restless, sweating, chills, or getting a headache.

- Generalmente, necesitará realizarse el cateterismo con suficiente frecuencia para mantener la cantidad de orina (pis) que drena del catéter por debajo de las 10 a 14 onzas.

Generally, you will need to catheterize often enough to keep the amount of urine (pee) you drain from the catheter below 10-14 ounces.

- Es importante que programe una rutina para hacerse el CIL. Es posible que le demos un “diario de la vejiga”, donde hará un seguimiento de la hora en que orina o se realiza el cateterismo y cuántas onzas de orina drenó (ya sea al orinar o al realizar el cateterismo).

It is important that you get into a routine with your CIC. We may give you a “bladder diary,” where you will keep track of the time you pee or catheterize and how many ounces of urine has drained (with either peeing or catheterizing).

- Una vez que siga una buena rutina, no necesitará seguir midiendo su orina. Esto podría llevar varias semanas o varios meses.

Cada persona es diferente. Su médico le aclarará cuándo puede dejar de medir su orina.

After you get into a good routine, you won't need to continue to measure your urine. This could take several weeks or several months. Everyone is different. Your doctor will clarify when you can stop measuring your urine.

¿Qué suministros necesitaré?

What supplies will I need?

- Un catéter (que le recetará su médico)
A catheter (that will be prescribed by your doctor)
- Gel lubricante soluble en agua, como el gel K-Y® (no use gel de petróleo como Vaseline®)
Water-soluble lubricating jelly, such as K-Y® Jelly (do not use petroleum jelly like Vaseline®)
- Una toallita húmeda o un paño para limpiar el **meato uretral** (la abertura de la uretra en la punta del pene que conduce a la vejiga)

A moist towelette or a washcloth to clean the **urethral meatus** (the opening to the urethra on the tip of the penis which leads to the bladder)

- Jabón líquido antibacteriano sin crema hidratante ni perfume y agua
Liquid antibacterial soap without moisturizer or perfume, and water
- Un inodoro, urinario o lavabo para drenar y medir la orina
A toilet, urinal, or basin for draining and measuring the urine
- Una superficie limpia para colocar sus suministros
A clean surface to place your supplies on

¿Cómo me hago el cateterismo intermitente?

How do I catheterize myself?

Cómo empezar:

Getting started:

1. Lávese las manos con agua tibia y jabón y séquese con una toalla limpia.
Wash your hands with warm water and soap, and dry with a clean towel.
2. Coloque sus suministros sobre una superficie limpia y a su alcance.
Place your supplies on a clean surface within reach.
3. Abra el paquete del catéter y coloque de 2 a 4 pulgadas de gel soluble en agua en la punta del catéter.
Open the catheter package and lubricate 2-4 inches of the catheter tip with the water-soluble jelly.
4. Colóquese en una posición cómoda para hacerse el cateterismo.
Puede pararse o sentarse en el inodoro. Otra opción es sentarse en el borde de un asiento si usa un urinario para el drenaje.
Get in a comfortable position for catheterization. You may stand at or sit on the toilet. Another option is to sit on the edge of a seat if you are using a urinal for drainage.
5. Limpie la punta de su pene con un movimiento circular hacia afuera desde el meato uretral usando jabón antibacteriano en una toallita o con un paño. Si tiene prepucio, retírelo hacia atrás para limpiarlo.

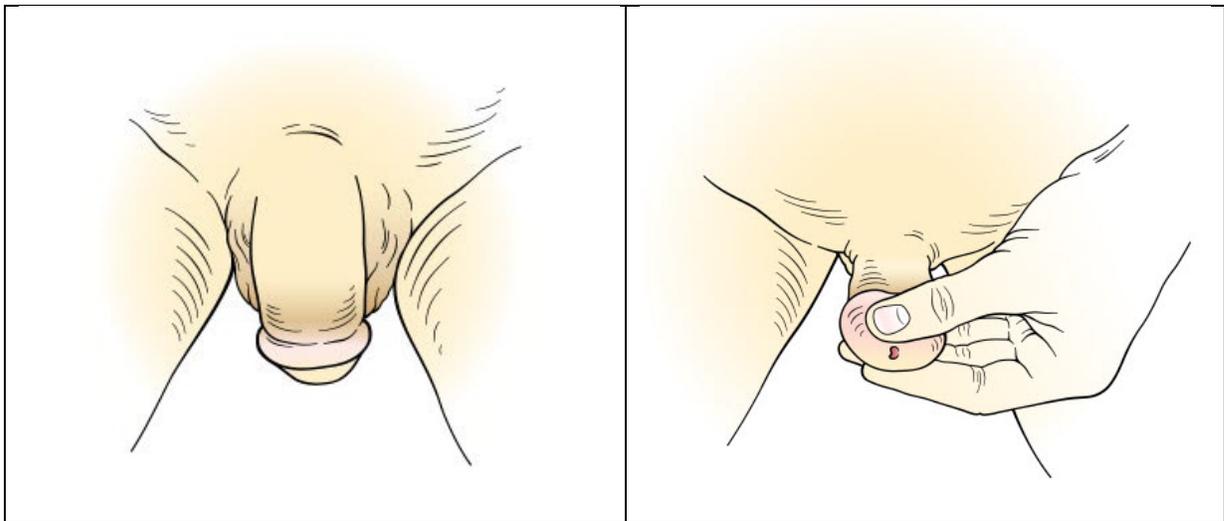
Clean the tip of your penis in a circular motion going outward from your urethral meatus using antibacterial soap on a washcloth or with the towelette. If you have foreskin, pull back the foreskin for cleaning.

Pasos para el cateterismo:

Steps for catheterization:

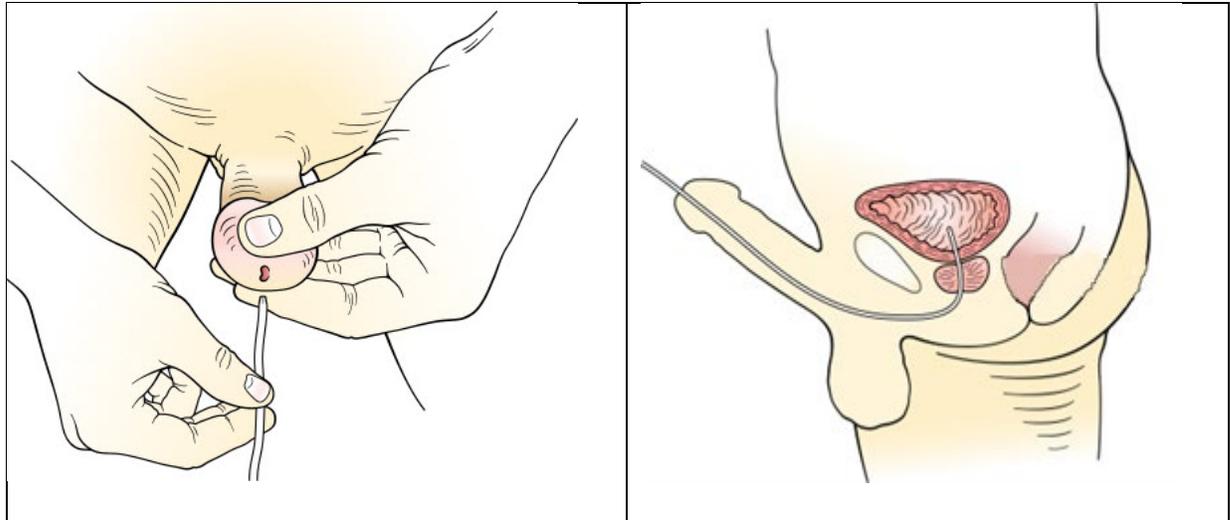
1. Con una mano, sostenga su pene en un ángulo de aproximadamente 45 a 90 grados sobre su estómago (su médico le mostrará el mejor ángulo para usted).

With one hand, hold your penis at about a 45-90 degree angle to your stomach (your provider will show you the best angle for you).



2. Con la otra mano, inserte el catéter lentamente en el meato uretral ejerciendo una presión suave y constante.

Using your other hand, insert the catheter slowly into the urethral meatus using a steady, gentle pressure.



- Cuando haya insertado el catéter aproximadamente 6 pulgadas, es posible que sienta una resistencia (puede sentir que no puede empujar más el catéter). Esto se debe a que llegó a la zona del músculo esfínter. Use una presión suave pero firme sobre el catéter hasta que el músculo se relaje y sea más fácil mover el catéter.

When you have inserted the catheter about 6 inches, you may meet with resistance (it may feel like you cannot push the catheter any farther). This is because you have reached the area of the sphincter muscle. Use gentle but firm pressure on the catheter until the muscle relaxes and the catheter becomes easier to move.

- Continúe insertando el catéter hasta que vea fluir la orina.
- Si usa un catéter con punta en ángulo (**acodado**), asegúrese de que el ángulo mire hacia arriba. Siga la línea azul del catéter transparente o la burbuja en el extremo abierto del catéter de caucho rojo como guía.

Continue inserting the catheter until you see the urine flow.

If you are using an angle tip (**coude**) catheter, be sure the angle is facing upward. Follow the blue line on the clear catheter or the bubble at the open end on the red rubber catheter as a guide.

3. Una vez que vea fluir la orina, inserte el catéter una pulgada más, drenando la orina en un recipiente que esté más bajo que el nivel de la vejiga para ayudar con el drenaje.
Once you see urine flow, insert the catheter one more inch, draining the urine into a container that is lower than the level of your bladder to help with drainage.
4. Mantenga el catéter en su vejiga hasta que la orina deje de fluir.
Keep the catheter in your bladder until the urine stops flowing.
5. Una vez que se detenga el flujo de orina, quite lentamente el catéter. Deténgase cada vez que vea más flujo de orina, para que pueda vaciar completamente la vejiga.
Once the urine flow stops, slowly remove the catheter. Stop each time you see more urine flow, so you can completely empty the bladder.
6. Si usa un catéter de un solo uso, puede desecharlo. Si no usa un catéter de un solo uso (que significa que volverá a usar el mismo catéter), colóquelo en un recipiente de almacenamiento limpio y seco. Le daremos instrucciones sobre cómo cuidar y almacenar adecuadamente los catéteres.
If you are using a single-use catheter, you can throw out the catheter.
If it is not a single-use catheter (meaning that you are reusing the same catheter), place the catheter in a clean, dry storage container. We will give you instructions on properly caring for and storing catheters.
7. Limpie el lubricante de su pene. Si tiene prepucio, estírelo a su posición normal.
Wipe the lubricant off your penis. If you have foreskin, pull your foreskin back to its normal position.
8. Cuando termine, lávese las manos con agua y jabón.
When you're finished, wash your hands with soap and water.

Cosas importantes para recordar para realizarse el CIL:

Important things to remember for CIC:

- Cuando salga de casa, lleve varios catéteres con usted (así tendrá uno disponible si necesita realizarse el cateterismo más de una vez).

When you are leaving home, take several catheters with you (so you will have one available if you need to catheterize more than once).

- Asegúrese de seguir las instrucciones de su médico sobre cómo hacerse el CIL.

Make sure to follow your doctor's instructions for how to catheterize.

- Si se está quedando sin catéteres, enjuague bien el que tiene con agua tibia y jabón después de usarlo y colóquelo sobre una superficie limpia para que se seque al aire. Comuníquese con su compañía de suministros o proveedor para obtener más catéteres.

If you are running low on catheters, thoroughly rinse the one you have with warm soapy water after using it and lay it on clean surface to air dry. Please contact your supply company or provider for more catheters.

- Lávese siempre las manos antes y después del cateterismo intermitente.

Always wash your hands before and after self-catheterization.

- Si su rutina es realizarse el cateterismo cada 3 o 4 horas, asegúrese de que su primer cateterismo sea a primera hora de la mañana y el último cateterismo sea justo antes de acostarse.

If your routine is to catheterize every 3-4 hours, make sure your first catheterization is first thing in the morning and your last catheterization is just before you go to bed.

- Si regularmente obtiene cantidades de orina de más de 14 onzas durante su primer CIL por la mañana, debe usar el catéter una vez durante la noche. Es posible que necesite configurar una alarma para despertarse durante la noche para hacerse un CIL.

If you are regularly getting urine amounts of more than 14 ounces during your first CIC in the morning, you should catheterize once during the

night. You may need to set an alarm to wake yourself up for CIC during the night.

- Tomar suficientes líquidos es importante para la salud de la vejiga. No tome menos líquido para disminuir su necesidad de realizarse el cateterismo.

Drinking enough fluids is important for bladder health. Do not drink less fluid to decrease your need for self-catheterization.

- Llame a su médico si tiene problemas para mover el catéter hacia la vejiga. Call your doctor if you have trouble moving the catheter into your bladder.
- No presione su vejiga hacia abajo para vaciarla. Su vejiga drenará por la gravedad. Una fuerte presión sobre la vejiga puede hacer que la orina regrese a los riñones.

Do not press down on your bladder to empty it. Your bladder will drain by gravity. Hard pressure on your bladder may push your urine back into your kidneys.

¿Con quién me comunico si necesito más información?

Who do I contact if need more information?

- Si tiene alguna pregunta, comuníquese con el Departamento de Urología de Michigan Medicine (Michigan Medicine Department of Urology) al (734) 936-7030 de lunes a viernes de 8:00 a. m.

a 5:00 p. m.

If you have any questions, please contact the Michigan Medicine Department of Urology at (734) 936-7030 on Monday through Friday between 8:00 AM - 5:00 PM.

- Después del horario de atención o los fines de semana, llame al (734) 936-6267 y solicite hablar con el residente de urología de guardia. After business hours or on weekends, please call (734) 936-6267 and ask to speak with the urology resident on call.

¿A qué debo estar atento?

What do I need to watch for?

Signos de infección:

Signs of infection:

Llame a su médico si tiene alguno de estos signos y síntomas de una posible infección:

Call your doctor if you have any of the following signs and symptoms of a possible infection:

- Orina con mal olor
Bad-smelling urine
- Orina turbia
Cloudy urine
- Cambio en el color de la orina o sangre en la orina
Change in the color of your urine, or blood in your urine
- Fiebre de 101° F o más
Fever of 101° F or higher

Además de llamar a su médico, aumente la ingesta de líquidos si tiene alguno de estos síntomas. Recuerde que también deberá aumentar la cantidad de veces que se hace el cateterismo.

Along with calling your doctor, increase your fluid intake if you have any of these symptoms. Remember that you will need to increase the number of times you catheterize yourself as well.

Preocupaciones más urgentes: More urgent concerns:

Para las personas con una lesión de la médula espinal alta o una vejiga demasiado llena también puede causar presión extremadamente alta y dolor de cabeza. Esto puede generar complicaciones graves. Si tiene una lesión en la médula espinal alta y tiene un fuerte dolor de cabeza, vacíe la vejiga inmediatamente.

For people with high spinal cord injury, a bladder that is too full can also cause extremely high blood pressure and headache. This can lead to severe complications. If you have a high spinal cord injury and get a severe headache, empty your bladder immediately.

- Si va a la sala de emergencias (ER), pídale al médico de la sala de emergencias que se comunice con el residente de urología de Michigan Medicine de guardia para obtener ayuda.

If you go to the emergency room (ER), please ask the ER doctor to contact the Michigan Medicine urology resident on call for support.

Descargo de responsabilidad: Este documento contiene información o materiales de instrucción desarrollados por la University of Michigan (U-M) Health para el paciente habitual con su condición. Es posible que contenga enlaces a contenido en línea que no fue creado por U-M Health, por el que U-M Health no asume ninguna responsabilidad. Este documento no reemplaza el consejo médico de su proveedor de atención médica porque su experiencia puede diferir de la del paciente habitual. Hable con su proveedor de atención médica si tiene alguna pregunta sobre este documento, su condición o el plan de tratamiento.

Autor: Opal Patricia Lesse, MSN FNP-BC DNP

Revisores: Deb Spilak, RN, Ruti Volk, MSI AHIP, Courtney Meagher, BSN RN CPN, Laura Hailes, BSN RN CPN, Shannon Johnson, BSN RN

Editado por: Brittany Batell, MPH MSW

Educación para el paciente de [U-M Health](#) tiene licencia según una [licencia pública internacional de Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](#).

Última revisión 03/2024

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by University of Michigan (U-M) Health for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by U-M Health and for which U-M Health does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition, or your treatment plan.

Author: Opal Patricia Lesse, MSN FNP-BC DNP

Reviewers: Deb Spilak, RN, Ruti Volk, MSI AHIP, Courtney Meagher, BSN RN CPN, Laura Hailes, BSN RN CPN, Shannon Johnson, BSN RN

Edited by: Brittany Batell, MPH MSW

Patient Education by [U-M Health](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last revised 03/2024