

## Serveis del Grup Mutuam

### MUTUAM Sanitat

Atenció primària concertada

Hospitals sociosanitaris i hospitals de dia

PADES: Programa d'atenció domiciliària i equips de suport

EAR: Equips de suport a l'atenció sanitària en residències

UVGI: Unitat de Valoració Geriàtrica Integral

### MUTUAM Residencial

Apartaments per a gent gran

Residències assistides

Centres de dia

### MUTUAM a Casa

Serveis d'atenció a domicili

Teleassistència

Centre de Vida Independent:

Ajudes tècniques i adaptacions de la llar

### MUTUAM Assegurances

Servei Gent Gran: orientació i resposta social

Assegurança dental

Assegurança podològica

### MUTUAM Activa

Viatges i excursions per a gent gran

Tallers de memòria

Jornada "No jubilis la memòria"

## UVGI-Programa d'Incontinència Urinària

Ausiàs Marc, 39  
08010 Barcelona  
Tel. 93 265 60 50

◀ L1 Arc de Triomf  
L2 Tetuan

🚉 Renfe Arc de Triomf

🚌 7, 19, 39, 40, 41, 54,  
55, 62, 141, H12,  
B20, B25



informacio@mutuam.com | www.mutuam.com



Casp, 17 | 08010 Barcelona | 902 014 110 | www.mutuam.com

# Rebela't contra la incontinència

Programa d'Incontinència Urinària



Servei Català  
de la Salut

“Quan faig un esternut, ric o faig una mica més d'exercici, m'he donat compte que se m'escapen unes gotetes d'orina”

“Quan poso la clau al pany de casa, ja no puc aguantar i quasi no arribo al bany”

“Ara la mare surt menys a passejar per que necessita anar sovint al bany. Li fa vergonya tenir algun ensurt, i no vol anar al metge”

### Què es el Programa d'Incontinència Urinària?

Som un equip sanitari especialitzat, format per una metgessa gerontòloga i una infermera geriàtrica, que preveu, identifica, avalua i tracta la incontinència urinària en les persones grans, atès que aquesta afecció redueix la qualitat de vida en l'àmbit físic, psicològic, sexual i afectiu i, eventualment pot ser indicatiu d'altres trastorns.

El servei està integrat dins la Unitat de Valoració Geriàtrica Integral (UVGI), un recurs d'avaluació global de l'estat de salut de les persones grans, que pertany a la xarxa sanitària pública i està gestionat per Mutuam.

### Objectius del Programa d'incontinència urinària

- Millorar la qualitat de vida de les persones que la pateixen
- Revertir la síndrome o millorar-la, minimitzant problemes o símptomes associats
- Estalviar despeses en bolquers i compreses i ajustar la medicació necessària

### Com sé si tinc incontinència urinària?

Són símptomes habituals:

- Pèrdues d'orina involuntàries
- Dificultat per orinar
- Dolor de bufeta
- Dificultat d'aguantar-se
- Necessitat d'anar sovint al bany i fer poca quantitat

Una bona prevenció i un diagnòstic encertat a temps, permeten retardar l'aparició de la incontinència urinària i disminuir els símptomes dels que la pateixen.

**Molta gent creu que les pèrdues d'orina són normals amb l'edat i que s'han de resignar, i això no és així**

### Com treballem?

#### A nivell diagnòstic:

- Són pacients a qui se'ls ha detectat problemes d'incontinència urinària i requereixen d'un estudi més exhaustiu de la síndrome i ser tractats més àmpliament.
- Diagnostiquem la tipologia de la incontinència
- Identifiquem els factors que poden contribuir a la seva aparició o allargar la seva correcció
- Descartem la presència de malalties orgàniques urogenitals que precisin d'una consulta especialitzada d'urologia i/o ginecologia

#### A nivell de tractament:

Fem un abordatge terapèutic individualitzat i conservador centrat en:

- Recomanacions al pacient
- Exercicis d'educació del sol pelvià (Kegel)
- Agenda miccional
- Elctroestimulació
- Bio feed-back
- Tractament farmacològic si és necessari

### Què cal fer per ser atès per la UVGI-Programa d'Incontinència Urinària?:

- El pacient ens pot venir derivat de qualsevol metge d'atenció primària o metge especialista de la xarxa sanitària pública de Catalunya
- Cal fer la sol·licitud de derivació a la UVGI-Programa d'Incontinència Urinària. **Unitat productiva 00807**
- Com a tots els centres i serveis sanitaris públics, per ser atès cal que el pacient porti la targeta sanitària individual

