

ESTE SENCILLO TEST PUEDE AYUDARLE A DETECTAR LA INCONTINENCIA URINARIA

El ICIQ (International Consultation on Incontinence Questionnaire) es un cuestionario autoadministrado que identifica a las personas con incontinencia de orina y el impacto en la calidad de vida.



Desde nuestra **Unidad de Suelo Pélvico**, ponemos a su disposición un equipo de médicos y fisioterapeutas especializados en **la prevención, el diagnóstico y el tratamiento** de problemas de **incontinencia urinaria** y otras patologías de suelo pélvico.

Responda a las siguientes preguntas y compruebe si necesita consultar con su ginecólogo.

1. ¿Con qué frecuencia pierde orina? (marque sólo una respuesta).

- Nunca (0 pts.) 2-3 veces/semana (2 pts.) Varias veces al día (4 pts.)
 1 vez a la semana o menos (1 pts.) Una vez al día (3 pts.) Continuamente (5 pts.)

2. Indique su opinión acerca de la cantidad de orina que usted cree que se le escapa, es decir, la cantidad de orina que pierde habitualmente (tanto si lleva protección como si no). Marque sólo una respuesta.

- No se me escapa nada (0 pts.) Una cantidad moderada (4 pts.)
 Muy poca cantidad (2 pts.) Mucha cantidad (6 pts.)

3. ¿En qué medida estos escapes de orina, que tiene, han afectado su vida diaria?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Nada Mucho

Puntuación del ICIQ-SF: Sume las puntuaciones de las preguntas 1+2+3=

Si su puntuación es superior a cero, consulte con su ginecólogo. Él es quien mejor puede aconsejarle.

4. ¿Cuándo pierde orina? Señale todo lo que le pasa a Ud.

- Nunca. Cuando termina de orinar y ya se ha vestido.
 Antes de llegar al servicio. Sin motivo evidente.
 Al toser o estornudar. De forma continua.
 Mientras duerme.
 Al realizar esfuerzos físicos/ejercicio.

