



Esto es lo que pasa cuando te aguantas el pipí

[inicentrareport][noautor]Seguro que más de una vez has tenido ganas de hacer pis mientras estabas haciendo otras cosas y has decidido aguantarte un buen rato. ¿Qué pasa si repetimos esta conducta de manera habitual? Estas son algunas de las consecuencias:

1. Que se te escape sin querer

La vejiga tiene un límite y llevarla a este límite puede hacer que no llegues a tiempo al baño. Los músculos que mantienen la vejiga cerrada, aguantan una determinada presión. Si tu vejiga está muy llena es fácil que se te escape un poco de orina.

2. Debilitar el suelo pélvico

Los músculos del suelo pélvico trabajan de manera conjunta para aguantar el pis o soltarlo. Si mantienes la orina de forma continuada puede aparecer una disfunción. Lógicamente esto no pasa porque se aguante el pis puntualmente, sino cuando se hace de forma muy habitual.

3. Molestias que no desaparecen

¿Sabes aquella sensación de alivio que sientes cuando por fin vas al lavabo? Pues si aguantas demasiado la orina, este alivio puede tardar horas o días en llegar.

4. Riesgo de infección

Aguantarte el pis mucho tiempo y de forma habitual puede provocar que las bacterias hagan colonia a tu sistema urinario. Hacer pis es necesario para eliminar residuos.

5. Ir mucho al lavabo tampoco es bueno

Si lo haces mucho favoreces que la vejiga se acostumbre a no retener cantidades normales de líquido, aumentando cada vez más las ganas de ir al lavabo.

[fcentrereport]