

Mulher sofre mais com cistite

O ATO SEXUAL É UM DOS PRINCIPAIS CAUSADORES DE INFECÇÃO URINÁRIA, POIS PERMITE A ENTRADA DE BACTÉRIAS NOS TRATOS GENITAIS INTERNOS.

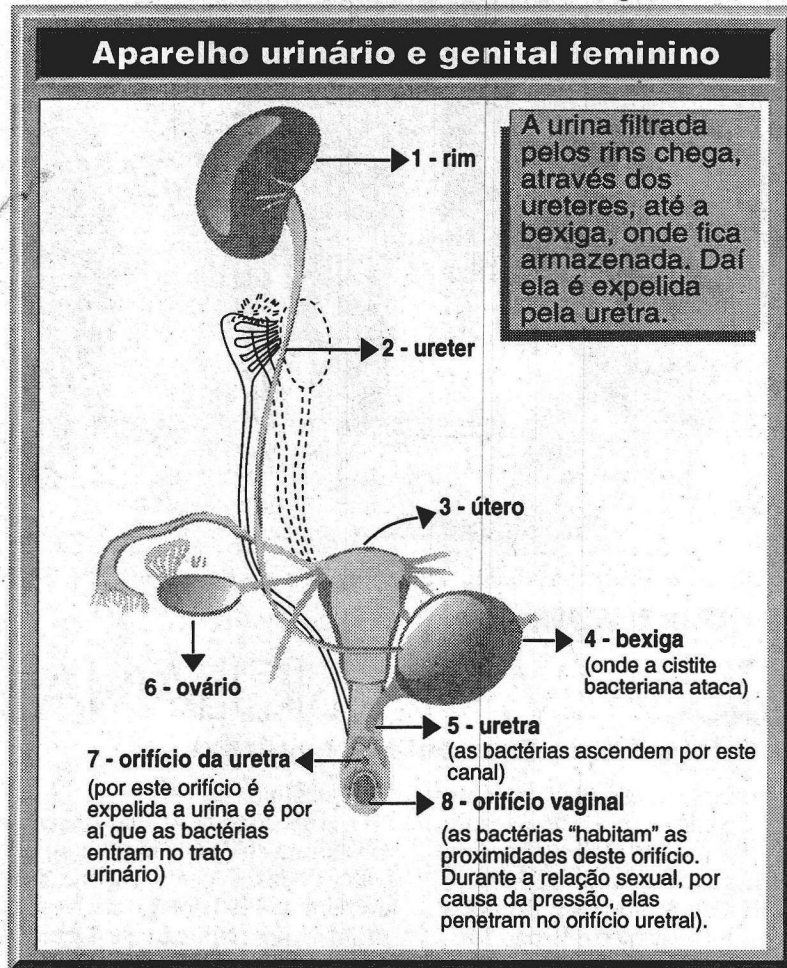
Interromper tudo o que está fazendo, de meia em meia hora, para ir ao banheiro; ter sempre a sensação de que vai "fazer nas calças" e sentir muito ardor ao urinar — esse é o calvário das mulheres que sofrem de cistite bacteriana aguda. Trata-se de uma infecção urinária que afeta principalmente o sexo feminino e pode atormentar uma mulher a vida inteira. "Algumas pacientes chegam a ter três crises por ano", comenta o urologista Eric Roger Wroclawski, do Hospital Israelita Albert Einstein. "Isso pode restringir seu convívio."

Mulheres entre 20 e 40 anos são as maiores vítimas da doença, que é causada na maioria dos casos pela bactéria *Escherichia coli*. Essa bactéria existe normalmente na flora intestinal das pessoas e não lhes causa danos. Mas ela pode contaminar a região genital externa da mulher através do ânus. O ato sexual é um dos grandes responsáveis pela contaminação da bexiga e da uretra pela *E. coli*. "A pressão durante a relação sexual permite às bactérias da área genital externa penetrarem no trato urinário", explica Wroclawski.

Mesmo quando as bactérias atingem a uretra, elas podem não causar infecção. A cistite só ataca quando há uma falha no sistema de defesa da mulher. "O mecanismo de defesa mais importante é o próprio fluxo da urina; o "xixi" impede as bactérias de ascenderem até a bexiga", explica o urologista. Portanto, quando há algum problema no fluxo urinário, nos anticorpos vaginais ou nos leucócitos da bexiga, abre-se uma porta para a infecção.

"Arde muito, só saem pinguiños, dá muita vontade de ir ao banheiro e às vezes sai sangue" — essas são as principais reclamações das pacientes, segundo Wroclawski. O urologista diz que o maior medo das mulheres é a recorrência da cistite.

"Muitas mulheres só têm a infecção uma vez na vida, enquanto outras sofrem da infecção urinária de repetição, que volta sempre", diz. A crise aguda é tratada



Como evitar novas crises da cistite

- 1 A higiene fecal sempre deve ser feita de frente para trás.
- 2 Tomar bastante água para estimular a micção frequente.
- 3 Sempre urinar após as relações sexuais.
- 4 Tomar banho antes da relação sexual.
- 5 Manter a região genital limpa.

com antimicrobianos, durante 3 a 5 dias.

Quem tem predisposição a recidivas deve tomar medidas de precaução, além de fazer um tratamento de quimioprofilaxia durante 6 meses, para diminuir a incidência das bactérias na área genital.

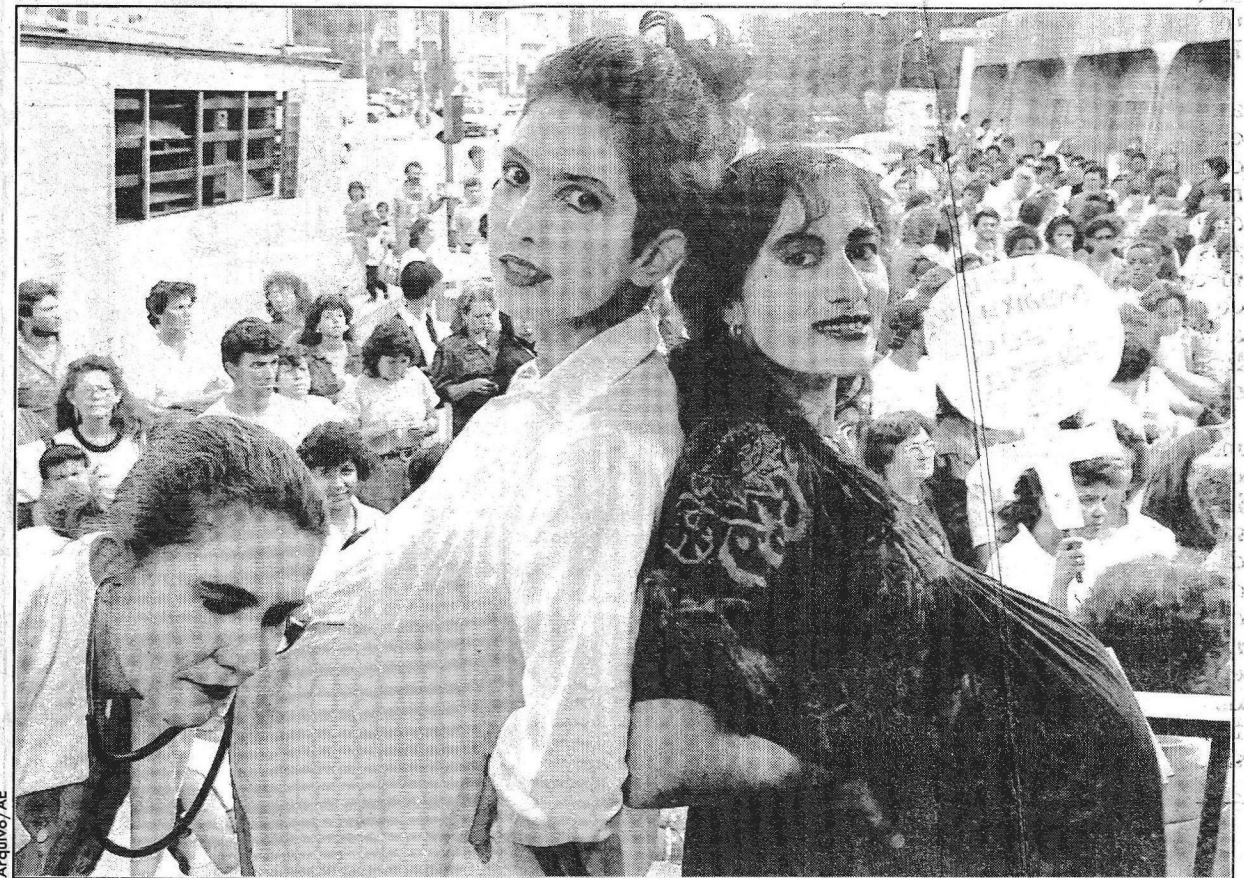
"É uma doença incômoda e que atrapalha a vida das pessoas, mas não é grave", diz o urologis-

ta. Se não tratada, a doença se cura espontaneamente em 50% dos casos. Parte das doentes, porém, não tolera os sintomas e outra parte acaba desenvolvendo uma complicação grave, a pielonefrite aguda, que atinge os rins.

Contrair a incômoda cistite bacteriana aguda é um azar tipicamente feminino, e a culpada é a anatomia das mulheres. "A uretra da mulher é muito mais curta que a do homem. Por isso o caminho que as bactérias têm de percorrer para infectar a bexiga é menor", explica Wroclawski.

Os homens também dispõem de uma arma a mais contra as bactérias: a próstata. "Essa glândula, que fica ao redor da uretra, logo abaixo da bexiga, produz uma secreção que tem uma capacidade protetora bastante eficiente", diz Wroclawski.

Patrícia Campos Mello



Happening no Dia da Mulher: emancipação também na esfera sexual.