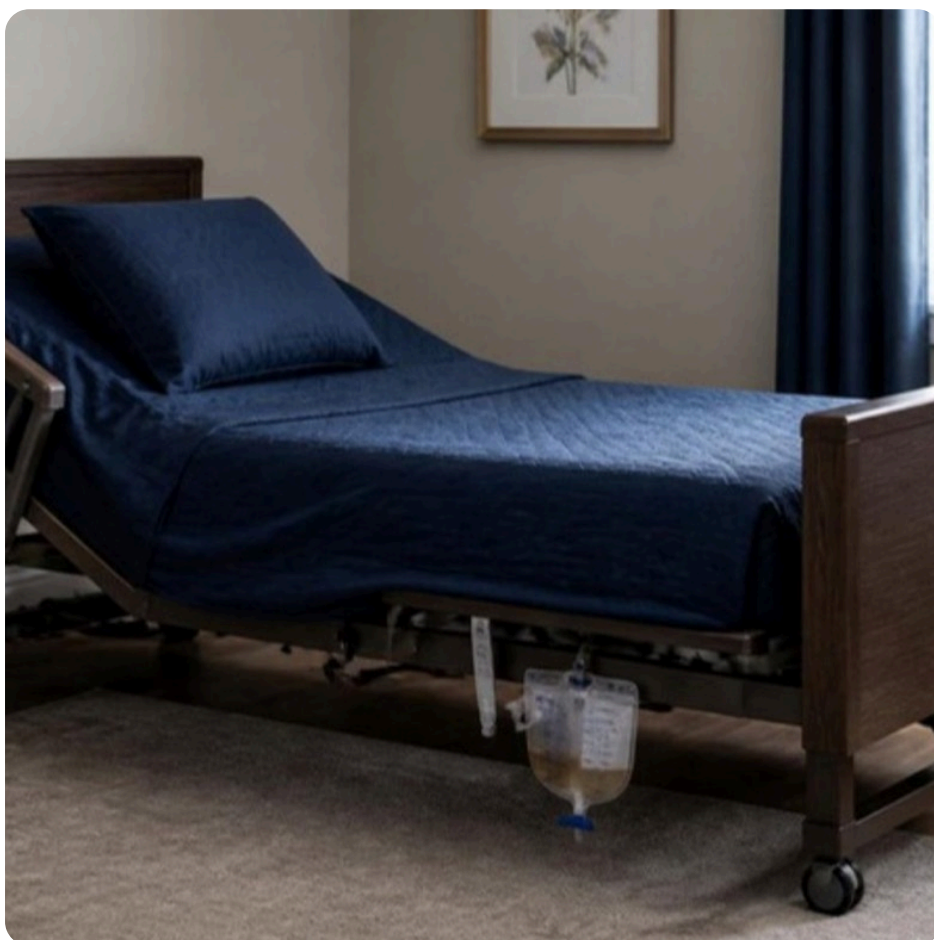


@ Ostromías, sondas y dispositivos

Sonda urinaria (Foley) en casa

También conocida como: catéter urinario, sonda vesical



EN 1 MINUTO

Una sonda Foley es un tubo delgado que entra por la uretra hasta la vejiga y se queda fijo con un pequeño globo de agua. Permite que la orina salga a una bolsa. Bien cuidada es segura; los objetivos en casa son evitar infecciones, que no se tape y que no se tire.

Revisado por Enf. Karen · EK

✓ Salud Contigo · Actualizado 10/2026

01

¿Qué es y qué está pasando en mi cuerpo?

La sonda se usa cuando la vejiga no logra vaciarse sola (por ejemplo, por próstata grande, cirugía o problemas neurológicos) o cuando hay que medir la orina con precisión.

Dentro de la vejiga, un globito inflado con agua evita que la sonda se salga. Por eso **nunca hay que tirarla**: puede dañar la uretra.

Toda sonda aumenta el riesgo de infección urinaria. La higiene, tomar suficiente líquido (si no tienes restricción) y mantener el sistema cerrado son la mejor prevención.

02

Lo que te dijeron... y qué significa

EL MÉDICO DICE

“Mantenga el sistema cerrado”

LO QUE SIGNIFICA EN TU CASA

No desconectes la sonda de la bolsa salvo indicación. Cada vez que se abre esa unión entran bacterias. Para vaciar, usa solo la llave de abajo de la bolsa.

EL MÉDICO DICE

“La bolsa siempre bajo el nivel de la vejiga”

LO QUE SIGNIFICA EN TU CASA

La bolsa debe colgar **más abajo que la cintura** (al costado de la cama o sujeta a la pierna), pero **sin tocar el suelo**. Si sube, la orina vuelve a la vejiga y aumenta el riesgo de infección.

EL MÉDICO DICE

“Aseo genital dos veces al día”

LO QUE SIGNIFICA EN TU CASA

Con agua tibia y jabón neutro, limpia la zona y los primeros centímetros de la sonda, **desde el cuerpo hacia afuera**, nunca al revés. Seca bien.

EL MÉDICO DICE

“Registre la diuresis”

LO QUE SIGNIFICA EN TU CASA

Anota cuánta orina sale (la bolsa tiene marcas en ml) y a qué hora la vaciaste. Así tu equipo sabe si estás tomando suficiente y si los riñones responden bien.

Tu día a día, paso a paso

Higiene

- Lávate las manos antes y después de tocar la sonda o la bolsa.
- Aseo genital mañana y noche y después de cada deposición.
- Puedes ducharte con la sonda puesta; evita bañarte en tina o piscina.
- No uses talco, cremas ni antisépticos alrededor de la sonda.

La bolsa

- Vacíala cuando esté a 2/3 o cada 8 horas, sin que la llave toque el recipiente.
- De noche puedes conectar una bolsa grande, colgada a un lado de la cama.
- Fija la sonda al muslo con tela adhesiva o fijador para que no tire.
- Revisa que el tubo no esté doblado ni aplastado.

Líquidos y comida

- Si no tienes restricción, toma entre 1,5 y 2 litros de líquido al día: la orina clara arrastra bacterias.
- Evita el estreñimiento (fibra, agua, caminar): la presión del intestino puede tapar la sonda.
- El jugo de arándano no reemplaza la higiene ni trata infecciones.

El cambio de sonda

- La fecha de cambio depende del tipo de sonda (látex, silicona). Pregunta y anótala.
- El cambio lo hace un profesional de salud con técnica estéril.
- No intentes reinstalarla tú si se sale: consulta.

04

Semáforo: ¿cuándo consultar?



Rojo — Urgencia: llama al 131 o ve al servicio de urgencia

- Fiebre de 38 °C o más con escalofríos, confusión o decaimiento importante.
- No sale orina en 4 horas pese a tomar líquido, con dolor o abdomen bajo hinchado y duro.
- Sangrado abundante o coágulos que tapan la sonda.
- La sonda se salió con el globo inflado (sangrado o dolor intenso).



Amarillo — Consulta pronto (en 24¹³¹ a 48 h) con tu equipo de salud

- Orina turbia, con mal olor fuerte o con sangre leve.
- Escurre orina por fuera de la sonda de forma repetida.
- Dolor, enrojecimiento o secreción en la salida de la sonda.
- La sonda se salió sin complicaciones: consulta para reinstalarla.



Verde — Es esperable: sigue tus cuidados

- Sensación de ganas de orinar las primeras horas o días.
- Pequeños sedimentos o filamentos en la orina que desaparecen al tomar más líquido.

05 Mitos y verdades

MITO

“Hay que cambiar la bolsa todos los días.”

—

Verdad: Se vacía seguido, pero se cambia según indicación o si está dañada o sucia. Desconectarla seguido aumenta el riesgo de infección.

MITO

“Si la orina tiene olor, es infección y necesito antibiótico.”

—

Verdad: Con sonda casi siempre hay bacterias en la orina. Solo se trata si hay síntomas (fiebre, dolor, decaimiento). Consulta antes de tomar antibióticos.

06 Preguntas para llevar a tu próximo control

Marca las que quieras hacer, imprime esta guía y llévala. Anota las respuestas.

☐

¿Por cuánto tiempo necesito la sonda?

☐

¿Qué tipo de sonda tengo y cuándo hay que cambiarla?

☐

¿Cuánto líquido debo tomar?

☐

¿Dónde consigo bolsas y fijadores?



07

Recursos y ayuda

EK SALUD CONTIGO A DOMICILIO

Instalación y cambio de sonda a domicilio

Cambio programado de sonda Foley con técnica estéril en tu casa, más educación a la familia y registro de cuidados.

Fuentes consultadas

1. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Guideline for prevention of catheter-associated urinary tract infections.
2. Ministerio de Salud de Chile. Norma de prevención de infecciones asociadas a la atención en salud (IAAS).
3. NHS. Urinary catheters: living with a catheter.



Esta guía es **educativa** y no reemplaza la indicación de tu médico, enfermera u otro profesional que te atiende. Si algo de lo que lees no coincide con lo que te indicaron, **sigue la indicación de tu equipo** y pregúntales. Emergencias: **131** · Salud Responde: **600 360 7777**.