

# Pad test para incontinencia urinaria (prueba o test del pañal)

El **pad test o prueba del pañal (test del pañal)** lo define la sociedad internacional de continencia (International Continence Society) como la cuantificación de la cantidad de orina perdida durante la duración de la prueba, midiendo el aumento en el peso de los pads/pañales/protectores utilizados (pesados antes y después de la prueba). Esto puede proporcionar una guía sobre la gravedad de la incontinencia y de ese modo determinar el tratamiento adecuado para cada persona. Se han utilizado diferentes duraciones desde una prueba corta (1 hora) hasta una prueba de 24 y 48 horas, con una provocación que varía desde las actividades cotidianas normales hasta los regímenes definidos.

## Históricamente la incontinencia urinaria se ha categorizado en

- **Leve:** menos de 100g en 24 horas
- **Moderada:** 100-400g en 24 horas
- **Grave:** más de 400g en 24 horas

## Para realizar un **pad test** de 24 horas usted deberá:

- Conseguir una báscula de cocina que pese desde 10g aprox.
- Pesar cada *pad* en “seco” antes de utilizarlo y registrar el peso.
- Pesar cada *pad* en “húmedo” después de utilizarlo y registrar el peso.
- Deberá hacer los cambios de *pad* con la misma frecuencia que lo hace habitualmente.
- Deberá hacer la misma actividad física que hace habitualmente.
- Si por motivos personales no puede pesar el *pad* en el momento que se lo quita, puede guardarlo en una bolsa hermética (tipo zip) lo cual evitará que se evapore la orina, manteniendo el peso y a su vez evitando la salida de olor.

Día 1			Día 2		
Pañal	Peso seco (gramos)	Peso húmedo (gramos)	Pañal	Peso seco (gramos)	Peso húmedo (gramos)
1			1		
2			2		
3			3		
4			4		
5			5		
6			6		
7			7		

## Referencias:

- Haylen BT, de Ridder D, Freeman RM, et al; International Urogynecological Association; International Continence Society. An International Urogynecological Association (IUGA)/International Continence Society (ICS) joint report on the terminology for female pelvic floor dysfunction. *Neurourol Urodyn.* 2010;29(1):4-20. doi: 10.1002/nau.20798.
- Malik RD, Cohn JA, Fedunok PA, Chung DE, Bales GT. Assessing variability of the 24-hour pad weight test in men with post-prostatectomy incontinence. *Int Braz J Urol.* 2016 Mar-Apr;42(2):327-33. doi: 10.1590/S1677-5538.IBJU.2014.0506.