

# Estreñimiento y ensuciamiento (Encopresis)

## ¿Qué es el estreñimiento?

El estreñimiento ocurre cuando su niño tiene materia fecal dura (mucho o poca) la cual le es difícil de pasar. También ocurre cuando las heces no son pasadas con regularidad, esto significa tres o más días sin tener evacuaciones intestinales. El pasar heces duras podría causar pequeñas rasgaduras o fisuras en el ano y provocar algo de sangrado. Esto hace que la evacuación intestinal sea dolorosa. Algunas veces aparece una pequeña cantidad de sangre en las heces o papel sanitario al limpiarse.

## ¿Qué es el ensuciamiento?

El ensuciamiento (encopresis) ocurre cuando hay una gran cantidad de excremento duro en el intestino. El excremento suave o suelto es expulsado filtrándose alrededor del excremento duro y mancha la ropa interior o el pañal.

## ¿Qué es la continencia de heces?

La continencia de heces ocurre cuando su niño se previene a sí mismo de tener una evacuación intestinal. Esto se hace apretando cierto grupo de músculos estando de pie, acostado muy derecho o cruzando las piernas. Algunos niños lo hacen a propósito y otros sin darse cuenta.

## ¿Qué causa el estreñimiento y el ensuciamiento?

- No comer suficientes alimentos altos en fibra
- No beber suficientes líquidos
- Falta de ejercicio
- Comer o beber demasiados productos lácteos
- Aguantarse la necesidad de tener una evacuación intestinal
- Resistirse a tener evacuaciones intestinales debido al dolor, establecer independencia durante el proceso de adiestramiento para ir al baño solo o distraerse con otras actividades
- Ciertas condiciones médicas

Una de las funciones del intestino grueso es actuar como una esponja exprimiendo líquidos de las heces antes que salgan del cuerpo. Mientras más tiempo permanezcan las heces dentro del intestino, se harán más duras y secas lo cual hace que el intestino se estreche.

Cuando el intestino se ha estrechado debido a la acumulación de excremento, no puede mover el excremento normalmente hacia afuera del cuerpo. Una vez que el excremento es extraído a través de una limpieza, el intestino se llena fácilmente con grandes cantidades de excremento, a menos que se provea tratamiento. Toma varios meses de tener evacuaciones intestinales con regularidad para que el intestino regrese a su forma original.

## ¿Cómo es tratado el estreñimiento?

Existen varias formas para tratar el estreñimiento ya que frecuentemente las causas son muy variadas.

### Medicina

*(Esta sección será completada por el médico o enfermera de su niño.)*

El propósito de esta medicina es: 1) sacar del intestino el excremento duro y 2) ablandar el excremento y hacer que mantenga los líquidos.

#### Laxante

Los laxantes son usados para limpiar el intestino de una gran cantidad de excremento. Se usan por períodos de tiempo cortos. El laxante de su niño se llama:

\_\_\_\_\_ .

#### Medicina para evitar que los líquidos sean exprimidos del excremento

Aumente la dosis de esta medicina si su niño sigue teniendo excrementos duros después del primer período de limpieza. Disminuya la dosis si el excremento está demasiado suave o aguado. Después de hacer un cambio en la dosis, espere tres días antes de hacer cualquier otro cambio. Usualmente toma ese período de tiempo para que se noten los efectos de los cambios de dosis. Estas medicinas pueden usarse sin peligro por períodos largos de tiempo y no forman hábito. La medicina de su niño se llama:

\_\_\_\_\_

Y se toma una vez al día.

#### Otros

- Beba más líquidos para mantener suave el excremento
- Agregue alimentos altos en fibra a la dieta de su niño
- Trate un enema o supositorio

## ¿Por cuánto tiempo tendrá que tomar esta medicina mi niño?

Su niño tendrá que tomar \_\_\_\_\_  
(medicina)

por \_\_\_\_\_  
(período de tiempo)

hasta que tenga excrementos  
suaves y regularidad en  
evacuaciones por \_\_\_\_\_  
(meses)

Tomará este tiempo para que el intestino regrese a su forma original. El tratamiento varía basándose en el tiempo en que el estreñimiento ha sido un problema.

### Para más información

- Llame a la clínica donde usualmente recibe su niño su atención GI (Gastrointestinal).
- [www.seattlechildrens.org](http://www.seattlechildrens.org)

### Servicios gratis de interpretación

- Dentro del hospital, solicítelo con la enfermera de su niño.
- Fuera del hospital, llame a nuestra línea gratis de interpretación telefónica 1-866-583-1527. Menciónele al intérprete el nombre de la persona o extensión que necesita.
- Para personas sordas y con problemas de audición 206-987-2280 (TTY)

### Tratamiento para hábitos de comportamiento

Los siguientes métodos le servirán de ayuda a su niño una vez que las heces hayan sido suavizadas por medio de un proceso de limpieza:

- Es importante que las heces de su niño sean suavizadas por medio de medicinas o dieta para que no sienta dolor al tener evacuaciones intestinales. No queremos que su niño tenga miedo de evacuar el intestino.
- Si su niño tiende a tensar los músculos equivocados al tener evacuaciones intestinales, enséñele a sentarse y relajar esos músculos. Asegúrese que los pies de su niño toquen el piso al usar el excusado. Para niños pequeños, trate usando un asiento infantil para excusado o coloque un taburete frente al excusado.
- Si su niño todavía no va al baño por sí mismo, no empiece el proceso de adiestramiento hasta que ya no tenga estreñimiento. Haga que se ponga en cuclillas o cárguelo en brazos en posición de sentarse (su brazo bajo el trasero del niño con las rodillas dobladas).
- Haga lo posible por no fijar la atención alrededor de este tema. Muchos niños con estreñimiento sienten miedo y ansiedad en cuanto a evacuaciones intestinales, lo cual podría aumentar si se enfocan en el problema.
- Para aprender acerca de planes de tratamiento para hábitos de comportamiento, hable con su médico o enfermera. Es probable que ellos lo canalicen al Centro para tratamiento de encopresis.

---

Seattle Children's ofrece servicios gratis de interpretación para pacientes, miembros de la familia y representantes legales sordos, con problemas de audición o con dominio limitado del inglés. Seattle Children's pondrá a disposición esta información en formatos alternativos bajo solicitud. Por favor llame al Centro de recursos para las familias al 206-987-2201.

Este volante fue revisado por personal clínico de Seattle Children's. Sin embargo, las necesidades de su niño son únicas. Antes de actuar o depender de esta información, por favor consúltelo con el proveedor de atención médica de su niño.

© 2007, 2009 Seattle Children's, Seattle, Washington. Derechos reservados.

7/09  
Tr (jf/ac)  
PE648 S