

Estreñimiento con fibrosis quística (CF)

El estreñimiento es un problema común en las personas con fibrosis quística. Se le llama estreñimiento cuando:

- Las heces (deposición) son difíciles de evacuar.
- Hay menos heces de lo normal.
- Las heces son más pequeñas de lo normal.
- Puede haber frecuentes dolores de estómago.

Si le preocupa el estreñimiento, debe llamar al médico o personal de enfermería especializado en fibrosis quística.

¿Cuál es la causa?

El estreñimiento puede ser causado por:

- Moco espeso y pegajoso que recubre la pared intestinal.
- Cantidad insuficiente de líquido en la dieta.
- Demasiada cafeína.
- “Retención” de las heces.
- Cambios en la rutina o estrés, como viajar, comenzar la escuela o comenzar un nuevo trabajo.
- Falta de enzimas o el consumo de muy pocas enzimas.
- Fiebre, enfermedad o deshidratación.
- Clima cálido.
- Cantidad insuficiente de fibra en la dieta.



¿Cuáles son los síntomas comunes?



- Sentir la urgencia de hacer su deposición, pero no poder hacerlo.
- Retortijones.
- Hinchazón y gases.
- Disminución del apetito.
- Escape de heces o ensuciarse la ropa.
- Náuseas.
- Diarrea junto con pedazos de heces formadas.
- Evacuaciones alternas de heces formadas y líquidas.
- Heces duras, secas, grandes o anchas.

¿Cómo se diagnostica?

Se le preguntará sobre sus síntomas, dieta, salud y rutina diaria. Es posible que se realice una radiografía antes de iniciar el tratamiento. Es posible que se necesite una segunda radiografía para asegurarse de que se haya curado el estreñimiento después del tratamiento.

¿Cómo se trata?

El médico puede hablar con usted sobre las opciones de tratamiento. Es posible que su hijo necesite:

- Vaciar el intestino (colon). Se puede usar un medicamento llamado polietilenglicol (Miralax®). Puede sentirse mejor después de evacuar una o más heces más grandes, pero todavía hay mucho más por evacuar. El equipo especializado en fibrosis quística lo guiará.
- Para vaciar el colon: Use una jarra para mezclar ____ tapa(s) de polietilenglicol con ____ onzas de agua, jugo o bebida energizante.
 - Beba ____ onzas en 10 minutos. Repita ____ veces cada 30 a 60 minutos. Es posible que el estreñimiento haya desaparecido cuando comienza a evacuar solo heces líquidas sin pedazos de heces. Si ha terminado la cantidad de mezcla prescrita anteriormente y aún está evacuando heces sólidas, llame a su proveedor de atención especializado en fibrosis quística para obtener más instrucciones.
- Para el uso diario: Mezcle ____ tapa(s) de polietilenglicol con ____ onzas de agua, jugo o bebida energizante. Beba esta mezcla dentro de 10 minutos ____ veces al día. Siga tomándola para evitar que vuelva a estreñirse.
- Consuma más fibra. La fibra se encuentra en la mayoría de los granos enteros, frutas y vegetales. Esta agrega volumen y absorbe agua para ablandar las heces. Esto ayuda a que las heces se evacúen a través del colon con más facilidad.
- Beba más líquido. Beber agua y jugo de frutas puede ayudar a ablandar las heces. Evite la cafeína. Puede deshidratarlo.
- Sea activo. Moverse y hacer ejercicio puede ayudar a que el colon funcione mejor y aliviar el estreñimiento.



ALERTA: Llame al equipo especializado en fibrosis quística si tiene alguna inquietud o si su hijo:

- No hace su deposición o hace muy poco durante 24 horas.
- Vomita.
- Se estríñe más.
- Tiene fuertes retortijones.
- Tiene necesidades especiales de atención médica que no se mencionaron en esta hoja informativa.

Centro de Fibrosis Quística

Children's Hospital of Wisconsin

414-266-6730

Esta hoja informativa fue creada para ayudarlo a cuidar de su hijo. No reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención médica para conocer el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.