

El estreñimiento en los niños:

Limpieza del intestino y cuidado diario en el hogar

Este folleto es para los padres u otros cuidadores cuyos niños han comenzado a recibir tratamiento para el estreñimiento en el hospital. Le brinda una descripción breve del estreñimiento grave y la razón por la cual es importante el tratamiento. También explica el proceso de limpieza del intestino y proporciona instrucciones para el cuidado en el hogar.

¿Por qué el estreñimiento es motivo de preocupación?

El estreñimiento es muy común en los niños y la mayoría de las veces no es grave. Sin embargo, el estreñimiento grave (el tipo que su niño ha tenido) necesita tratamiento. El tratamiento puede ayudar a que la gran cantidad de heces (excremento o “popó”) acumuladas pasen a través de los intestinos y a aliviar el malestar de su niño. También puede ayudar a evitar más problemas digestivos y de evacuación.

¿Cómo se le da tratamiento al estreñimiento grave?

El tratamiento para el estreñimiento grave por lo general consta de dos etapas. La primera etapa, **la limpieza del intestino**, hace que las heces pasen a través del intestino fuera del cuerpo y alivia los síntomas inmediatos de su niño. La segunda etapa, **una rutina de cuidado diario**, fomenta las evacuaciones normales de su niño, además de que puede ayudar a evitar que el estreñimiento se convierta en un problema crónico (continuo).

Limpieza del intestino: opciones e instrucciones

Como su nombre lo indica, la **limpieza del intestino** es un proceso para vaciar las heces. Es similar a la preparación que se hace para una colonoscopia u otros procedimientos intestinales. (En pocas palabras, su niño eliminará todas las heces hasta que el intestino se vacíe por completo.)

El médico quizá le deje elegir dónde y cómo desea hacer la limpieza del intestino de su niño. Usted puede ver algunas opciones a la derecha. Su elección podría depender del costo, lo cómodo que su niño se sienta en el hospital y su situación en el hogar.

Hable con el proveedor de cuidados de la salud de su niño sobre estas opciones y después marque la opción que prefiera para el tratamiento de su niño.



En general, las opciones de tratamiento incluyen:

- Comenzar la limpieza del intestino en el hospital y terminarla en el hogar.** Los proveedores de cuidados de la salud comenzarán el proceso aplicándole a su niño un supositorio o un enema para ayudar a que evacue las heces. Es posible que a su niño se le coloque una vía intravenosa o IV (un tubo delgado que se coloca a través de la piel dentro de una vena) para darle medicamentos contra la ansiedad si está demasiado ansioso o incómodo. Luego, usted le dará a su niño un medicamento líquido en el hogar para terminar la limpieza. En general, el intestino de los niños se vaciará por completo en un plazo de 1 a 3 días.
- Hacer todo el proceso de limpieza del intestino en el hogar.** Esta opción requerirá que usted le aplique a su niño un supositorio o enema en casa, y después le de un medicamento líquido para vaciar el intestino. En general, el intestino de los niños se vaciará por completo en un plazo de 1 a 3 días.
- Hospitalizar a su niño durante una noche.** A menudo, esto se recomienda en casos más graves de estreñimiento. En el hospital, a su niño se le colocará una vía IV para darle líquidos y medicamentos. A su niño se le aplicarán supositorios o enemas según sea necesario. También se le podría colocar una sonda nasogástrica (NG, por sus siglas en inglés) a través de la nariz para administrar el medicamento líquido directamente en el estómago.

Siga las instrucciones que aparecen en el reverso de este folleto si usted elige hacer toda o parte de la limpieza en el hogar. Tenga en cuenta que si desea hacer la limpieza en el hogar, pero piensa que su niño no podrá o querrá beber el líquido, el equipo médico podría colocarle una sonda nasogástrica para que usted pueda usarla.

Limpieza del intestino en el hogar: para NIÑOS

A continuación se presentan las instrucciones generales para hacer la limpieza del intestino de su niño en el hogar. Si los proveedores de su niño le dan otras o más instrucciones, sígalas en su lugar. El personal del hospital le proporcionará los suministros necesarios para seguir los siguientes pasos en el hogar:

- 1 Aplíquelo a su niño un enema o supositorio rectal**, como lo indique su médico. (Este paso quizá ya se haya hecho en el hospital.) Siga las instrucciones incluidas en el estuche del enema o supositorio.
- 2 Dele a beber a su niño una botella de entre 8 y 10 onzas (236 y 296 ml) de citrato de magnesio en un período de 30 minutos.** El sabor de este líquido no es muy agradable, pero es mejor frío.
- 3 Dele a beber a su niño una mezcla de polietileno y líquido claro dos a cuatro horas después de que haya bebido el líquido de citrato de magnesio.** Para preparar y dar esta mezcla:
 - Mezcle 238 gramos (14 tapas llenas) de polietilenglicol 3350 en polvo con 1 cuarto (32 onzas) de cualquier líquido claro, como jugo de manzana, *Gatorade*, *Crystal Light* o agua.
 - Dele a beber a su niño toda la mezcla en un periodo de 4 a 6 horas.

Si las heces de su niño se ven líquidas y transparentes, significa que la limpieza del intestino ha funcionado. Repita los pasos 2 y 3 más arriba si las heces de su niño aún no se ven transparentes después de 24 horas. (Si esto no soluciona el problema, llame al proveedor de su niño para recibir más instrucciones.)

Limpieza del intestino en el hogar: para BEBÉS menores de 12 meses

A continuación se presentan las instrucciones generales para hacer la limpieza del intestino de su bebé en el hogar. Si los proveedores de su bebé le dan otras o más instrucciones, sígalas en su lugar. **Siga estas instrucciones durante 7 días:**

- **Aplíquelo a su bebé un supositorio infantil de glicerina cada 12 horas hasta que evacue.** (Si esto ya ocurrió después del tratamiento en el hospital, puede saltarse este paso.)
- **Dele a beber a su bebé entre 1 y 4 onzas (30 y 118 ml) de jugo de manzana o pera todos los días.**
- **No le de cereal a su bebé.**

VAYA O LLAME A LA SALA DE URGENCIAS DE INMEDIATO si su bebé tiene **más estreñimiento** (NO ha evacuado durante el tratamiento de 7 días), **vomita un líquido verdoso**, o **tiene hinchazón abdominal o aumento del dolor.**

Cuidado diario en el hogar: para NIÑOS

Su niño deberá comenzar una rutina de cuidado diario tan pronto como la limpieza del intestino haya terminado. Haga lo siguiente:

- **Cada día, dele a su niño UNA de las siguientes cosas** (marque las opciones que el médico recomendó para su niño; tenga en cuenta que las tabletas a veces se recetan como tratamiento a corto plazo y los líquidos como tratamiento continuo):
 - Una tableta masticable**, a la hora de la cena: tableta masticable *Ex-Lax* (senósido) o genérico
 - Una tableta oral**, (por la boca), a la hora de la cena: bisacodilo
 - Un vaso de la siguiente mezcla**, a la hora de la cena: 17 gramos (una tapa llena) de polietilenglicol 3350 en polvo disueltos en 6 a 8 onzas (177 a 236 ml) de líquido claro
 - Una pequeña cantidad de medicamento líquido**, una vez al día: entre 10 y 20 gramos (2 y 4 cucharaditas) de lactulosa, un ablandador de heces recetado
- **Fomente hábitos para una alimentación saludable.** Alimente a su niño de forma regular con una variedad de granos integrales, nueces, verduras y frutas (puede darle batidos con yogur y fruta). Asegúrese que su niño beba mucha agua todos los días.
- **Establezca horarios para ir al baño.** Siente a su niño en el inodoro dos veces al día (con los pies apoyados sobre un banco y los codos sobre las rodillas), durante 10 minutos cada vez. Quizá le sea útil establecer los horarios después de un paseo largo o baño caliente; esto puede ayudar a su niño a relajarse y ayudar a que las heces pasen con más facilidad.
- **Lleve a su niño al pediatra.** El médico le puede decir por cuánto tiempo su niño deberá tomar medicamentos todos los días. Algunos niños necesitan tomar medicamentos para el estreñimiento durante meses o años.

Cuidado diario en el hogar: para BEBÉS menores de 12 meses

Comience esta rutina de cuidado diario una vez que el intestino de su bebé esté limpio:

- **Siga dándole a beber a su bebé entre 1 y 4 onzas (30 y 118 ml) de jugo de manzana o pera todos los días.**
- **Si las heces de su bebé están demasiado duras, dele un ablandador de heces como lactulosa o extracto de malta de cebada.** (Puede comprarlos en la farmacia o en el supermercado.) Siga las instrucciones del empaque.
- **Lleve a su bebé al pediatra** si le dio un ablandador de heces.

Constipation in a Child: Bowel Clean-out and Daily Care at Home