

MANEJO DEL ESTREÑIMIENTO

EN PACIENTES CON NECESIDADES DE CUIDADOS PALIATIVOS

PARA FAMILIARES

¿ QUÉ ES EL ESTREÑIMIENTO?

Es cuando resulta difícil ir al baño, se va pocas veces (menos de 3 veces por semana) o hay que hacer mucho esfuerzo
Las heces suelen ser duras, secas y pequeñas

¿ POR QUÉ OCURRE?

- Puede ser por una menor actividad física
- Beber poca agua
- Algunos fármacos lo pueden producir o agravar, como los opioides



¿ QUÉ PUEDO HACER?

- Favorecer hidratación oral según tolerancia y dificultad para tragar
- Dieta adecuada. Adapte la cantidad de fibra a la situación del paciente
- Fomentar movilidad, con masajes abdominales buscando el confort (en sentido de las agujas del reloj)
- No está indicada la fibra insoluble (alimentos integrales)
- Controlar los síntomas como el dolor que puede inhibir el deseo de evacuar



Contacte con su profesional sanitario de referencia si no son eficaces las medidas generales o si los laxantes que usa no son efectivos

Valorar hábito intestinal: observando la consistencia de las heces, el dolor al defecar, el esfuerzo defecatorio y el patrón defecatorio, es decir, cada cuanto tiempo va al baño

¿ PREVENCIÓN?

Con los opioides es común que aparezca estreñimiento o se agrave, es recomendable asociar laxantes. Consulte con su médico cuál es el adecuado



TIPOS DE HECES SEGÚN LA ESCALA BRISTOL

Tipo	Descripción	Interpretación
	Bolitas duras, separadas, como nueces.	Estreñimiento severo.
	Forma de salchicha pero grumosa.	Estreñimiento.
	Como una salchicha con grietas en la superficie.	Evacuación normal.
	Como una salchicha o serpiente, suave y blanda.	Evacuación ideal.
	Trozos blandos con bordes definidos.	Tendencia a diarrea leve.
	Pedazos blandos y esponjosos con bordes irregulares.	Diarrea.
	Acuoso, sin partes sólidas.	Diarrea severa.

¿ ENEMAS? ¿ CÓMO Y CUÁNDO?

- Falta de respuesta a laxantes orales
- Molestia significativa
- Sospecha de fecaloma
- Necesidad de alivio rápido
- Pérdida de vía oral



Tumbado de lado hacia la izquierda

POSIBLES COMPLICACIONES

Sangrado, dolor excesivo
Entrada de enema dificultosa o no posible

Contacte con su profesional sanitario de referencia



Video explicativo de como administración de enema