

INNOVATION  
TO  
SUPPORT  
LEARNING

“Una oportunidad para  
aprender de la mano de tu  
entrenador”



Salud Madrid

Hospital Guadarrama



Comunidad de Madrid

HOSPITAL GUADARRAMA

# ESTREÑIMIENTO EN PERSONAS DEPENDIENTES



Salud Madrid

Hospital Guadarrama



Comunidad de Madrid

# DEFINICIÓN

- Es el descenso en la frecuencia de las deposiciones, que puede deberse a un paso dificultoso de heces secas y que, ocasionalmente, se acompaña de sensación de evacuación incompleta.
- Es un problema muy frecuente en las personas mayores, sobre todo en las que sufren dependencia.

# POSIBLES CAUSAS

- Dieta pobre en fibra
- Inmovilidad (obligación de mantenerse en cama)
- Abusos de laxantes
- Anomalías en la movilidad intestinal producidas por enfermedades como la diabetes, trastornos del sistema nervioso, etc



# Complicaciones del estreñimiento

- Impactación fecal: bolo fecal seco y duro en el recto que no deja pasar más heces y que produce obstrucción de todo el intestino, con obstrucción de la vejiga en ocasiones lo que produce retención de orina.
- Fisuras anales y hemorroides

# CUIDADOS

- Ingesta abundante de líquidos
- Dieta rica en fibra vegetal que incremente el residuo intestinal: pan integral, frutas, verduras, hortalizas y salvado.
- Los suplementos de fibra pueden producir flatulencia o causar fecalomas en pacientes inmovilizados.
- Movilizaciones activas o pasivas.
- Se podría realizar masajes abdominales en el sentido de las agujas del reloj si precisa.

# CUIDADOS



# CUIDADOS

Cuando con las anteriores medidas no se consigue corregir el estreñimiento, es el médico quien debe marcar un tratamiento con:

- Uso de laxantes (según pauta médica)
- Supositorios de glicerina
- Enemas de limpieza comercializados

# SUPOSITORIOS DE GLICERINA

INFORMACIÓN

- Para su correcta administración, la persona tiene que estar echada sobre el lado izquierdo con las rodillas encogidas sobre el pecho. Deben separarse las nalgas y el supositorio se introduce con un dedo enguantado unos 3 cm en el recto, con la punta hacia delante.
- Unos 15 ó 30 minutos después, la persona experimenta un deseo fuerte de evacuar.

# Enemas de limpieza

- Deben ponerse si pasan más de 3-4 días sin defecar y bajo prescripción médica.
- Si la persona está encamada, se debe proteger la cama con un empapador. Debe colocarse de lado izquierdo con las piernas flexionadas. A continuación se coloca la cuña y se recomienda a la persona que retenga la solución unos 5 ó 10 minutos antes de evacuar. Cuando la persona defeque, se retira la cuña y se realiza la higiene.

# PRECAUCIONES

- Control y registro de las deposiciones
- Vigilar presencia de sangrado
- Vigilar consistencia, color y olor
- Vigilar molestias en la defecación

# Autoevaluación: Conteste a las siguientes preguntas

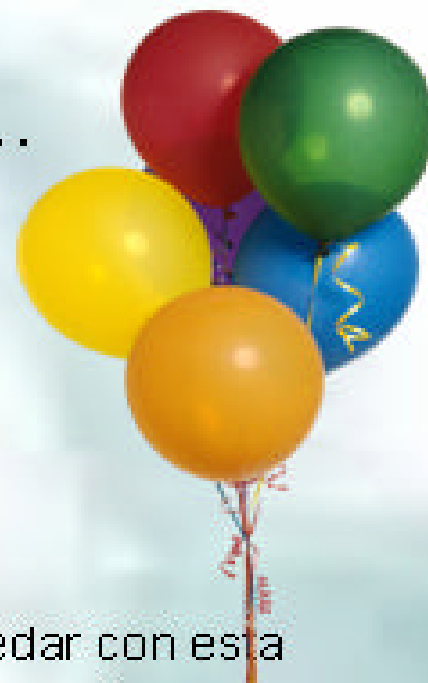
- 1) ¿Qué tipo de dieta incrementa el residuo intestinal?
- 2) ¿Qué pueden provocar los suplementos de fibra en pacientes inmovilizados?
- 3) ¿En que sentido se realizan los masajes abdominales?

# Respuestas:

- 1) La dieta rica en fibra vegetal
- 2) Flatulencia o fecalomas
- 3) En el sentido de las agujas del reloj

SI HAS ACERTADO LAS TRES....

¡¡¡ENHORABUENA!!!



Para resolver alguna duda que le ha podido quedar con esta lección, ya sabe, envíe un correo electrónico a su enfermera entrenadora a

[escueladecuidadores.hgua@salud.madrid.org](mailto:escueladecuidadores.hgua@salud.madrid.org)

Y mañana le contestará...



Hospital Guadarrama

Comunidad de Madrid

www.hospitalguadarrama.com

¡GRACIAS!



Hospital Guadarrama



Comunidad de Madrid