

Guía sobre la Función y el Cuidado Intestinal

Adaptado de *Guías sobre los Cuidados de la Salud para Personas con Espina Bífida – Función y Cuidado Intestinal*
La Asociación de Espina Bífida, 2018

Introducción

El manejo de la función intestinal puede ser uno de los desafíos más grandes e importantes para las personas con espina bífida. Debido a la espina bífida, el cuerpo no puede controlar las evacuaciones intestinales, lo que se conoce como intestino neurogénico. Las lesiones de espina bífida ubicadas en un nivel alto causan dificultades para vaciar el intestino, lo cual produce estreñimiento o compactación de las heces fecales. Las lesiones ubicadas en un nivel bajo causan dificultades para contener las heces, lo cual produce incontinencia.

El manejo de la función intestinal significa mucho más que controlar el estreñimiento y la incontinencia. Estos problemas contribuyen a la incontinencia urinaria, las infecciones de las vías urinarias (IVU, por sus siglas en español; UTI, por sus siglas en inglés), el mal funcionamiento de una derivación, el posible deterioro de la piel, las hemorroides, las fisuras anales, la pérdida de oportunidades sociales y de trabajo, y la disminución de la calidad de vida. Ser constante en el manejo de la función intestinal y establecer metas realistas para adultos y padres de niños con espina bífida puede mejorar la calidad de vida a un grado considerable.

Un buen programa de manejo de la función intestinal debe ajustarse a las necesidades de cada persona. Las siguientes pautas ayudan a alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento utilizando técnicas que van desde las menos hasta las más invasivas. Estas pautas deben seguirse con la ayuda de un profesional de la salud con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.

Pautas

0 a 11 meses

1. Tome en cuenta la frecuencia, la consistencia y la cantidad de las deposiciones del bebé.
2. Si es posible, es mejor amamantar al bebé, ya que la leche materna es más fácil de digerir y ayuda a restaurar las bacterias intestinales beneficiosas después de la cirugía.
3. Antes de utilizar un laxante oral, es mejor tratar de controlar el estreñimiento por medio de la

- dieta (bastante fibra y líquidos) o estimulantes rectales (supositorios de glicerina).
4. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del pañal para prevenir sarpullidos o el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).

1 a 2 años 11 meses

1. Es muy importante que usted establezca una meta de continencia intestinal para su hijo. El médico de su hijo puede ayudarle con un plan de entrenamiento para el control de las evacuaciones y aprender a ir al baño.
2. Este plan de entrenamiento puede incluir el consumo de fibra y líquidos, ejercicio y un horario específico para ir al baño y hacer las deposiciones después de las comidas.
3. A esta edad, es posible que su hijo necesite una combinación de dieta (fibra y líquidos), medicamento oral (senósidos o polietilenglicol, comúnmente conocido como Miralax®), así como el uso de supositorios, minienemas o enemas para alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento.
4. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del pañal para prevenir sarpullidos o el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).
5. Puede recibir ayuda de parte de una clínica o un especialista en espina bífida con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.

3 a 5 años 11 meses

1. Recuerde que el estreñimiento y la incontinencia intestinal pueden causar otros inconvenientes, incluyendo problemas de funcionamiento de la derivación, infecciones de las vías urinarias, deterioro de la piel y aislamiento social.
2. El manejo de la función intestinal debe incluir el consumo de fibra y líquidos, ejercicio y un horario específico para ir al baño y hacer las deposiciones después de las comidas.
3. Es posible que su hijo necesite una combinación de dieta (fibra y líquidos), medicamento oral (senósidos o polietilenglicol, comúnmente conocido como Miralax®), así como el uso de supositorios, minienemas o enemas para alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento.
4. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del pañal para prevenir sarpullidos o el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).
5. Puede recibir ayuda de parte de una clínica o un especialista en espina bífida con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.

6 a 12 años 11 meses

1. Recuerde que el estreñimiento y la incontinencia intestinal pueden causar otros inconvenientes, incluyendo problemas de funcionamiento de la derivación, infecciones de las vías urinarias, deterioro de la piel y aislamiento social.
2. Concéntrese en el desarrollo de habilidades que permitan manejar la función intestinal de

- manera independiente para minimizar accidentes de incontinencia intestinal y saber qué hacer en este tipo de situaciones.
3. Es posible que su hijo necesite una combinación de dieta (fibra, suplementos de fibra y líquidos), medicamento oral (senósidos o polietilenglicol, comúnmente conocido como Miralax®), así como el uso de supositorios, minienemas o enemas para alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento.
 4. Considere pedirle ayuda al personal de la escuela para que estén pendientes de ocasiones en las que su hijo tenga un accidente de incontinencia intestinal y le brinden asistencia para que él pueda manejar la situación por sí mismo. La enfermera de la escuela cumple un papel muy importante, pues puede ayudarlo a su hijo a alcanzar metas educativas y de salud.
 5. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del perineo para prevenir sarpullidos o el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).
 6. Considere llevar un diario de hábitos intestinales junto con su hijo. Esto les ayudará a encontrar la razón por la que suceden los accidentes intestinales y establecer una rutina más práctica. El diario puede incluir información sobre medicamentos, alimentación, técnica utilizada para el manejo de la función intestinal (deposición según horario específico, supositorio, enema, etc.) y si su hijo ha tenido accidentes intestinales, estreñimiento o heces sueltas. Al final de esta guía encontrará un ejemplo de un diario.
 7. El manejo de la función intestinal podría incluir el consumo de fibra y líquidos, ejercicio y un horario específico para ir al baño y hacer las deposiciones después de las comidas.
 8. Si estas opciones no han dado buenos resultados, converse con el médico sobre otros métodos tales como el uso de un enema de cono (Fig. 1) o un sistema de irrigación transanal Peristeen® (Fig. 2). Las opciones que requieren una operación incluyen una cecostomía, mediante la cual se introduce un tubo al comienzo del intestino grueso para ayudar a despejar las heces (Fig. 3), o la técnica de Malone para un enema anterógrado continente (MACE, por sus siglas en inglés), mediante la cual se hace una abertura (estoma) en la parte baja del abdomen para que el enema pueda llegar directamente al colon.
 9. Puede recibir ayuda de parte de una clínica o un especialista en espina bífida con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.

13 a 17 años 11 meses

1. Recuerde que el estreñimiento y la incontinencia intestinal pueden causar otros inconvenientes, incluyendo problemas de funcionamiento de la derivación, infecciones de las vías urinarias, deterioro de la piel y aislamiento social.
2. Concéntrese en el desarrollo de habilidades que permitan manejar la función intestinal de manera independiente para minimizar accidentes de incontinencia intestinal y saber qué hacer en este tipo de situaciones (Guía sobre el Manejo Propio de la Salud e Independencia).
3. El manejo de la función intestinal del adolescente podría incluir una combinación de dieta (fibra, suplementos de fibra y líquidos), ejercicio y un horario específico para ir al baño y hacer las deposiciones después de las comidas.

4. Además, es posible que se necesite un medicamento oral (senósidos o polietilenglicol, comúnmente conocido como Miralax®) y el uso de supositorios o enemas para alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento.
5. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del perineo para prevenir el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).
6. Considere llevar un diario de hábitos intestinales junto con el adolescente. Esto les ayudará a encontrar la razón por la que suceden los accidentes intestinales y establecer una rutina más práctica. El diario puede incluir información sobre medicamentos, alimentación, técnica utilizada para el manejo de la función intestinal (deposición según horario específico, supositorio, enema, etc.) y si el adolescente ha tenido accidentes intestinales, estreñimiento o heces sueltas. Al final de esta guía encontrará un ejemplo de un diario.
7. Si estas opciones no han dado buenos resultados, converse con el médico sobre otros métodos tales como el uso de un enema de cono (Fig. 1) o un sistema de irrigación transanal Peristeen® (Fig. 2). Las opciones que requieren una operación incluyen una cecostomía, mediante la cual se introduce un tubo al comienzo del intestino grueso para ayudar a despejar las heces (Fig. 3), o la técnica de Malone para un enema anterógrado continente (MACE, por sus siglas en inglés), mediante la cual se hace una abertura (estoma) en la parte baja del abdomen para que el enema pueda llegar directamente al colon.
8. Puede recibir ayuda de parte de una clínica o un especialista en espina bífida con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.
9. Con la ayuda del personal médico, el adolescente debería crear un plan en caso de un accidente intestinal que incluya la limpieza, el cambio de ropa y otros asuntos relacionados con la higiene personal.

18 años o más

1. Recuerde que el estreñimiento y la incontinencia intestinal pueden causar otros inconvenientes, incluyendo problemas de funcionamiento de la derivación, infecciones de las vías urinarias, deterioro de la piel y aislamiento social.
2. Concéntrese en el desarrollo de habilidades que permitan manejar la función intestinal de manera independiente para minimizar accidentes de incontinencia intestinal y saber qué hacer en este tipo de situaciones (Guía sobre el Manejo Propio de la Salud Independencia).
3. Converse con su médico sobre cómo su programa de manejo de la función intestinal podría afectar las relaciones sexuales.
4. Utilice cremas protectoras (con óxido de zinc) en el área del perineo para prevenir el deterioro de la piel (Guía sobre los Cuidados de la Piel).
5. Considere llevar un diario de hábitos intestinales. Esto les ayudará a encontrar la razón por la que suceden los accidentes intestinales y establecer una rutina más práctica. El diario puede incluir información sobre medicamentos, alimentación, técnica utilizada para el manejo de la función intestinal (deposición según horario específico, supositorio, enema, etc.) y si ha tenido accidentes intestinales, estreñimiento o heces sueltas. Al final de esta guía encontrará un ejemplo de un diario.

6. El manejo de la función intestinal puede incluir una combinación de dieta (fibra, suplementos de fibra y líquidos), ejercicio y un horario específico para las deposiciones (“hacer del baño”) después de las comidas. Además, es posible que se necesite un medicamento oral (senósidos o polietilenglicol, comúnmente conocido como Miralax®) y el uso de supositorios o enemas para alcanzar la meta de continencia intestinal sin estreñimiento.
7. Si estas opciones no han dado buenos resultados, converse con el médico sobre otros métodos tales como el uso de un enema de cono (Fig. 1) o un sistema de irrigación transanal Peristeen® (Fig. 2). Las opciones que requieren una operación incluyen una cecostomía, mediante la cual se introduce un tubo al comienzo del intestino grueso para ayudar a despejar las heces (Fig. 3), o la técnica de Malone para un enema anterógrado continente (MACE, por sus siglas en inglés), mediante la cual se hace una abertura (estoma) en la parte baja del abdomen para que el enema pueda llegar directamente al colon.
8. Puede recibir ayuda de parte de una clínica o un especialista en espina bífida con experiencia en el manejo de la función intestinal de personas con espina bífida.
9. Con la ayuda del personal médico, establezca un plan en caso de un accidente intestinal que incluya la limpieza, el cambio de ropa y otros asuntos relacionados con la higiene personal.

Ejemplo de un diario de hábitos intestinales

¿Cuándo?		¿Dónde?			Consistencia			¿Cómo?		¿Por qué?		
Fecha	Hora	Inodoro	Pañal	Accidente/ Pantalones	Dura	Blanda	Suelta	Con esfuerzo	Por urgencia	Ejercicio	Alimentos líquidos	Medicamento

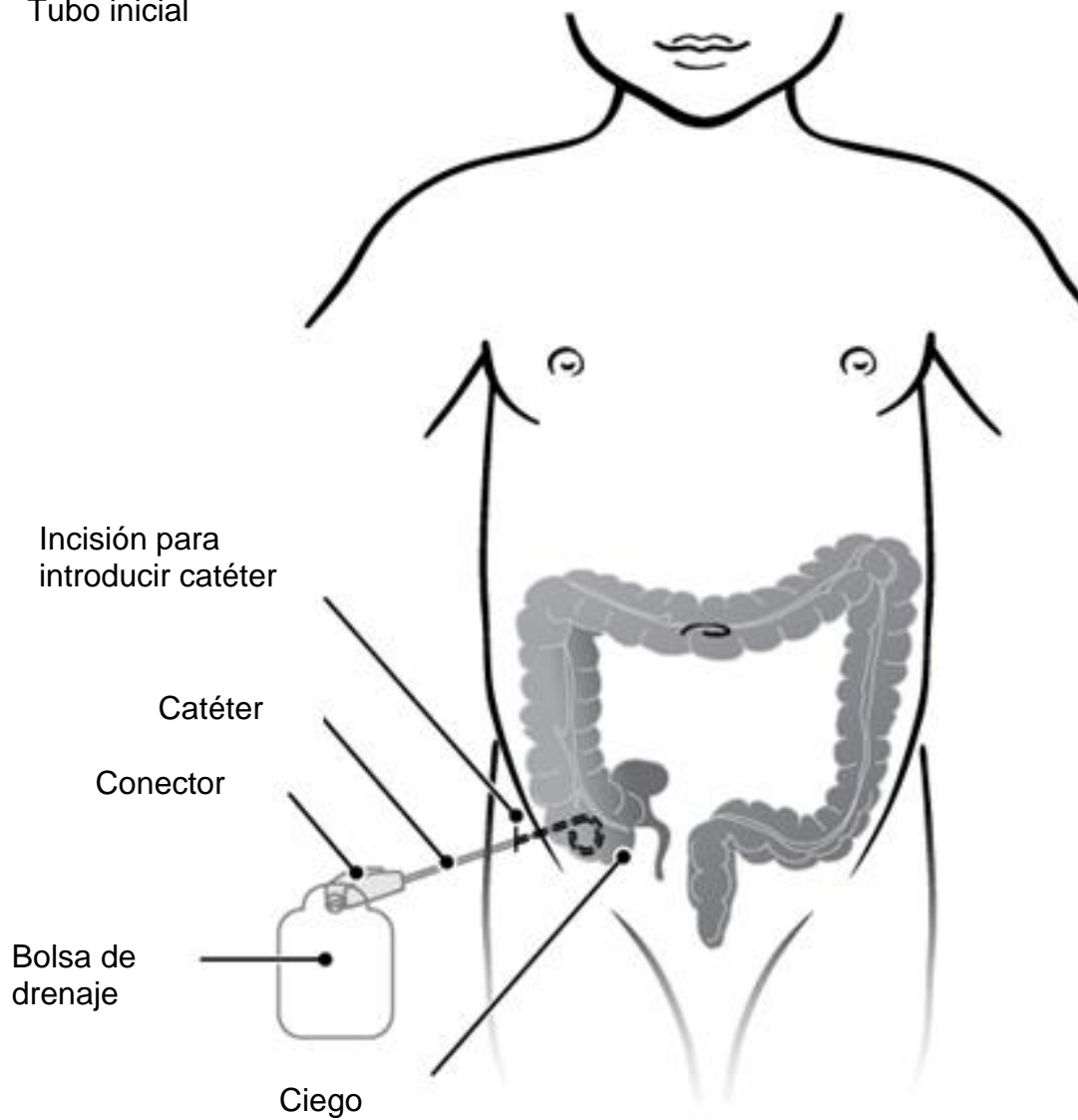


Figura 1. Sistema de irrigación mediante enema de cono



Figura 2. Sistema de irrigación transanal Peristeen®

Tubo de cecostomía
Tubo inicial



©2014 The Children's Hospital of Philadelphia, All Rights Reserved.

Figura 3
Tubo de cecostomía