FOLLETO INFORMATIVO **PARA LA PACIENTE**

The Female Patient®

Lo que Usted Debe Saber Sobre el
Control de los Movimientos del Intestino

Muchas personas tienen incapacidad de controlar sus movimientos intestinales, también conocido como incontinencia fecal. *Pueden tener problemas en llegar al sanitario a tiempo, cuando sienten la necesidad urgente de descargar la materia fecal; o a veces, pueden tener un goteo inesperado de la materia fecal, mientras pasan gas.*

Hay ayuda disponible para esta condición angustiante. Su proveedor de atención médica puede ofrecerle opciones para tratar el problema. Es posible que sea necesario un examen físico o pruebas médicas y posiblemente, una referencia a un especialista.

¿Qué causa la pérdida del control intestinal?

Normalmente, una vez que los alimentos son digeridos, los desechos sólidos son excretados a través del final inferior del intestino grueso, llamado recto. En el recto, los músculos y los nervios trabajan juntos para sostener la materia fecal, avisan cuando el recto está lleno y defecan cuando la persona está lista.

La incontinencia fecal puede estar relacionada con el estreñimiento, lo cual puede causar que los músculos del recto se estiren y se debiliten. A la inversa, la diarrea también puede causar que el recto se llene más rápido de lo que se puede expandir para sostener la materia fecal suelta.

Otra causa puede ser una lesión en los músculos o los nervios o debilidad del recto. Esto puede estar relacionado al hacer rutinariamente un gran esfuerzo para defecar, al dar a luz, al tener cirugía para las hemorroides, sufrir un ataque cerebral, enfermedad del nervio, disfunción del piso pélvico o lesión de la médula espinal. La lesión a los músculos o a los nervios pudo haber ocurrido hace muchos años, pero a medida que la persona envejece, los efectos son más severos debido al desgaste o pérdida de músculo.

¿Cuáles son los tratamientos para el control intestinal?

Es posible que su médico le pida que escriba un diario de alimentos. A veces, el cambio de dieta puede mejorar el funcionamiento de los intestinos. Por ejemplo, si la incontinencia fecal está relacionada al estreñimiento o la diarrea, el añadir fibra para mejorar la consistencia de la materia fecal, es una de las maneras más fáciles de corregir la incontinencia.

También, hay medicamentos que le pueden ayudar. El entrenamiento de los intestinos y los ejercicios del piso pélvico pueden fortalecer los músculos. Es posible que su médico le sugiera biorretroalimentación, a través de un aparato que le avisa cuando está apretando los músculos apropiados.

En algunos casos, cuando dichas opciones no han tenido éxito o cuando la falta de control intestinal es causada por una lesión, es posible que le recomienden someterse a una cirugía. El tipo más común de cirugía intestinal consiste en reparar el músculo desgarrado debido al parto u otro tipo de lesión. Existen otros tipos de cirugías que se enfocan en los problemas específicos de cada paciente.

¿Dónde puedo obtener más información?

El encarar un problema de control intestinal puede ser vergonzoso y puede causar aislamiento social. Para recibir ayuda, hable con su médico. También, están disponibles fuentes informativas a través de la red para enterarse sobre hechos y recibir consejo práctico y apoyo:

- *Agencia Distribuidora de Información Nacional sobre Enfermedades Digestivas:* http://digestive.niddk.nih.gov/index.htm.
- *Fundación Internacional para Trastornos Funcionales Gastrointestinales:* www.aboutincontinence.org.

SCAN THIS IMAGE

To request a PDF of this Patient Handout and make this a part of your office library or medical archives.

Or text TOOL to 25827

Or go to www.myfpmobile.com/tool/web0611

STAY CONNECTED

THE FEMALE PATIENT

06/11 *The Female Patient* autoriza la reproducción de este folleto con el propósito de promover la educación de la paciente.

Una versión de este folleto informativo para la paciente, puede ser también bajada del portal cibernético: **www.femalepatient.com.**