

Universidad Del Sureste
(UDS)

Diarrea y Estreñimiento (Equipo 1)

Enfermería Gerontogeriatrica

Catedrática: Dra. Dennys Barrientos Castillo

Integrantes del Equipo:

Abigail Escobar Caballero

Jorlemy Sarahi Miranda Gómez

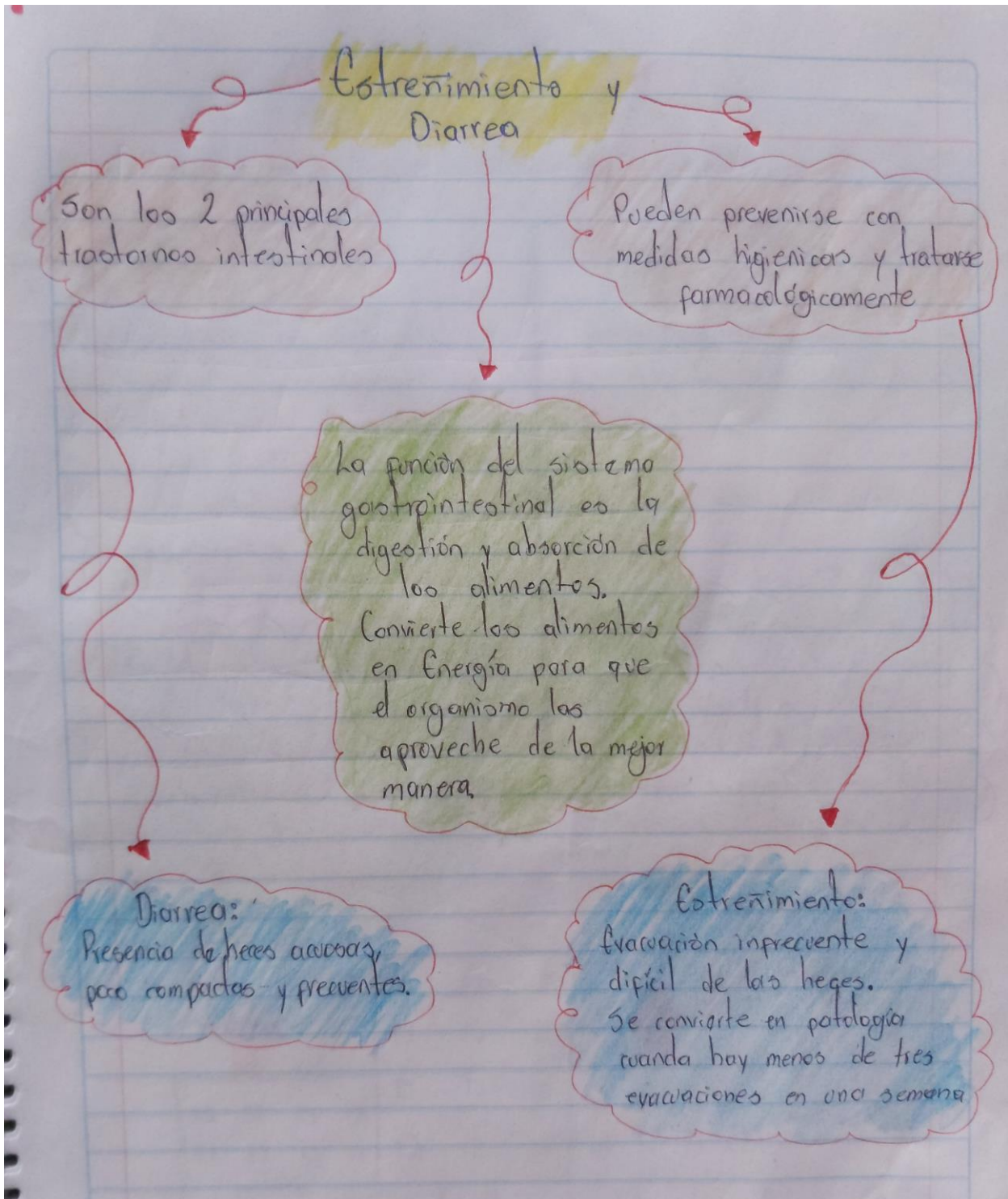
Celia Juárez Vázquez

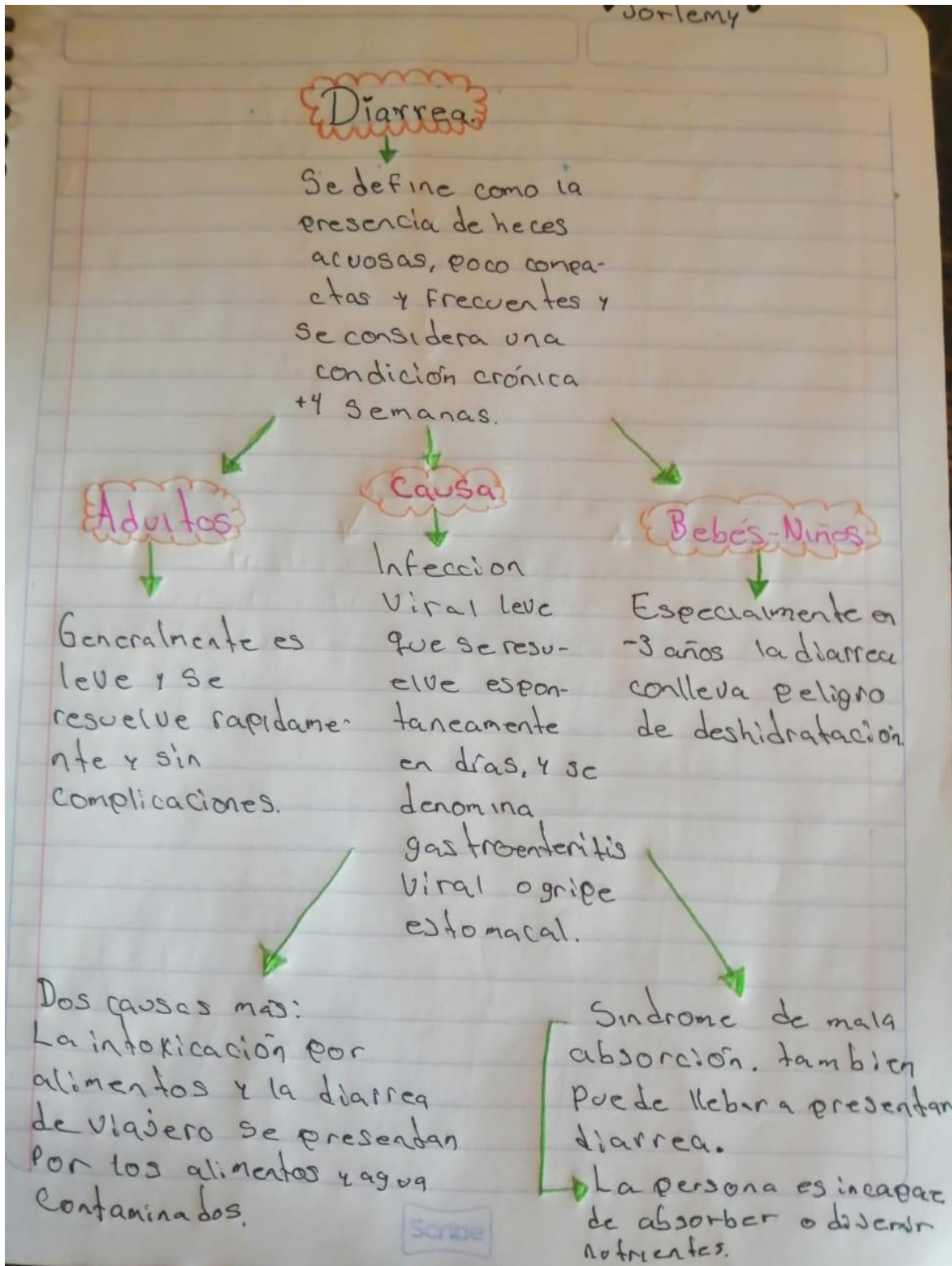
Miguel ángel López Bolom

San Cristóbal de las Casas, Chiapas, junio de 2020



Diarrea y Estreñimiento





Enfermedad intestinal inflamatoria.



Incluye la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerativa, dos tipos de diarrea recurrentes que generalmente presentan sangre y están acompañados de dolor abdominal.



SINDROME DEL INTESTINO IRRITABLE.

Es una forma crónica de molestia estomacal que empeora con el estrés y en la que, generalmente, se presenta diarrea y estreñimiento en forma alterna



INMUNODEFICIENCIA.

Los medicamentos también pueden causar diarrea, especialmente los antibióticos, laxantes que contengan magnesio y la quimioterapia para el tratamiento del cáncer.

Estreñimiento =

¿Qué es?

Es la evacuación infrecuente y difícil de las heces, que se vuelve patología cuando se produce menos 3 evacuaciones semanales.

Nota: Es normal que individuos sanos ocasionalmente tenga una defecación difícil o incompleta.

Causas

- Poca cantidad de fibra
- Escasa ingesta de líquidos.
- Sedentarismo.
- Abuso de la cafeína
- Costumbre de no responder a la urgencia de defecar (ir al baño).
- Embarazo
- Edad avanzada.

Recomendación

- Realizar ejercicios físicos de un modo cotidiano, moderadamente y trabajando la musculatura.
- Incorporar alimentos ricos en fibra a la dieta.
- Beber abundantes líquidos.
- Comer bien, masticando los alimentos de manera adecuada y en horarios regulares.
- Evitar laxantes.