



**Mi Universidad**

***ENSAYO***

***LUIS ANTONIO DEL SOLAR RUIZ***

***ENSAYO***

***CUARTO PARCIAL***

***FISIOPATOLOGIA***

***DR. MANUEL EDUARDO LOPEZ GOMEZ***

***LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA***

***SEGUNDO SEMESTRE***

***SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS A 03 DE JULIO DEL 2022***

## INTRODUCCIÓN

En este ensayo hablare sobre uno de los temas expuestos en clase por una de mis compañeras de aula, dicho tema es el de estreñimiento. En simples palabras se define el estreñimiento como una afección común entre muchas personas del mundo. La fisiopatología estudia las causas y los procesos de las enfermedades para poder aplicar los correctivos necesarios.

El estreñimiento es un motivo de muchas consultas, ya que provoca molestias debilitando al cuerpo. Aunque no es una enfermedad, sus complicaciones pueden generar ciertas patologías. Esta condición consiste en la falta de movimientos de forma regular dentro de los intestinos, produciendo una evacuación con esfuerzo. Habitualmente afecta la continuidad de las actividades diarias, debido a la molestia y a la tensión generada por la falta de evacuación y otros percances.

Siempre se ha escuchado que el estreñimiento es un síntoma, no una enfermedad, y así es. La retención de las heces puede estar o no motivada por una enfermedad, pero el estreñimiento en sí, no lo es. Sin embargo, existen métodos para prevenir el desarrollo del estreñimiento y, si se diera, para erradicarlo.

En muchos pacientes, el estreñimiento se asocia con un movimiento lento de materia fecal a lo largo del colon. Este retraso puede deberse a fármacos, cuadros orgánicos o a un trastorno de la función defecatoria (es decir, disfunción del suelo de la pelvis), o a un trastorno derivado de la dieta (ver Los alimentos a menudo afectan a la función digestiva). Los pacientes con trastornos de la defecación no generan fuerzas propulsivas rectales apropiadas, no relajan el puborrectal ni el esfínter anal externo durante la defecación, o ambos. En el síndrome del intestino irritable, los pacientes tienen síntomas (p. ej., molestias abdominales y alteración del ritmo evacuatorio) pero, en general, el tránsito colónico y las funciones anorrectales son normales. De todos modos, pueden coexistir síndrome del intestino irritable y trastorno defecatorio

## **ESTREÑIMIENTO.**

El estreñimiento es un síntoma caracterizado por una disminución del número de deposiciones o existencia de esfuerzo o dificultad excesiva para expulsar las heces.

También se define como un trastorno intestinal funcional en el que predominan sin tomas como la poca frecuencia, dificultad defecatoria o defecación incompleta. Añadidos a estos síntomas, el dolor abdominal y/o la hinchazón pueden estar presentes, aunque no son predominantes. Si no se encuentra una causa orgánica que lo justifique, se le denomina estreñimiento crónico idiopático o funcional.

- El estreñimiento como tal puede ser: Agudo o transitorio: coincidiendo con un viaje por modificaciones en la dieta eliminando fruta o verdura, enfermedades con enlentecimiento, periodos de inmovilidad, por efectos de algunos fármacos.
  
- Crónico: cuando dura más de tres meses.

El estreñimiento crónico es un trastorno digestivo frecuente que afecta aproximadamente al 30% de la población general. Predomina en el sexo femenino con aproximadamente 2-3 mujeres afectadas por cada hombre y aumenta en edad avanzada. El estreñimiento puede, además, aparecer con cierta frecuencia durante el embarazo a causa de los cambios hormonales.

En cuanto a los signos y síntomas presentes, estos serán:

- ❖ Número de deposiciones menor a 3 a la semana.
- ❖ Esfuerzo excesivo en evacuar.
- ❖ Heces duras. Se consideran excrementos duros cuando son en forma de bolas pequeñas.
- ❖ Sensación de haber evacuado de forma incompleta tras una deposición.
- ❖ Sensación de bloqueo / obstrucción en querer hacer una deposición.
- ❖ Necesidad de ayuda para hacer una deposición (lavativas, supositorios, etc.).

Como toda patología, hay causas de dicha patología y las del estreñimiento son:

El estreñimiento puede tener causas muy diversas. Puede tener causas muy diversas. Puede ser:

## Primario

- Por un trastorno del funcionamiento del intestino.
- Es el más frecuente.

Se producen por una alteración de la defecación normal. La defecación normal es una función que se produce de la siguiente manera:

- El contenido que llega del intestino delgado al colon ha de llegar al recto de forma conveniente y en tiempo adecuado.
- Cuando las heces llegan al recto, éste se distiende y es entonces cuando aparece la sensación de necesidad de defecar.

## Secundario

- A causa de otras enfermedades.

El estreñimiento puede ser secundario a otras enfermedades o medicamentos que tienen como efecto secundario esta patología.

1. El estreñimiento puede aparecer en pacientes con:
  - Enfermedades metabólicas: Diabetes mellitus o Hipotiroidismo.
  - Enfermedades neurológicas: esclerosis múltiples, enfermedad de Parkinson, Ictus o embolias cerebrales, lesiones de la médula espinal.
2. Enfermedades del colon. Cáncer de colon.
3. Uso crónico de medicamentos: compuestos de hierro, alcalinos, algunos antidepresivos o derivados opioides entre otros.

Algunos factores de riesgo que podemos encontrar son:

- Bajo consumo de fibra
- Baja actividad física
- Escasa ingesta de agua
- Depresión
- Consumo de fármacos
- Situaciones de estrés

En cuestión del diagnóstico hay tres fuentes a tomar en cuenta:

**PACIENTE:** el diagnóstico de éste se realiza sólo con lo que cuenta el paciente (número de deposiciones a la semana, esfuerzo que requiere la defecación, consistencia de las heces, etc).

**MEDICO:** buscará otros síntomas como pérdida de peso, duración del estreñimiento, dolor de estómago, sangre con las heces, dolor anal con la deposición, así como el uso crónico de medicamentos.

**PACIENTES JOVENES Y ADULTOS:** En los jóvenes no es necesario hacer pruebas de diagnóstico, debido a que pueda ser a causa de un problema primario. A comparación de las personas adultas mayores de 50 años, en ellos si es necesario hacerles en dado caso existan los síntomas de alarma de un problema secundario.

El tratamiento es algo fácil de seguir y no lleva a un esfuerzo complicado, también ayuda en la mejora de la salud personal. Como tratamiento encontramos:

- Dieta: comer unos 30 g de fibra al día.
  
- Ejercicio. Realizar ejercicio de forma regular ayuda al tratamiento del estreñimiento
  
- Laxantes. Son los medicamentos que se utilizan para el tratamiento del estreñimiento.
  
- Procinéticos. Son medicamentos que aumentan los movimientos del colon. Se utilizan conjuntamente o después de haber utilizado los laxantes habituales.