



Nombre del alumno: *Alicia Lizeth Pérez Aguilar*

Nombre del tema: *Estreñimiento Cronico*

Nombre de la materia: *Enfermería Gerontogeriatrica*

Nombre del profesor: *Maria José Hernández Méndez*

Cuatrimestre; *6º- A*

ESTREÑIMIENTO CRÓNICO



ESTREÑIMIENTO CRÓNICO

Nom. Del Alumno: **Alicia
Lizeth Perez Aguilar**

Nom. Del Profesor: **Maria
Jose Hernandez Mendez**

Nom. De la materia: **Enfermería
Gerontogeriatrica**

Nom. Del tema: **Estreñimiento
Cronico**

Licenciatura: **Enfermería
CLEN**

Cuatrimestre: **6º**

Grupo: **"A"**

El estreñimiento es un Problema crónico en muchos Pacientes del mundo. En algunos grupos de Paciente, tales como los añosos, el estreñimiento Constituye un Problema Sanitario Importante, sin embargo en la mayoría de los casos el estreñimiento crónico es un motivo de Consulta que Provoca molestia Pero que no amenaza la vida ni debilita

Es necesario Saber lo anterior Para Proceder a un adecuado tratamiento. Se describe de forma habitual la existencia de una escala de tratamiento del estreñimiento.

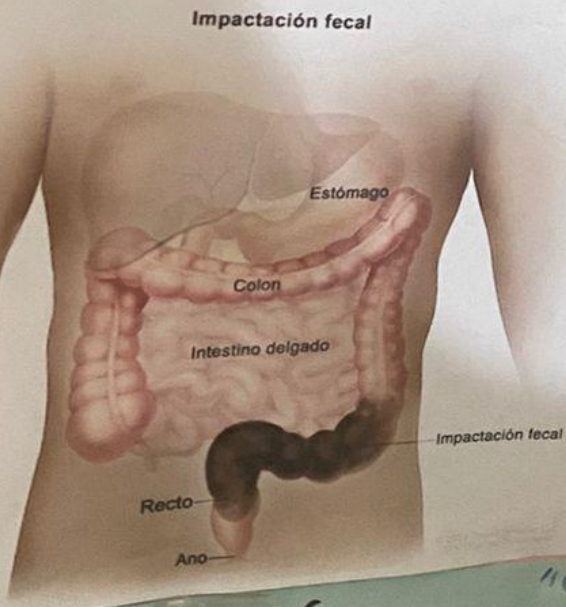
¿Que es?

El estreñimiento crónico o constipación crónica, se define como la dificultad para defecar, con menos de tres deposiciones por semana.

Se caracteriza por heces duras y difíciles de evacuar, junto con otros síntomas como sensación de evacuación incompleta y esfuerzo para defecar.

res D
"go"
baja
de activi
ta

- Deshidratación
- Edad avanzada
- NO ir al baño cuando tiene ganas
- No bebe suficiente agua.



Causas

- Puede ser causado por una:
- Dieta
- Estilo de vida
- medicamento
- enfermedades
- Trastorno de

Subyacente

Correcto



Incorrecto

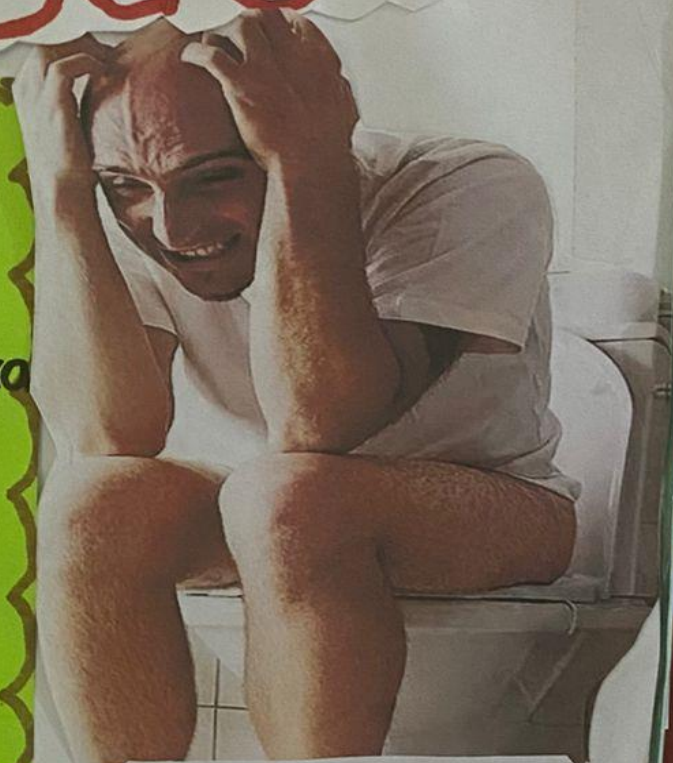


PASTE PEPPER
BREAD MARMELADE
SEA FOOD
VEGETABLES
PASTRY
COOK MEAT
FISH BEAN
PASTE
AROMATIC
BREAKFAST
COOK MEAT

FACTORES DE RIESGO

Factores De Riesgo

- Dieta baja en fibra
- falta de actividad física
- Deshidratación.
- Edad avanzada.
- NO ir al baño cuando tiene ganas
- No bebe suficiente agua.



¿Cómo prevenir la impactación fecal?

Correcto



Incorrecto



Acudir al médico



Dieta rica en fibra



Beber agua suficiente



Evitar el azúcar y el alcohol



Ir al baño cuando lo necesiten



Recuperar el hábito si lo ha perdido



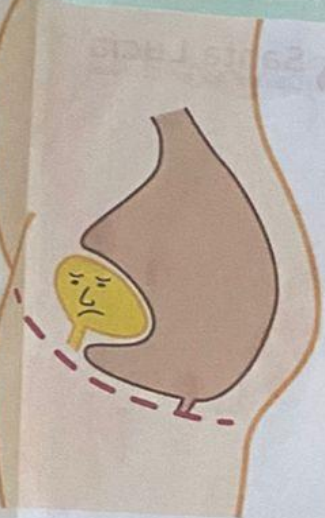
Elevar los pies si cuesta



Realización de ejercicio físico

CUIDADOS DE ENFERMERIA

Se encarga /enfoca en aliviar los síntomas, mejorar la función intestinal y Prevenir Complicaciones



Estreñimiento

- Recomendar una dieta rica en fibra.
- Aconsejar la ingesta de líquidos al menos 2 litros por día.
- Estimulación de la actividad física.
* fomentar actividad física, caminar, nadar o hacer ejercicios de baja intensidad
- Educación y apoyo al Paciente.



Como Pudimos entender
El estreñimiento crónico
Puede afectar la calidad
de vida aunque es en
General no genera
consecuencias graves
Para la Salud. Se
caracteriza por la
dificultad Para evacuar
las heces de forma
regular.

Lo que Puede Causar
molestias como
hinchazón abdominal,
hemorroides y fisuras
anales, Por ello es
importante acudir al
medico + llevar una
dieta balanceada, hacer
ejercicios + tomar
fibras. como el doctor
lo indique.



Bibliografía

Plataforma uds 2025

Universidad del sureste 2025

lbertoparajo.com/consecuencias-del-estreñimiento-cronico_fb21657.html#:~:text=El%20estreñimiento%20crónico%20es%20generalmente,los%20viajes%20pueden%20provocar%20estreñimiento.