

## MEDICINA GERIÁTRICA EN LA ATENCIÓN PRIMARIA

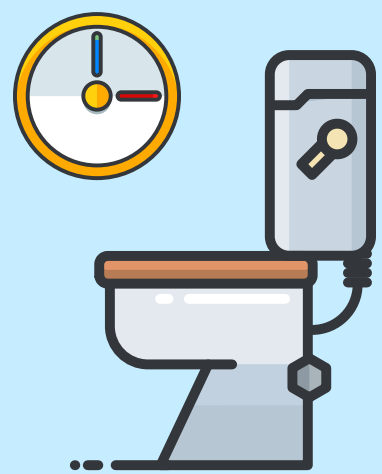
INGER DIPLOMADO



# Constipación

## Definición

Es un trastorno funcional intestinal caracterizado por defecación infrecuente, dificultosa o incompleta. Puede asociarse a dolor y distensión abdominal sin que éstos sean los principales síntomas.



## Epidemiología

- La constipación crónica en personas mayores de 60 años tiene una prevalencia entre 15%-20%.
- A los 84 años puede llegar a 37%.
- En cuidados a largo plazo puede llegar hasta 80%.

## Diagnóstico

Según los Criterios Roma IV se define:

- I. En presencia de características que permanecen al menos 3 meses, con inicio de síntomas 6 meses previos al diagnóstico.
- II. Dos o más criterios para el 25% de las defecaciones.
- III. La presencia de heces líquidas es rara sin el uso de laxantes.
- IV. No deben existir criterios de diagnóstico de síndrome de intestino irritable.



## Prevención



La prevención de la constipación requiere de una evaluación y manejo integral. Se recomiendan las siguientes medidas iniciales:

- Ingesta de líquidos con volúmenes cercanos a 1500 mL en 24 horas (si no existe contraindicación como insuficiencia renal, insuficiencia hepática o insuficiencia cardíaca).
- Consumo de alimentos con alto contenido de fibra (25 g/día).
- Incremento de la movilidad.
- Manejo ambiental.

## Tratamiento

El tratamiento de la constipación crónica dependerá de las causas detectadas en la evaluación.

Cuando el paciente no responde las medidas iniciales, se recomienda el uso de laxantes y titular según la respuesta clínica.

**No se sigue los laxantes estimulantes en uso mayor a 6 meses por efectos adversos.**

