



Nombre del niño o niña: _____ Fecha: _____

Estreñimiento

¿Qué es el estreñimiento?

El estreñimiento es el movimiento despacio de excremento a través del intestino grueso. No sale con suficiente frecuencia, y sale duro y seco. Unas indicaciones son:

- menos evacuaciones intestinales de lo usual
- es difícil pasar el excremento
- dolor a pasar el excremento
- torzones, dolores del estómago
- estómago revuelto
- esfuerzo grande para obrar
- estómago inflamado
- sangre en el excremento, o sangre del recto

¿Es común el estreñimiento? Sí.

Qué hacer:

- sí no Su niño debe comer más frutas y verduras cada día.
- sí no Cuando el excremento está seco, su niño debe tomar más agua que lo usual.



**Su niño debe comer más frutas
y verduras cada día.**

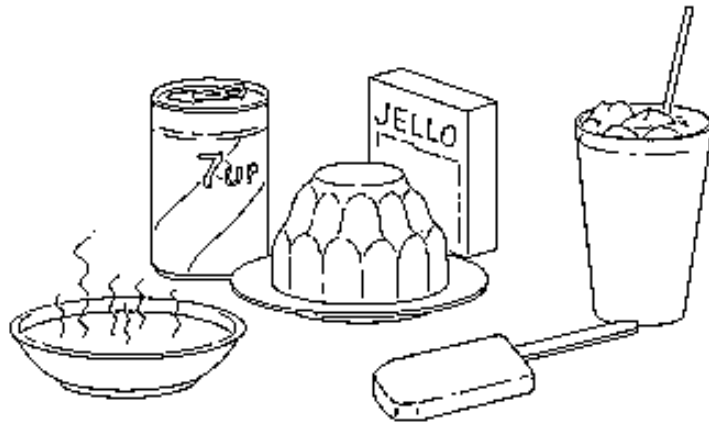
Pida que su niño se quede sentado en la taza por tres a cinco minutos, tres veces al día. La mejor hora para sentarle al niño en la taza es después de una comida. Está bien si su niño no puede hacer esto en la escuela después del almuerzo.

• No le pida a su niño que se siente en la taza por más de cinco minutos.

• No apure las visitas al baño.

• Asegúrese de que su niño tome agua y otros líquidos con las comidas y entre las comidas, cada día.

Pasas, ciruelas, ciruelas pasas, duraznos, chabacanos, y jugos frescos también podrían ayudar a mantener suave el excremento.



Asegúrese de que su niño tome agua y otros líquidos con las comidas y entre las comidas, cada día.

• No le dé al niño laxantes, hierbas, ni laxantes naturales a menos que el doctor le diga que lo haga.

• Si el doctor le recomienda medicinas para el estreñimiento, déselas a su niño diariamente hasta que el doctor le diga que se las deje de dar.

• Demasiada fibra (de algunas medicinas, o de demasiadas frutas y verduras) puede causar gas y torzones.

Si su niño tiene evacuaciones dolorosas, o si no tiene una evacuación intestinal por lo menos una vez cada siete días, llame al doctor.



Si tiene alguna pregunta o inquietud,

Llame al doctor de su niño o

Llame al _____

Ahora que ha leído esto:

- Dígale a su enfermera o doctor lo que causa el estreñimiento. (Marque cuando haya terminado)

- Dígale a su enfermera o doctor lo que usted hará para tratar el estreñimiento de su niño. (Marque cuando haya terminado)

Si usted desea saber más acerca de la salud o enfermedad de su niño, visite nuestra biblioteca en The Emily Center en el Phoenix Children's Hospital
1919 East Thomas Road
Phoenix, AZ 85016-7710
602-546-1400
866-933-6459
www.phoenixchildrens.com

Negación

La información provista en este sitio tiene la intención de ser información general, y se proporciona solamente para los propósitos educativos. No tiene la intención de tomar el lugar del examen, tratamiento, o consulta con un médico. Phoenix Children's Hospital le pide que se comunique con su médico si tiene alguna pregunta sobre una condición médica.

#367/8s • Escrito por Nancy Rayhorn, BSN, RN, CGRN
• Ilustrado por Dennis Swain