

Lo que Usted debe Saber sobre la Incontinencia Fecal

La incontinencia fecal también conocida como incontinencia intestinal o anal, es extremadamente común en los Estados Unidos, afligiendo a aproximadamente 8% de los adultos.

Aunque dicha anomalía afecta a gran cantidad de personas, muchas de ellas sufren silenciosamente, ya sea que están apenadas o frustradas o creen que no existe una solución para mejorar su condición. También, existen muchas personas saludables y activas de todas las edades que sufren de incontinencia fecal. Aunque no es mortal, la incontinencia fecal disminuye significativamente la calidad de vida.

La incontinencia fecal es la descarga involuntaria de materia fecal líquida o sólida, la cual se presenta en suficientes cantidades para crear estrés y perjudicar la calidad de vida. El expulsar gas o mucosa frecuente o involuntariamente (flatulencia) sin descargar materia fecal, no es clínicamente definido como incontinencia pero también puede dañar la calidad de vida y justificar una investigación y un tratamiento.

Diagnosticando la Incontinencia Fecal

Si Ud. sufre de incontinencia fecal, hay esperanzas. El primer paso para estar en control, es tomar la iniciativa y hablar con su médico. Su médico tratará de encontrar la causa o la referirá a un especialista en gastroenterología, cirugía colorrectal, ginecología y/o terapia física. No importa a que tipo de especialista la refieran, lo importante es que Ud. se sienta cómoda y segura de que el especialista escuche y ponga atención a sus preocupaciones personales. El propósito de cualquier tratamiento para la incontinencia fecal debe ser ayudar a que la persona vuelva a tener control de sus síntomas.

Es probable que durante su visita médica, su médico le haga las siguientes preguntas con el

fin de individualizar las investigaciones y el tratamiento a sus necesidades específicas:

- ¿Por cuánto tiempo a padecido de incontinencia fecal?
- ¿Tiene que usar diariamente una toalla femenina debido a la incontinencia fecal?
- ¿La incontinencia fecal está afectando su vida social, sexual o su trabajo?
- ¿Padece principalmente de incontinencia de materia fecal sólida o líquida? ¿Gas?
- ¿Siente cuando se aproxima un episodio de incontinencia (¿siente urgencia de ir al sanitario?) o el episodio ocurre sin aviso alguno?
- ¿Sufre de diarrea o constipación?
- La cantidad de incontinencia fecal es ¿mucho o poca? o ¿mancha su ropa interior?
- ¿Sufre de incontinencia urinaria concurrente?
- ¿Su secreción tiene sangre o mucosidad?
- ¿Ha sufrido de un trauma obstétrico o ha sido sometida a cirugías vaginales o del recto?

También, existen muchas personas saludables y activas de todas las edades que sufren de incontinencia fecal.



Basándose en sus respuestas y después de una revisión completa de su historial de salud y evaluaciones y tratamientos médicos anteriores, su médico puede decidir ordenar pruebas sencillas para ayudar a evaluar el grado de su incontinencia y guiar el tratamiento. Las pruebas, normalmente constituyen de pocos estudios los cuales casi no son molestos incluyendo la manometría anorrectal (una prueba sencilla para medir la fuerza y coordinación de los músculos del recto y pélvicos) y un ultrasonido anorrectal (una sonda ultrasonido pequeña la cual revisa si existen desgarramientos en el músculo rectal). Es posible que se justifiquen otros exámenes, todo depende de su historial y sus síntomas específicos, sin embargo, la evaluación debe ser tan eficaz y lo menos molesta a como sea posible. Mientras los exámenes son procesados, es probable que su médico le pida que registre en un diario sus preocupaciones específicas u observaciones que puedan asistir a su proveedor de atención médica a desarrollar las mejores opciones de tratamiento diseñadas específicamente para Ud.

Mientras los exámenes son procesados, es probable que su médico le pida que registre en un diario sus preocupaciones específicas u observaciones que puedan asistir a su proveedor de atención médica a desarrollar las mejores opciones de tratamiento diseñadas específicamente para Ud.

Tratamiento Para la Incontinencia Fecal

Una vez que las pruebas hayan terminado y Ud. esté lista para empezar el tratamiento, su médico le aconsejará sobre sus opciones. La incontinencia fecal es tratada en diferentes etapas; primero tratando los tratamientos menos agresivos y más conservadores (p. ej. instrucción

de cómo usar la fibra y productos antidiarreicos para disminuir los accidentes), pero si dichos tratamientos conservadores no resultan, su doctor le ofrecerá técnicas más agresivas. Es probable que su médico primero ponga énfasis en mejorar un trastorno de hábito intestinal (p. ej. mejorar cualquier causa de diarrea o constipación), descubrir intolerancias anteriormente desconocidas a ciertos alimentos que pueden contribuir a sus síntomas, recomendar terapia de biofeedback o enfocarse en la higiene intestinal. Si dichas intervenciones producen resultados poco satisfactorios, muchos centros médicos ofrecen tratamientos más agresivos incluyendo la reparación del esfínter, el inyectar agentes que aumentan el volumen del músculo del recto o la inserción de un esfínter intestinal artificial.

Entrenamiento de Biofeedback

El entrenamiento de biofeedback es el tratamiento más común ofrecido para las pacientes que sufren de incontinencia fecal. Dicho entrenamiento es una forma de reentrenamiento del piso pélvico, el cual es bien tolerado, seguro y eficaz en ayudar a las pacientes con la incontinencia fecal. Las sesiones de biofeedback deben llevarse a cabo en un cuarto completamente equipado y privado y bajo la supervisión de un terapeuta experto el cual no sólo posee conocimientos técnicos, sino también la sensibilidad para asegurarse que las sesiones de biofeedback tengan un resultado exitoso. Idealmente, las pacientes asisten a sesiones de 60 minutos, aproximadamente una vez por semana, por 6 semanas. Durante estas sesiones, la meta es que la persona aprenda a identificar el papel de los músculos del piso pélvico y del recto para mantener la continencia y como aislar apropiadamente la contracción y relajación de estos músculos.

Hay esperanzas para las pacientes que sufren de incontinencia fecal. El primer paso es hablar con un médico cuidadoso y entrenado especialmente en este campo para determinar cuales exámenes y tratamientos son los mejores para satisfacer sus necesidades individuales.

Fuentes Informativas

- La Fundación Internacional para los Trastornos de Funcionamiento Gastrointestinal
<http://www.aboutincontinence.org/>
- La Clínica Mayo
<http://www.mayoclinic.com/health/fecal-incontinence/DS00477>
- La Sociedad Americana de Motilidad
Un Registro para los Laboratorios GI de Motilidad para la Evaluación del Paciente
<http://www.motilitysociety.org/>

Este informe para la paciente fue redactado por la Doctora Tisha N. Lunsford, usando contexto del portal cibernético de la Fundación Internacional para los Trastornos de Funcionamiento Gastrointestinal, del portal cibernético de la Clínica Mayo y del portal cibernético de la Sociedad Americana de Motilidad.