

SERVICIO DE PEDIATRIA

Estreñimiento infantil

DEBE SABER

- Consideraremos que un niño está estreñido cuando hace las deposiciones muy duras, o no defeca de forma asidua. No es preciso que se realice deposición de forma diaria.
- El ritmo y la consistencia de las deposiciones varían de un niño a otro. No debemos preocuparnos si tenemos un hábito más o menos establecido y si el niño se encuentra bien.
- Las posibles causas de padecer estreñimiento pueden ser una dieta o hábitos diarios inadecuados (aguantarse de forma repetida las ganas de realizar deposiciones...).

RECOMENDACIONES PARA EL DOMICILIO:

- Debemos de fomentar que el niño se siente en el lavabo durante 5-10 minutos todos los días, para crear un hábito. Hacerlo preferentemente después de comer.
- Para hacer que el ambiente sea agradable, podemos entretenerle con algún juego o libro.
- No castigar si no quiere sentarse o tiene una actitud negativa.
- Explicarle que no debe aguantarse las ganas de ir al baño cuando éstas aparecen.
- Usar un orinal o adaptador y sobretodo apoyando los pies (nunca deben de quedar colgando).
- Dieta: potenciar la dieta rica en fibra (fruta, verdura, pan con fibra, cereales...) y líquidos (agua, zumo).

DEBE EVITAR

- Evite administrar al niño laxantes, enemas... sin consultar al pediatra.



SIGNOS DE ALARMA

El estreñimiento lo irá controlando su pediatra, pero debe acudir a urgencias en caso de que se produzcan las siguientes situaciones:

- Si hay dolor o sangrado no forzar, acudir al médico.
- El niño vomita de forma repetida, sin tolerar ni los líquidos.
- Se encuentra decaído, apático, quejoso...



Para cualquier duda o consulta
llame al 937 283 100

SERVEI DE PEDIATRIA

Restrenyiment infantil

HA DE SABER

- Considerarem que un nen està restret quan fa les deposicions molt dures, o no defeca de forma assídua. No cal que es faci deposició de forma diària.
- El ritme i la consistència de les deposicions varien d'un nen a un altre. No hem de preocupar si tenim un hàbit més o menys establert i si el nen es troba bé.
- Les possibles causes de patir restrenyiment poden ser una dieta o hàbits diaris inadequats (aguantar-se de manera repetida les ganes de fer deposicions, ...).

RECOMANACIONS PER AL DOMICILI:

- Hem de fomentar que el nen sigui al lavabo durant 5-10 minuts cada dia, per crear un hàbit. Preferentment fer-ho després de dinar.
- Per fer que l'ambient sigui agradable, el podem entretenir amb algun joc o llibre.
- No castigar al nen si no vol seure o té una actitud negativa.
- Explicar-li que no s'ha d'aguantar les ganes d'anar al bany quan aquestes apareixen.
- Fer servir un orinal o adaptador i sobretot recolzar els peus (mai deuen quedar penjant).
- Dieta: potenciar la dieta rica en fibra (fruita, verdura, pa amb fibra, cereals ...) i líquids (aigua, suc).

HA D' EVITAR

- Eviteu administrar al nen laxants, ènemes ... sense consultar el pediatre.

SIGNES D' ALERTA



El restrenyiment del seu fill el controlarà el seu pediatre, però ha d'anar a urgències en cas que es produeixin les situacions següents:

- Si hi ha dolor o sagnat no forçar, anar al metge.
- El nen vomita de forma repetida, sense tolerar ni els líquids.
- Es troba decaigut, apàtic, queixós ...



Per qualsevol dubte o consulta
truqui al 937 283 100