

¿Cuáles son los conceptos erróneos más frecuentes respecto al estreñimiento?

Sin lugar a dudas, uno de los errores que con más frecuencia tiene la gente es la necesidad de evacuar todos los días y que de no hacerlo “no se limpia bien el organismo”. Esto no es así. Se considera que el límite de lo que es normal está en hacer deposición una vez cada 3 días. Tomar laxantes sin prescripción médica para conseguir evacuar todos los días es innecesario y además puede ser perjudicial. Contrariamente a lo que piensa mucha gente, el estreñimiento crónico no produce una retención en el cuerpo de sustancias perjudiciales para la salud.

CON LA COLABORACIÓN DE:

Astra Zéneca

Janssen-Cilag

Otsuka Pharmaceuticals

Roche

Schering Plough



www.sepd.es

¿Sabía usted que utilizar laxantes para el estreñimiento crónico de forma incontrolada puede ser perjudicial?

¿Qué es el estreñimiento crónico?

Se llama estreñimiento crónico a la dificultad para evacuar las heces que se mantiene durante largo tiempo. Esta dificultad para evacuar puede ser por una baja frecuencia de deposición (“voy poco al baño”) o por un esfuerzo para defecar (“me cuesta mucho trabajo evacuar”).

Hay que distinguirlo del estreñimiento que aparece de nuevo (unas pocas semanas, ya que en estos casos puede estar relacionado con la aparición de un problema en el intestino grueso, la toma de fármacos o un cambio de hábito. Acuda siempre a su médico cuando esto ocurra.

El estreñimiento crónico es muy frecuente y se calcula que lo sufre un 15% de la población. Es más frecuente en mujeres, más aún durante el embarazo, y en las personas mayores de 65 años.

