# Estreñimiento

**Esta sección ha sido revisada y aprobada por la Junta editorial de Cancer.Net [1], November / 2011**

El estreñimiento ocurre cuando una persona no puede evacuar el intestino o tiene la sensación de evacuar el intestino pero no puede. Aparece cuando el cuerpo comienza a absorber más agua o a enviar señales a los alimentos para que se desplacen por el aparato digestivo de forma más lenta. El estreñimiento es un síntoma común en las personas con cáncer.

Un aspecto importante del tratamiento y la atención del cáncer es aliviar los efectos secundarios, lo que también se denomina control de los síntomas, cuidados paliativos [2] o atención médica de apoyo. Son varios los factores que afectan la función intestinal normal de una persona, incluido cuánta cantidad y qué tipo de alimentos ingiere, la salud del tubo digestivo y los medicamentos que toma la persona. Hable con su equipo de atención médica sobre cualquier síntoma de estreñimiento que experimente, incluido cualquier síntoma nuevo o un cambio en los síntomas. Por lo general se pueden controlar de manera simple, pero en ocasiones estos síntomas indican un problema más grave que puede requerir más pruebas.

La cirugía de abdomen a menudo afecta la función del tubo digestivo y puede causar diarrea [3] o estreñimiento. En ocasiones luego de la cirugía abdominal, el tejido cicatricial (denominado cicatrización) puede causar estrechamiento o bloqueo parcial del intestino que, si es grave, puede requerir cirugía para revertirse. También pueden crecer en el abdomen metástasis cancerosa, que interfieren con la función intestinal. La forma más grave de esta afección es una obstrucción intestinal [4], en la que el tumor bloquea el intestino. Para revertir este problema, puede ser necesaria una cirugía.

**Síntomas**

Además de no poder evacuar el intestino, las personas con estreñimiento pueden experimentar los siguientes síntomas:

- Dolor y calambres
- Inflamación en el abdomen
- Pérdida del apetito
- Náuseas y vómitos
- Imposibilidad de orinar
- Confusión

**Causas**

Las causas frecuentes de estreñimiento incluyen no ingerir la fibra suficiente, no beber el agua suficiente u otros líquidos y no hacer ejercicios. Sin embargo, para personas con cáncer, los siguientes factores relacionados con el cáncer y los tratamientos para el cáncer también pueden producir estreñimiento:

- Medicamentos, incluidos antiácidos, algunos fármacos para tratar las náuseas y los vómitos, convulsiones, depresión, diarrea o presión arterial, suplementos del hierro, quimioterapia y en especial analgésicos que pueden retrasar la acción muscular del intestino que ayuda a los alimentos a desplazarse por el sistema.
- Ingerir menor cantidad de alimentos
- Obstrucción intestinal debido a tejido cicatricial o tumores
- Deshidratación (no beber el agua suficiente)
- Inactividad física
- Compresión por tumor (presión de un tumor sobre la médula espinal)
- Altos niveles de calcio en la sangre
- Bajos niveles de potasio
- Problemas en la glándula tiroides
- Diabetes

**Diagnóstico**

Al planificar el tratamiento para el estreñimiento, el médico puede hacer un tacto rectal o tomar una radiografía u otra exploración del abdomen. Esto es para asegurarse de que no haya un tumor obstruyendo el recto o en algún otro punto en el tubo digestivo y para averiguar si hay heces duras en el recto. Además, es posible que el médico le haga preguntas sobre lo siguiente:

- Sus hábitos intestinales actuales y anteriores a la aparición del cáncer
- El uso de medicamentos que pueden producir estreñimiento
- Qué ha estado comiendo y bebiendo últimamente
- Otras enfermedades

**Tratamiento**

Es muy importante tratar el estreñimiento de forma adecuada. Si no se trata, el estreñimiento puede producir daños internos en los intestinos o el recto, deshidratación u obstrucción intestinal. Además, puede retardar la absorción de los medicamentos que se toman por vía oral. Si hay un tejido cicatricial o tumor que causan el problema, es posible que se necesiten más pruebas. Hable con su equipo de atención médica sobre la mejor manera de controlar el estreñimiento. Las sugerencias a continuación pueden ser de utilidad.

- Beba más líquidos.
- Con el asesoramiento del equipo de atención médica, consulte si puede cambiar la dosis o interrumpir los medicamentos que causan estreñimiento.
- Coma más fibra o tome más suplementos de fibras.
- Si es posible, aumente la actividad física.
- Consulte con su equipo de atención médica sobre tratamientos, como laxantes, enema o supositorio rectal. Algunos pueden ser prejudiciales para algunos pacientes.

**Más información**

La importancia de la hidratación[5] (en inglés)

Control de los efectos secundarios [6]

**Recursos adicionales**

National Cancer Institute (Instituto Nacional del Cáncer): Complicaciones gastrointestinales [7]

---

**Links:**
[1] http://www.cancer.net/about-us
[2] http://www.cancer.net/node/18376
[3] http://www.cancer.net/node/18318
[4] http://www.cancer.net/node/18338
[5] http://www.cancer.net/node/24702
[6] http://www.cancer.net/node/25911
[7] http://www.cancer.gov/espanol/pdq/cuidados-medicos-apoyo/complicacionesgastrointestinales/Patient