



# ESTREÑIMIENTO EN LOS LACTANTES

*Problemática en menores de 1 año*

Las causas más frecuentes del estreñimiento son por inmadurez, o por una preparación inadecuada de la fórmula o el tipo de alimentación sin afectación del estado nutricional del niño, y se conoce como constipación funcional.

Por Sofía Araceli Leyva  
Gastroenteróloga Pediatra  
Hospital del niño y el adolescente morelense

Es común que los padres lleven a revisar a su bebé y refieran que tiene estreñimiento.

Los niños, durante el periodo de recién nacido y lactante menores de tres meses, van a evacuar de acuerdo al tipo de alimentación, pero todos pasan por un período de inmadurez que se llama discinesia, donde pujan entre 10 y 15 minutos, se ponen rojos y terminan evacuando generalmente blando a líquido sin afectar su estado general ni alimentación.

### Se deben considerar como datos de alarma que amerita que los lleven a revisar con un pediatra los siguientes datos

- 1) Antecedente de haber presentado su primera evacuación al segundo o tercer día de vida, no al nacer.
- 2) Período sin evacuar por tres días acompañado de distensión abdominal, llanto continuo e incluso vómito o fiebre que sugieren cuadro de oclusión intestinal.
- 3) Evacuaciones con sangre fresca.
- 4) Falta de ganancia de peso de acuerdo a la edad, con rechazo completo a la alimentación.
- 5) Datos de deshidratación.
- 6) Lesiones en el ano.

La definición de estreñimiento implica evacuaciones duras, al menos dos por semana con esfuerzo, y con vaciamiento incompleto del recto. Puede haber causas primarias como malformaciones del ano o del intestino pero son raras. Las más frecuentes son por inmadurez, o por una preparación inadecuada de la fórmula o el tipo de alimentación sin afectación del estado nutricional del niño, y se conoce como constipación funcional.

Dependiendo del tipo de alimentación será el tránsito intestinal con movimiento del mismo y expulsión de las heces, el niño que toma exclusivamente seno materno puede evacuar de una a nueve veces por día, generalmente posterior a la toma de leche, sus evacuaciones serán amarillas líquidas y ruidosas, pero pueden pasar dos días sin evacuar, solo pujando. Los niños que reciben fórmula pueden evacuar de forma más consistente, es decir más pastoso e incluso con grumos de leche con mayor esfuerzo y es común que solo evacuen una vez por día.

Cuando empiezan a recibir alimentos como frutas y verduras también pueden estreñirse en forma temporal, mientras se adaptan al cambio de consistencia de alimentación, pasando a la papilla por lo cual es importante enseñarles a tomar agua.

Siempre se debe revisar a los niños que no tengan lesiones o fisuras a nivel del ano por que con los esfuerzos o la estimulación repetida con supositorios se pueden formar grietas en el ano que generan dolor al esfuerzo con mayor dificultad para evacuar.

Todos los lactantes deben acudir a revisión y consulta por lo menos una vez por mes durante su primer año de vida con su médico pediatra, para que les explique a los padres el cuidado en la alimentación y desarrollo psicomotor y para que se detecte si el estreñimiento es solo es un evento transitorio por inmadurez o existe un factor de riesgo para determinar si hay una enfermedad como causa del mismo.

