

¿Qué es el intestino neurogénico? Por qué es necesario un programa de control de esfínteres. **Recomendaciones para recuperar su vida, su trabajo y a su familia.**

Una lesión neurológica también puede afectar otras partes del tubo gastrointestinal, como el estómago y el intestino delgado, pero esta hoja de información se enfocará en el intestino grueso, también conocido como colon.

¿Qué es el intestino neurogénico?

El intestino neurógeno es la afección que ocurre cuando un daño o lesión en la médula espinal interrumpe la comunicación entre el cerebro y el intestino grueso, lo que provoca problemas con las evacuaciones. Esto puede suceder a causa de una lesión en la médula espinal (*spinal cord injury*, SCI), de la espina bífida o de otras afecciones neurológicas.

El intestino neurogénico hace que los músculos en el intestino funcionen con menos eficacia, lo que puede afectar a la motilidad (movimiento de las heces en el colon), la sensibilidad (presión que se siente cuando las heces deben excretarse o expulsarse) y la continencia (control de la expulsión de la materia fecal).

Los síntomas pueden incluir:

- Estreñimiento.
- Diarrea.
- Pérdida de control de las evacuaciones (accidentes).
- Distensión abdominal.
- Necesidad frecuente de defecar (sensación de que los intestinos no están completamente vacíos acompañada de la necesidad de seguir haciendo esfuerzo o “empujando”).

El intestino neurogénico no sólo puede ocasionar síntomas relacionados con el intestino, cuando no se controla bien, los efectos secundarios pueden incluir:

- Lesiones en la piel, úlceras por presión, fisuras anales y hemorroides.
- Incremento de la espasticidad y del dolor neuropático.
- Aumento de la incontinencia urinaria y de las infecciones en las vías urinarias.
- Disreflexia autonómica (para las personas que viven con una lesión medular que están en riesgo).
- Funcionamiento inadecuado de la derivación ventriculoperitoneal (VP) (para pacientes con derivaciones para controlar la hidrocefalia). Un colon lleno puede afectar a la eficacia de una derivación para realizar el drenado adecuado en la cavidad abdominal.

Los síntomas que provoca el intestino neurogénico también pueden representar dificultades sociales y afectar a la calidad de vida, por ejemplo, en las siguientes formas:

- Aislamiento social para evitar la vergüenza debido a la incontinencia.
- Inasistencia a la escuela/trabajo.
- Ansiedad de que pueda pasar algún accidente en cualquier momento.

¿Qué es el control de esfínteres?

Un programa de control de esfínteres es un plan estructurado e individualizado que se diseña para establecer horarios para evacuar, prevenir la incontinencia y evitar el estreñimiento o la retención fecal.

Los planes se individualizan según el estilo de vida, las preferencias, necesidades y metas de cada persona. Algunos ejemplos de las prioridades que un paciente puede tener son: tener deposiciones a la misma hora todos los días, ser independiente a la hora de usar medicamentos o colocarse un supositorio, invertir no más de una hora por día en el programa de control de esfínteres, llevar a cabo el programa cada dos días, etc.

Las técnicas de control de esfínteres incluyen horarios establecidos, dieta balanceada (que incluye suficiente fibra), hidratación adecuada, medicamentos orales, medicamentos rectales/estimulación rectal, entre otras. Trabaje con el proveedor para elaborar un plan que sea seguro y eficaz para usted.

Para obtener más información sobre estrategias específicas consulte la sección “Opciones para el control de esfínteres”.

¿Cuándo se debe iniciar un programa de control de esfínteres?

Es importante ser proactivo para iniciar un programa de control de esfínteres a fin de evitar y controlar los síntomas mencionados anteriormente.

- En el caso de afecciones neurológicas adquiridas, como una lesión en la médula espinal, inicie lo antes posible (en unos días) después de que ocurra la lesión.
- En el caso de la espina bífida y de otras afecciones neurológicas congénitas, debe comenzar a abordar el tema del control de esfínteres desde el nacimiento e iniciar un plan de continencia alrededor de la misma edad en que niños sin alteraciones neurológicas inician el entrenamiento para ir al baño.

Es esencial trabajar con un proveedor de atención médica que entienda y trate el intestino neurogénico. Es posible que encuentre proveedores expertos en gastroenterología, urología, medicina física y rehabilitación (*physical medicine and rehabilitation*, PM&R), cirugía colorrectal o con otras especialidades después de una lesión de la médula espinal, pero siempre pregunte al proveedor si tiene experiencia específicamente en el intestino neurogénico.

El inicio de un programa de control de esfínteres puede significar un reto. Las personas y los cuidadores deben dedicar tiempo a su programa de manera regular, además de muchas otras tareas de cuidado personal, lo que algunas veces contribuye al desgaste del paciente/cuidador. La administración de medicamentos y colocación de dispositivos por el recto requiere cierta destreza manual. Es posible que algunas personas requieran ayuda o dispositivos de adaptación para estos casos.

Las personas que no cuentan con un cuidador o proveedor de atención médica constante que les brinde apoyo pueden enfrentar limitaciones para determinar qué programas funcionan para ellas. Un programa de control de esfínteres puede incluir conversaciones con el médico o con terapeutas para resolver problemas.

¿Cómo se ajustan los programas de control de esfínteres?

Con frecuencia, resulta necesario ajustar los programas de control de esfínteres cuando una persona inicia un programa (luego de la lesión) o según va creciendo. Si su programa de control de esfínteres ya no le da resultados constantes, es demasiado prolongado o ha tenido nuevos accidentes intestinales, es momento de ajustar su programa de control de esfínteres. Para ayudarlo a identificar patrones y problemas, lleve un diario intestinal. Registre el momento, la frecuencia y el tiempo que tarda en evacuar, la regularidad, los medicamentos usados, los alimentos que comió, si fue un accidente o fue voluntario, etc. Comuníquese con frecuencia con el proveedor durante la elaboración y modificación de un programa de control de esfínteres hasta alcanzar el objetivo.

Según las preferencias del proveedor y de los sistemas establecidos por las instituciones, estas revisiones podrían hacerse a través de un portal en línea para el paciente, mensajes por teléfono, telemedicina o visitas en persona.

Al actualizar un programa de control de esfínteres, es importante cambiar una parte a la vez. Por ejemplo, si una persona decide que quiere tomar medicamentos para reblandecer la materia fecal, no debe cambiar la hora del día en el programa. Esto dificulta saber si el cambio resulta útil o no.

Recursos

Protocolo de control de esfínteres durante la vida de personas con espina bífida realizado por Spina Bífida Association
SpinaBífidaAssociation.org/Lifespan-Bowel-Protocolo de control

MSKTC: Recursos sobre la función de control de esfínteres:
MSKTC.org/sci/sci-topics/Managing-Bowel-Function