

El Parkinson causa estreñimiento?

El estreñimiento es común en la enfermedad de Parkinson. Esta causado por que el intestino se enlentece.

¿Cuáles son las causas del estreñimiento?

Puede que el Parkinson no sea la única razón de su estreñimiento, hay muchas causas que pueden ser investigadas por su médico. Aquí están algunas de las los factores que pueden provocar estreñimiento:

- 1) la falta de ejercicio
- 2) la falta de fibra en la dieta
- 3) algunos medicamentos
- 4) hipotiroidismo
- 5) el cáncer
- 6) la insuficiencia renal

¿Cómo puedo manejar el estreñimiento?

Ejercicio :

Puede ser tan simple como caminar quince minutos al día,.

Debe establecer metas para como caminar varias veces al día.

Dieta saludable:

Algunos puntos importantes en relación con la dieta son:

- comer a horas regulares
- No saltarse ninguna comida
- Tener hábitos que ayudan a mantener la evacuación intestinal en aproximadamente la misma hora todos los días es útil
- La inclusión de fibra en su dieta que se encuentra en pan integral, la avena, varios cereales, frutas, pasta y arroz también son buenas fuentes de fibra. El trigo y el salvado pueden interferir con el metabolismo de la Levodopa

Líquidos:

• Aumento de la ingesta de líquidos. Se recomienda que beba alrededor de 4 - 8 vasos de líquidos cada día. El agua es la mejor opción, pero otros fluidos,

tales como el té y zumo de ciruelas son buenos también.

- Bebidas calientes pueden tener un efecto laxante, pero son más eficaces cuando se toman por la mañana.

Si necesito medicamentos para aliviar el estreñimiento, cuales son recomendados?

Fibyrax y Metamucil son dos laxantes que trabajan incrementando el volumen de las heces.

Algunos otros tratamientos incluyen suavizantes de heces, como el jarabe de lactulosa y tambien supositorios de glicerina, actúan como un ablandador de heces

Si usted tiene estreñimiento prolongado puede que tenga que utilizar enemas. Estos son de acción rápida y por lo general inducen evacuaciones múltiples.

Si es necesario, puede utilizar los diferentes métodos al mismo tiempo. Sin embargo, consulte con su farmacéutico acerca de cuáles serian las mejores para usted. Si estas medidas no

le alivian su estreñimiento, tiene que buscar el asesoramiento de su médico.

Consulte con su médico antes de solicitar esta información.

This information should not be used as a substitute of medical advice of your physician.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN DEL PARKINSON



www.parkinsonseducation.org

World Parkinson's Education Program

Toronto, Canada

Copyrights © 2008. World Parkinson's Education Program. Copying without any changes in the content of this document is permitted.

PROGRAMA DE EDUCACIÓN DEL PARKINSON



www.parkinsonseducation.org

World Parkinson's Education Program

Toronto, Canada

Preguntas más frecuentes acerca de,
La enfermedad de Parkinson

enfermedad de Parkinson Y

ESTREÑIMIENTO

4

Español/ Spanish

Parkinson's disease and Constipation

A. Q. Rana, MD, FRCPC
Neurólogo

World Parkinson's Education Program

Toronto, Canada

PROGRAMA DE EDUCACIÓN DEL PARKINSON



www.parkinsonseducation.org

*Those who fight Parkinson's with knowledge
always find solutions – Dr. Rana*