



## Encopresis



### ¿Qué es la encopresis?

La encopresis o incontinencia fecal es el escape continuo y repetido de heces que se produce en un niño mayor de cuatro años en lugares no apropiados para ello, ocasionando frecuentemente el manchado de la ropa interior. Esto provoca muchas veces falta de autoestima y problemas psicológicos. Se supone que la padecen el 4% de los niños.

### ¿Cuáles son las causas?

La causa más frecuente es el estreñimiento de larga duración, lo que se conoce como incontinencia fecal retentiva. La retención de heces provoca dilatación en la parte final del intestino y disminución de la sensación de ganas de defecar, lo que aumenta aún más la dilatación. Finalmente, la distensión del músculo que controla la defecación (esfínter anal externo) provoca el escape involuntario de las heces. Rara vez se produce en ausencia de estreñimiento, se llama entonces incontinencia fecal no retentiva, y su causa no está clara, pero parece ser que podría estar asociada a trastornos psicológicos y de conducta. Todavía más raro es que se deba a un problema de debilidad de las paredes del intestino.

### ¿Qué se puede hacer?

Si el niño ensucia la ropa interior de forma continua no se deben tener conductas represivas, tampoco regañarle, ni amenazarle. Es mejor consultar con el pediatra.

### ¿Cuándo se debe consultar?

Se debe de consultar siempre que el niño tenga más de cuatro años de edad, realice deposiciones en lugares que no estén destinados para ello o ensucie la ropa interior con heces de forma continua. La mayoría de las veces existen antecedentes de estreñimiento de larga evolución, con heces duras, sangrado rectal y dolor abdominal intermitente y con la defecación.

### ¿Cómo se trata?

El tratamiento debe estar supervisado por un pediatra. Primeramente se intenta vaciar las heces retenidas al final del intestino, esto se suele hacer con medicinas por vía oral llamadas laxantes, aunque algunas veces hay que recurrir a medicamentos aplicados por vía rectal (enemas). Una vez vaciado el intestino, se deben tomar laxantes durante un periodo variable de tiempo hasta que se defeque con normalidad. Es importante que el niño se alimente con una dieta equilibrada con la toma habitual de frutas, verduras y mucho agua. Todo esto se debe acompañar con medidas de educación intestinal como sentarse diez minutos en el inodoro después de las comidas, que puede completarse con un refuerzo positivo mediante una recompensa si el niño consigue hacer caca.

Con estas medidas el pronóstico es bueno y la mayoría de los niños están curados en un periodo que varía entre seis meses y dos años. Si el tratamiento no da resultado o el niño tuviera problemas de conducta, lo más probable es que el pediatra le aconseje que acuda al psicólogo para que valore otros tratamientos.

## ¿Cómo se puede prevenir?

- No hay que intentar que los niños controlen la defecación a edades muy tempranas (menores de dos años).
- Armarse de paciencia si el niño no controla la defecación. No castigar ni amenazar.
- Recomendar al niño que tome una dieta equilibrada con frutas, verduras y agua en abundancia.
- Favorecer la educación intestinal, recomendando que se siente diariamente durante unos minutos en el inodoro tras la comida del medio día o a la hora de la merienda o cuando sea, pero intentando convertirlo en un hábito.
- Hacer ejercicio todos los días es beneficioso.

Artículo publicado el 27-1-2014, revisado por última vez el 4-7-2019

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/encopresis>