

INCONTINÊNCIA FECAL

A incontinência fecal é a incapacidade de controlar a eliminação de fezes e/ou gases e expelí-los em hora ou local inapropriados. Ocasionalmente pode se apresentar como a eliminação involuntária de líquidos intestinais que sujam a roupa íntima. É muito mais freqüente do que se imagina e geralmente as pessoas tem dificuldade de procurar o médico para falar do problema.

A continência depende de vários fatores como: consistência das fezes (é comum em um surto diarréico a pessoa ficar sem controle); a integridade muscular do esfíncter (músculo que fecha o ânus); a capacidade retal; e a integridade do sistema nervoso local e central. As principais causas em adultos são: trauma obstétrico no parto, cirurgias colorretais, radioterapia e trauma local.

A avaliação diagnostica passa pela realização de consulta e exame de endoscopia baixa para afastar inflamações, fístulas, más formações e tumores. Outros exames podem ser necessários para se avaliar mais apropriadamente outras causas, como por exemplo, a ressonância magnética.

Se necessário solicitaremos tais exames. O tratamento em alguns casos é cirúrgico e procederemos à indicação para tal. Mais freqüentemente o tratamento é clínico e envolve medicações e alguns cuidados. Abaixo sugerimos os cuidados básicos que irão lhe ajudar:

- A diarréia piora muito a incontinência e portanto deve ser evitada. Nunca usar laxativos ou alimentos que possam promover diarréia (ricos em gordura ou alto teor de fibra)
- Procure fazer sua higiene com sabonete líquido (FisoHex ou similar) e evite o uso de papel enxugando com toalha ou toalha umedecida (ex. babywipes)
- Use absovente para melhorar a higiene evitando a irritação crônica gerada pelo líquido intestinal na pele