

Laxantes

Los laxantes son sustancias que se utilizan para aliviar el [estreñimiento](#) y facilitar la evacuación intestinal. Actúan aumentando el movimiento del intestino, ablandando las heces o incrementando su volumen, lo que facilita su expulsión. Los laxantes pueden ser medicamentos de venta libre o prescritos, y también pueden encontrarse en forma de suplementos o productos naturales.

Tipos de Laxantes

1. Laxantes Formadores de Masa:

1. Descripción:

1. Contienen fibras que absorben agua y aumentan el volumen de las heces.
2. Estimulan el peristaltismo intestinal al distender las paredes del colon.

2. Ejemplos:

1. Psyllium (Plantago ovata), metilcelulosa, policarbófilo cálcico.

3. Uso:

1. Recomendados para el estreñimiento crónico.
2. Necesitan una ingesta adecuada de agua para ser efectivos.

2. Laxantes Osmóticos:

1. Descripción:

1. Retienen agua en el intestino, ablandando las heces y aumentando su volumen.

2. Ejemplos:

1. Lactulosa, lactitol, polietilenglicol (PEG), sales de magnesio (hidróxido de magnesio).

3. Uso:

1. Útiles en el estreñimiento ocasional y en preparación para procedimientos médicos.
2. Pueden tardar de 24 a 48 horas en hacer efecto.

3. Laxantes Estimulantes:

1. Descripción:

1. Estimulan directamente las terminaciones nerviosas del colon, aumentando el peristaltismo.

2. Ejemplos:

1. Bisacodilo, senósidos (sen), picosulfato de sodio.

3. Uso:

1. Indicados para el estreñimiento agudo.
2. Su uso prolongado no es recomendado debido al riesgo de dependencia y pérdida de función normal del colon.

4. Laxantes Emolientes (Ablandadores de Heces):

1. Descripción:

1. Disminuyen la tensión superficial de las heces, permitiendo que el agua y las grasas las ablanden.

2. Ejemplos:

1. Docusato de sodio.

3. Uso:

1. Útiles en situaciones donde se debe evitar el esfuerzo al defecar, como después de una cirugía o en presencia de hemorroides.

5. Laxantes Lubricantes:**1. Descripción:**

1. Facilitan el paso de las heces al recubrirlas y al revestir la mucosa intestinal.

2. Ejemplos:

1. Aceite mineral.

3. Uso:

1. No se recomiendan para uso prolongado debido al riesgo de aspiración pulmonar y disminución de la absorción de vitaminas liposolubles.

6. Laxantes Salinos:**1. Descripción:**

1. Aumentan la presión osmótica en el intestino, atrayendo agua y estimulando el peristaltismo.

2. Ejemplos:

1. Sulfato de magnesio (sal de Epsom), fosfato de sodio.

3. Uso:

1. Utilizados en preparación para procedimientos diagnósticos o quirúrgicos.

—

Indicaciones de Uso**- Estreñimiento Ocasional:**

1. Alivio temporal en casos de tránsito intestinal lento.

- Preparación para Procedimientos Médicos:

1. Limpieza del intestino antes de colonoscopias u otras exploraciones.

- Condiciones Médicas Específicas:

1. Hemorroides, fisuras anales, donde se debe evitar el esfuerzo durante la defecación.

- Tras Cirugías o Partos:

1. Facilitar la evacuación sin causar tensión en heridas recientes.

—

Precauciones y Advertencias**- Uso Prolongado:**

1. El uso crónico de laxantes, especialmente los estimulantes, puede llevar a dependencia y pérdida de la función normal del colon.

- Deshidratación y Desequilibrios Electrolíticos:

1. Algunos laxantes pueden causar pérdida excesiva de agua y electrolitos, como sodio y potasio.

- **Interacciones Medicamentosas:**

1. Los laxantes pueden afectar la absorción de otros medicamentos.

- **Contraindicaciones:**

1. Obstrucción intestinal, enfermedades inflamatorias intestinales agudas, apendicitis, dolor abdominal de origen desconocido.

- **Embarazo y Lactancia:**

1. Se debe consultar al médico antes de utilizar laxantes durante el embarazo o la lactancia.

—

Efectos Secundarios Potenciales

- **Dolor Abdominal o Cólicos. - Náuseas o Vómitos. - Diarrea. - Flatulencia. - Reacciones Alérgicas:**

1. En casos raros, puede ocurrir urticaria, erupciones cutáneas o dificultad para respirar.

—

Recomendaciones para un Uso Seguro

- **Consultar al Profesional de la Salud:**

1. Antes de iniciar el uso de laxantes, especialmente si el estreñimiento es persistente.

- **Seguir las Instrucciones de Dosificación:**

1. No exceder la dosis recomendada ni la duración del tratamiento.

- **Hidratación Adecuada:**

1. Beber suficiente agua durante el uso de laxantes, especialmente los formadores de masa y osmóticos.

- **Combinar con Cambios en el Estilo de Vida:**

1. Aumentar la ingesta de fibra en la dieta, realizar actividad física regular y establecer hábitos defecatorios regulares.

- **Evitar el Uso Conjunto de Múltiples Laxantes:**

1. A menos que sea bajo supervisión médica.

—

Alternativas al Uso de Laxantes

- **Dieta Rica en Fibra:**

1. Consumir frutas, verduras, cereales integrales y legumbres.

- Hidratación Adecuada:

1. Beber al menos 1.5-2 litros de agua al día.

- Actividad Física Regular:

1. Ejercicio moderado para estimular el tránsito intestinal.

- Establecer Rutinas Defecatorias:

1. Intentar evacuar a la misma hora cada día, preferiblemente después de las comidas.

- Probióticos:

1. Pueden ayudar a equilibrar la flora intestinal y mejorar la función digestiva.

—

Cuándo Consultar a un Profesional de la Salud

- Estreñimiento Persistente:

1. Si los síntomas persisten por más de una semana a pesar del uso de laxantes.

- Dolor Abdominal Severo:

1. Especialmente si está acompañado de fiebre o vómitos.

- Sangrado Rectal o Presencia de Sangre en las Heces. - Pérdida de Peso Inexplicable. - Cambios Súbitos en los Hábitos Intestinales.

—

Conclusión

Los laxantes pueden ser una herramienta útil para el alivio del estreñimiento y la preparación de procedimientos médicos. Sin embargo, es importante utilizarlos de manera responsable y bajo la orientación de un profesional de la salud. Adoptar hábitos de vida saludables y abordar las causas subyacentes del estreñimiento es fundamental para mantener una función intestinal óptima.

From:

<https://neurocirugiacontemporanea.es/wiki/> - **Neurocirugía Contemporánea**
ISSN 1988-2661

Permanent link:

<https://neurocirugiacontemporanea.es/wiki/doku.php?id=laxante>

Last update: **2025/05/04 00:04**

