

Estimulación digital

(Digital stimulation)



¿Qué es la estimulación digital?

La estimulación digital es una manera de ayudar a su hijo a tener una evacuación intestinal (heces). Se llama también *dig stim*. Esta se usa con frecuencia después de una lesión en la médula espinal u otro problema que afecte la médula espinal.

Después de una lesión de la médula espinal:

- Los mensajes que normalmente se envían a través de las vías nerviosas entre el recto (la parte inferior del colon) y el cerebro no funcionan.
- El cerebro no recibe el mensaje indicando que el recto está lleno y que es hora de ir al baño.
- Es posible que los músculos del recto no puedan abrirse y cerrarse normalmente. Esto significa que no se puede evacuar de manera normal.

NOTA DE SEGURIDAD: Si su hijo tiene una lesión de médula espinal **por encima del nivel T6:**

- La estimulación digital puede causar una enfermedad grave llamada disreflexia autónoma (*hiperreflexia*) que puede poner en peligro la vida.
- Conozca los signos y el tratamiento de esta enfermedad **antes** de empezar la estimulación digital. Pida al equipo de atención la página educativa para pacientes y familias titulada: Disreflexia autónoma (“*Autonomic Dysreflexia*”).

¿Qué materiales necesito?

Usted necesitará los siguientes elementos:

- Guantes desechables o dediles (fundas para los dedos)
- Toalla o almohadilla
- Papel higiénico
- Lubricante soluble en agua como gel KY o Surgilube
- Toallita de baño o toallas de papel
- Agua y jabón
- Dilatador (“dil stick”), si se necesita

¿Qué pasos debo seguir para realizar la estimulación digital?

Los pasos para la estimulación digital incluyen:

1. Lávese bien las manos con agua tibia y jabón por al menos 20 segundos. Asegúrese que sus uñas estén limpias y cortas.
2. Haga que su hijo se siente en el inodoro, en un inodoro portátil o en un asiento especial de inodoro. Si su hijo debe permanecer en la cama, haga que se acueste sobre su lado izquierdo con las piernas bien dobladas.
3. Póngase el guante o el dedil. Tal vez quiera ponerse dos guantes o dos dediles.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Estimulación digital, continuación

4. Ponga lubricante en el dedo o en el dilatador “*dil stick*”. No use jalea de petrolato o vaselina (Vaseline).
5. Introduzca suavemente el dedo o el dilatador “*dil stick*”) en el recto, solamente hasta pasar el anillo de músculo que mantiene cerrado el recto. Este músculo se llama el esfínter anal.
6. Mueva su dedo o el dilatador “*dil stick*” suavemente, en círculos, hasta que el músculo se relaje y aparezcan las heces. Deje que las heces salgan del recto. Esto puede tomar de 1 a 3 minutos.
7. Pregunte al médico de su hijo cuánto debe durar la estimulación digital. Igualmente, pregúntele cuántas veces la puede repetir en su hijo.
8. Lave la piel de su hijo con agua tibia y jabón. Si usó un dilatador “*dil stick*,” lávelo con agua tibia y jabón.
9. Tire el guante (o dedil), y lávese bien las manos otra vez.

Si su hijo tiene la edad suficiente, y puede alcanzar el recto, puede aprender a hacer la estimulación digital por sí mismo.

¿Qué más puedo hacer si mi hijo no puede evacuar las heces?

- Haga que su hijo puje suavemente y tosa, emita un gruñido o respire profundamente.
- Hágale masajes en el estómago, del lado derecho al izquierdo, y hacia abajo por el lado izquierdo del niño.
- Use un supositorio si el médico de su hijo lo indica.
- Extraiga manualmente las heces si el médico de su hijo lo indica.

¿Qué es un supositorio?

Un supositorio es un medicamento que se introduce en el recto y ayuda a su hijo a ir al baño.

- Pregunte al médico si puede probar un supositorio.
- Mantenga los supositorios en el refrigerador hasta que sea el momento de usarlos. Déjelos a temperatura ambiente antes de usarlos.
- Retire la envoltura de aluminio. Ponga un poco de lubricante soluble sobre el supositorio antes de usarlo.

¿Qué es la extracción manual de las heces?

Este es un método para sacar las heces del recto cuidadosamente con la mano. Tal vez deba hacer esto cuando las heces se endurezcan demasiado o se compactan mucho en el recto. Pregunte al médico de su hijo si puede extraer las heces de forma manual antes de hacerlo.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.

Estimulación digital, continuación

¿Cómo le puedo ayudar a mi hijo a ir de cuerpo normalmente?

Para asegurarse de que su hijo tenga evacuaciones intestinales regulares, es necesario seguir un buen programa de educación intestinal. Algunos consejos generales para un programa de educación intestinal incluyen:

- Haga la estimulación digital como se lo indique el médico. La mayoría de las veces esto se hace 1 vez al día o una vez cada tercer día.
- Haga la estimulación digital a la misma hora cada día para así “entrenar” al intestino a evacuar regularmente.
- Haga la estimulación digital 30 minutos después de una comida o alimentación. Esto ayuda a mover las heces por los intestinos hasta el recto.
- Si es posible, haga que su hijo use el inodoro o un inodoro portátil. El sentarse derecho ayuda a que la gravedad mueva las heces por los intestinos hacia el recto. Evite el uso de bacinillas o cuñas.
- Haga que su hijo consuma una dieta balanceada, rica en fibra y muchos líquidos, según indique el médico. Esto ayuda a mantener las heces suaves y bien formadas.
- Mantenga al hijo lo más activo posible. Esto ayuda a que los intestinos se mantengan funcionando bien.

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su hijo si:

- No puede evacuar por más de 2 o 3 días, a pesar de haber usado estimulación digital y supositorios.
- Las heces son mucho más suaves o duras que de costumbre.
- Tiene más gases que lo normal.
- Tiene fugas de materia fecal o accidentes antes o después de cada sesión de estimulación digital.
- Le sangra el recto.

Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.

En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.