

### ¿Qué son los enemas?

Los enemas son un tipo de medicamento que se administran por el recto (nalgas) para ayudar a que su hijo defaque.



### ¿Cómo debo dar un enema preempacado?

1. Reúna los suministros necesarios.
  - Botella de enema preempacado.
  - Agua tibia o lubricante soluble en agua (tal como KY Jelly, Surgilube u otras marcas).
2. Lávese bien las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.
3. Para facilitar la aplicación:
  - Haga que su **bebé o niño** pequeño se acueste boca abajo con las rodillas flexionadas por debajo de su pancita o colóquelo boca abajo sobre su regazo.
  - Pida a su hijo que se acueste sobre su lado izquierdo y que flexione una o ambas piernas hacia su pancita.
  - Deje que su hijo **adolescente** se aplique el enema por sí solo, si prefiere.
4. Quítele la tapa a la punta del enema.
5. Ponga un poco de agua tibia o lubricante soluble (tal como KY Jelly, Surgilube u otras marcas) en la punta del enema para facilitar la inserción. **No use** vaselina.
6. Inserte la punta del enema suavemente y con cuidado, dirigiendo la punta hacia el ombligo.
  - Introdúzcalo justo hasta pasar el esfínter anal (el músculo situado dentro del recto). Este generalmente se encuentra como a 1 pulgada del recto en los bebés y niños pequeños, y como a unas 1.5 o 2 pulgadas en los niños mayores.
  - Si no puede ponerlo con facilidad, no lo fuerce.
7. Aplique el enema lentamente apretando la botella plástica. Es posible que quede una pequeña cantidad de líquido en la botella.
8. Dígale a su hijo que sentirá ganas de hacer fuerza para ir al baño. Él debe retener el líquido del enema por los menos entre 5 minutos y 10 minutos.

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

# Enemas, continuación

---

- Entre más tiempo retenga el líquido del enema, más se ablandarán las heces y funcionará mejor.
  - Es posible que tenga que mantenerle apretadas las nalgas después de aplicar el enema.
9. Después de mantener el líquido del enema por el tiempo indicado:
    - Póngale un pañal
    - Ponga a su hijo más grande en el inodoro infantil
    - Permita que su hijo más grande o adolescente vaya al inodoro
  10. Después, límpiela la piel según sea necesario.
  11. Lávese bien las manos otra vez.

## ¿Cómo debo dar un enema de bolsa?

1. Reúna los suministros.
  - Solución salina normal
  - Otros ingredientes (solo si lo indicó el médico)
  - Almohadilla o toalla gruesa
  - Agua tibia o lubricante soluble (tal como KY Jelly, Surgilube u otras marcas)
  - Jeringa (solo si lo indicó el médico)
2. Lávese bien las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.
3. Mezcle la solución salina normal y los demás ingredientes según sea necesario para la bolsa de enema según indicó el médico.
4. Quite la tapa del enema. Permita que el líquido de la bolsa de enema llene el tubo hasta el final; luego, sujete o doble el tubo. Cuelgue la bolsa de 12 a 18 pulgadas por encima de su hijo.
5. Para que sea más fácil administrar el enema:
  - Haga que su **bebé o niño pequeño** se acueste boca abajo con las rodillas flexionadas por debajo de su pancita o colóquelo boca abajo sobre su regazo.
  - Pida a su **hijo pequeño** que se acueste sobre su lado izquierdo y que flexione una o ambas piernas hacia su pancita.
  - Deje que su hijo **adolescente** se aplique el enema por sí solo, si prefiere.
6. Coloque una almohadilla o una toalla gruesa debajo de su hijo.
7. Coloque agua tibia o lubricante soluble en agua (tal como KY Jelly, Surgilube u otras marcas) en la punta del enema para facilitar la inserción. No use vaselina.
8. Inserte la punta del enema despacio y con cuidado, apuntando la punta hacia el ombligo.
  - Insértelo justo hasta pasar el esfínter anal (el músculo situado dentro del recto). Este generalmente se encuentra como a 1 pulgada del recto en los bebés y niños pequeños, y como a unas 1.5 o 2 pulgadas en los niños mayores.
  - Si no puede ponerlo con facilidad, no lo fuerce.
  - **Nota:** si está usando un enema de gran volumen con un catéter, use una jeringa para llenar el balón del catéter con 30 o 50 mililitros (ml) de aire según indicó el médico. Esto ayudará a mantener el catéter en el recto mientras fluye el líquido.
9. Deje que el líquido del enema fluya lentamente. No apriete la bolsa.
10. Dígale a su hijo que sentirá ganas de hacer fuerza para ir al baño. Él debe retener el líquido del enema por los menos entre 5 y 10 minutos.
  - Entre más tiempo retenga el líquido del enema, más se ablandarán las heces y funcionará mejor.

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

# Enemas, continuación

---

- Es posible que tenga que mantenerle cerradas las nalgas después de aplicar el enema.
11. Después de mantener el líquido del enema por el tiempo indicado:
    - Nota: si está usando un enema de gran volumen con un catéter, use una jeringa para desinflar el balón del catéter.
    - Póngale un pañal a su hijo.
    - Ponga a su hijo pequeño en el inodoro infantil.
    - Permita que su hijo más grande o adolescente vaya al inodoro.
    - Es posible que su hijo deba sentarse en el inodoro durante 30-45 minutos para eliminar completamente las heces.
  12. Límpieme la piel, según sea necesario.
  13. Lávese bien las manos otra vez.
  14. Si está usando una bolsa de enema reutilizable, lave la bolsa con agua tibia y jabón después de cada uso.

## ¿Cómo puedo ayudar a calmar a mi hijo?

- Dígale a su hijo que necesita el medicamento para sentirse mejor.
- Dígale que el enema no tardará mucho tiempo.
- Si su hijo no puede quedarse quieto, pídale a alguien que lo sostenga con suavidad.
- Trate de tranquilizarlo mientras le hace el enema.
- Dígale que respire profundo y despacio.
- Haga el enema en una habitación tranquila y retirada del resto de la familia para proteger su privacidad. Cúbralo con una toalla o sábana de manera que sólo se le pueda ver el ano (apertura por donde salen las heces).
- Distráigalo con cuentos, canciones, videos o masajes en la espalda.
- Elógielo por haber cooperado.
- Reconfórtelo al terminar.

## ¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame al médico de su niño si ocurre lo siguiente:

- No defeca después de ponerle el enema.
- Le sale agua de color café después del enema.
- No puede ir al baño sin usar un enema o tomar laxante con regularidad.
  - Esto podría no ser un motivo para llamar al médico si su hijo tiene una malformación pélvica y anorectal.
  - Consulte con el médico de su hijo si tiene preguntas.
- Vomita o tiene un dolor en la pancita que no se alivia después del enema.
- Tiene sangre en las heces

Llame también si tiene alguna pregunta o preocupación sobre cómo se ve o se siente su hijo.

**Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su hijo 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.**