

# IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN SANITARIA Y REHABILITACIÓN EN LA INCONTINENCIA FECAL

Autora: Alejandra Galdeano Rico

Coautora: M<sup>a</sup> Del Mar Martinez Lentisco

## INTRODUCCIÓN:

La incontinencia fecal (IF) es un síntoma incapacitante y frecuente cuya prevalencia puede variar entre 5%-15% de la población general, afectando de manera importante a la calidad de vida de los pacientes.

## OBJETIVO:

Realizar una revisión sistemática de la evidencia científica existente en la rehabilitación de la IF.

## METODOLOGÍA:

Búsqueda bibliográfica de artículos científicos publicados, tanto en inglés como en castellano, en los últimos 5 años, en las bases de datos de salud de Pubmed, Medline, UpToDate, Scopus, PEDro, Trip Database y Cochrane Plus Library, utilizando los descriptores "fecal incontinence", "rehabilitation", "health education" "efficacy", "effectiveness" y "therapy". Se seleccionaron 9 artículos destacados por metodología aceptable y relevancia con el objetivo propuesto.

## RESULTADOS

El entrenamiento de la musculatura del suelo pélvico es eficaz para el entrenamiento de la discriminación volumen rectal. El biofeedback (BF) se utiliza si hay evidencia manométrica de debilidad del esfínter anal externo y si disminución de la capacidad de percibir la distensión rectal, debido a la lesión del nervio. El tratamiento más efectivo y seguro es electroestimulación (EE) con corrientes alternas de frecuencia media más BF. Múltiples estudios demuestran mejora de la IF tras estimulación del nervio tibial posterior (ENTP). Se deben realizar cambios en los hábitos dietéticos para conseguir buena motilidad intestinal y correcta consistencia de las heces (grado de recomendación B), y técnicas conductuales para reflejo gastrocólico, postura correcta y hábito horario.

## CONCLUSIONES

El BF mejora la fuerza que se requiere para la continencia, la capacidad de percibir la distensión rectal y la coordinación de los componentes sensoriales. Existe suficiente evidencia sobre la eficacia de BF más EE combinada en el tratamiento de la IF. Existen mejoras significativas en la reducción de episodios de IF semanales con ENTP. Es fundamental la educación sanitaria en los hábitos dietéticos correctos y en terapias conductuales.