



LA STIPSI

La stipsi (o stitichezza), cioè l'evacuazione difficoltosa e poco frequente (meno di 3 volte a settimana) di feci di consistenza aumentata è un disturbo fastidioso, frequente in tutte le età della vita.

Un lattante allattato al seno difficilmente manifesta stipsi, anzi spesso evacua feci morbide ad ogni poppata. Talvolta però possono passare anche 48 ore tra una evacuazione e l'altra ma se le feci sono morbide, la situazione è da considerarsi nella norma. Anche un lattante nutrito artificialmente solitamente non è stitico, è necessario però che la quantità di liquidi (e nelle età successive anche di fibre) sia adeguata.

Un neonato che soffre di stipsi ostinata deve essere valutato dal Pediatra perchè raramente la causa potrebbe essere una malattia (morbo di Hirschsprung, ipotiroidismo, stenosi anale).

Il primo consiglio da dare a un neonato che ha difficoltà ad evacuare è quello di provare a stimolare delicatamente con un sondino l'ano del piccolo, spesso è sufficiente questa manovra non invasiva per far scattare il riflesso della defecazione. Se però le feci non vengono emesse per 2-3 giorni è consigliabile l'utilizzo di un microclisma pediatrico o nei bambini più grandicelli una supposta di glicerina.

Nell'età dello svezzamento la stipsi può manifestarsi per errori alimentari: quantità ridotte di liquidi e di fibre negli alimenti possono causare un riassorbimento di acqua nel colon che causa la formazione di feci dure e voluminose.

Anche l'abbandono del pannolino può innescare la stipsi.

Una piccola ragade anale può causare dolore nel momento del passaggio delle feci e l'esperienza dolorosa porta il bambino a trattenere le feci e a rifiutarsi di defecare, peggiorando così la situazione.

Qualunque sia la causa la costipazione tende a perpetuarsi da sola: feci dure e voluminose diventano difficili e anche dolorose da eliminare, così si crea nuova ritenzione; il circolo vizioso che si stabilisce può portare alla formazione nell'ultimo tratto dell'intestino di grandi quantità di feci dure (fecaloma) che a volte è necessario rimuovere manualmente.

Quando si forma un fecaloma piccole quantità di feci semiliquide possono essere comunque emesse (simulando una diarrea) ma il colon si dilata e la sua parete si assottiglia e perde di tono muscolare, causando la cronicizzazione del problema.

Dopo i sei mesi di vita se i consigli alimentari (liquidi in quantità corrette, assunzione di frutta e verdura) non risolvono il problema, è bene farsi consigliare dal Pediatra un prodotto a base di Macrogol (in polvere o in bustine). Questo lassativo osmotico che non viene assorbito, agisce richiamando acqua e elettroliti nell'intestino provocando così un rammollimento delle feci che possono poi essere più facilmente eliminate. Il Macrogol può essere usato sotto controllo medico anche per periodi abbastanza lunghi, in modo che il bambino perda il ricordo del dolore provato con la defecazione e ristabilisca un ritmo normale.

Altri consigli importanti in caso di stipsi di un bambino sono fargli fare movimento e sport per favorire la motilità intestinale, cercare di dare regolarità (per esempio mettendolo sul vasino tutti i giorni a una certa ora), posizionarlo accovacciato sul vasino e se sul vaso non tocca terra con i piedi mettergli un panchetto sotto i piedi.