

Tratamiento de la encopresis desde la medicina natural y tradicional

Treatment of Encopresis From Natural and Traditional Medicine Perspective

Conrado Ronaliet Álvarez Borges^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-7395-6853>

Ivianka Linares Batista¹ <https://orcid.org/0000-0002-5969-6626>

Cira Delia Alfonso Musurli¹ <https://orcid.org/0000-0001-8955-3880>

¹Universidad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus, Facultad de Ciencias Médicas de Sancti Spíritus Dr. Faustino Pérez Hernández. Sancti Spíritus, Cuba.

*Autor para la correspondencia: conradoronaliyet@gmail.com

RESUMEN

La encopresis se define como la emisión repetida de heces, ya sea involuntaria o voluntaria, en lugares inapropiados por un niño de 4 o más años de edad, cronológica y mental. Es un trastorno común que afecta de uno a tres niños mayores de cuatro años. El estudio tiene como objetivo proponer una terapéutica integral para el manejo de la encopresis desde las modalidades de la medicina natural y tradicional. Se realizó una búsqueda documental y bibliográfica en las bases de datos Medline, PudMed, Elseiver y SciELO. Se utilizaron los descriptores encopresis, estreñimiento, terapéutica, medicina natural y tradicional. El período de revisión abarcó desde noviembre de 2021 hasta febrero de 2022, en los idiomas español e inglés. En la bibliografía analizada, la encopresis es un trastorno monosintomático frecuente en edades pediátricas. En culturas occidentales lo padecen alrededor del 5 % de los niños de 4 años de edad. Según la medicina natural y tradicional, esta enfermedad tiene una estrecha relación con órganos internos como los pulmones, bazo, estómago y los riñones. Se definen cinco tipos de estreñimiento causados por

el viento, el Qi (energía vital), la humedad, el frío y el calor. La encopresis es un trastorno frecuente en edades pediátricas, de difícil manejo y causante de malestar psicológico en los infantes y sus padres. Se evidencia un arsenal terapéutico desde la medicina natural y tradicional en varias de sus modalidades.

Palabras clave: encopresis; estreñimiento; terapéutica; medicina natural y tradicional.

ABSTRACT

Encopresis is defined as the repeated emission of stool, either involuntary or voluntary, in inappropriate places by a child of chronologically and mentally 4 or more years of age. It is a common disorder affecting one to three children over four years of age. The study aims to propose an integral therapy for the management of encopresis from natural and traditional medicine modalities. A documentary and bibliographic search was carried out in the Medline, PudMed, Elseiver and SciELO databases. The descriptors encopresis, constipation, therapeutics, natural and traditional medicine were used. The review period covered from November 2021 to February 2022, in Spanish and English languages. In the literature reviewed, encopresis is a common monosymptomatic disorder in pediatric ages. In Western cultures, it affects about 5 % of 4-year-old children. According to natural and traditional medicine, this disease has a close relationship with internal organs such as the lungs, spleen, stomach and kidneys. Five types of constipation caused by wind, Qi (vital energy), dampness, cold and heat are defined. Encopresis is a frequent disorder in pediatric ages, difficult to manage and causing psychological discomfort in infants and their parents. There is evidence of a therapeutic arsenal from natural and traditional medicine.

Keywords: encopresis; constipation; therapeutics; natural and traditional medicine.

Recibido: 22/03/2022

Aceptado: 10/12/2022

Introducción

La encopresis se define como la emisión repetida de heces, ya sea involuntaria o voluntaria, en lugares inapropiados por un niño de 4 o más años de edad, cronológica y mental. Es un trastorno común que afecta de uno a tres niños mayores de cuatro años.⁽¹⁾ Estudios realizados en España exponen una incidencia de los trastornos de eliminación en la etapa escolar del 2 al 20 %, el control del esfínter rectal se adquiere progresivamente con la edad.⁽²⁾ Apuntes de psiquiatras cubanos reflejan el componente hereditario de la enfermedad, siendo más frecuente en el sexo masculino.⁽³⁾ En las culturas occidentales lo padecen alrededor del 5 % de los niños de 4 años de edad. El riesgo relativo en niños es de 3 a 6 veces superior a partir de esta edad, siendo más frecuentes estos episodios durante el día. La encopresis no se asocia con la clase social, el orden del nacimiento o el tamaño familiar.⁽⁴⁾ El trastorno puede ser la continuidad de una incontinencia fisiológica infantil, que aparece después de haber adquirido el control de los esfínteres, o la deposición deliberada de heces en lugares no adecuados, aun cuando exista control sobre los esfínteres.⁽⁵⁾

Según la medicina natural y tradicional, esta enfermedad tiene una estrecha relación con órganos internos como los pulmones, bazo, estómago y los riñones. Se definen cinco tipos de estreñimiento causados por el viento, el *Qi* o flujo de energía vital, la humedad, el frío y el calor. En el *Tang Xi Shin Fa* se expresa que esta entidad nosológica se debe a la afectación por el calor, el viento en el estómago e intestinos y la insuficiencia de *Qi*, sangre y líquidos orgánicos.⁽⁶⁾

Los pulmones y el intestino grueso son órganos-víscera en estrecha relación. La alteración del descenso energético o la insuficiencia energética de los pulmones repercute directamente en la funcionalidad del intestino grueso y su capacidad de evacuación: lentitud del peristaltismo o bloqueo intestinal, lo cual causa estreñimiento.

Los desequilibrios emocionales como la ansiedad y el estrés perjudican la energía del bazo y su función de metabolización de líquidos, lo que provoca sequedad en el intestino.⁽⁷⁾

El estudio tiene como objetivo proponer una terapéutica integral para el manejo de la encopresis desde las modalidades de la medicina natural y tradicional.

Métodos

Se realizó una búsqueda documental y bibliográfica en las bases de datos Medline, PudMed, Elseiver y SciELO. Se utilizaron los descriptores encopresis, estreñimiento, terapéutica, medicina natural y tradicional. El período de revisión abarcó desde noviembre de 2021 hasta febrero 2022, en los idiomas español e inglés. Se identificaron como fuentes de información primaria los artículos originales y artículos de revisión. Se seleccionaron 29 bibliografías, de ellas, el 86% actualizadas.

Tratamiento y análisis de los síndromes de estreñimiento

La acumulación de calor en los intestinos y el estómago en personas con exceso de yang puede aumentar la sequedad y el calor en el interior del cuerpo. En la infancia, la alimentación artificial, picante, grasosa y de sabor fuerte es causante de calor, el cual no se elimina completamente y una parte se queda en los intestinos y el estómago. El calor que se queda consume y perjudica los líquidos corporales y provoca sequedad y aspereza intestinal, de tal modo aparece el estreñimiento por calor causante de la encopresis.^(8,9,10)

El estancamiento del *Qi* puede ser provocado por excesiva melancolía, preocupación, mal estado de las emociones o posición sentada por largo tiempo sin movimiento. La adherencia intestinal, causada por traumas u operaciones quirúrgicas, también puede provocar la perturbación de la función del *Qi* en el intestino grueso, el cual no funcionará bien en el transporte y la defecación.

La insuficiencia del *Qi*, el *Xue* (sangre) y los líquidos corporales aparece cuando el bazo y el estómago son perjudicados por la dieta y la fatiga, lo que causa su deficiencia e insuficiencia. La población infantil con un *Shengi* (energía vital) débil debido a una enfermedad grave, causa que el *Qi* del intestino grueso no tenga fuerza en su transporte; la deficiencia de *Xue* y los líquidos corporales trae como resultado que el tracto intestinal no pueda ser humedecido, por lo que son más secos y ásperos.^(8,12,13)

Según la medicina natural y tradicional, el estreñimiento se puede clasificar, atendiendo a sus causas y síntomas clínicos, en dos tipos: el de deficiencia y el de exceso. Generalmente el estreñimiento de exceso ocurre de forma brusca, dura corto tiempo y los tratamientos producen efecto con más facilidad a pesar de que los síntomas son graves. El estreñimiento de deficiencia ocurre de forma paulatina, dura largo tiempo y los tratamientos producen efecto con menos facilidad, pese a que los síntomas son ligeros.

El estreñimiento de exceso por sequedad y calor se caracteriza por el excremento duro y seco, el intervalo entre una defecación y otra se prolonga y defeca con dificultad.

El estancamiento de *Qi* se caracteriza por no poder defecar con facilidad, a pesar de que el individuo siente la necesidad de hacerlo, el excremento puede o no ser seco y duro.⁽¹⁴⁾ El estreñimiento por deficiencia de *Qi* se caracteriza por mucho esfuerzo y carencia de fuerza para defecar, a pesar de presentar el individuo esta necesidad fisiológica.

El estreñimiento por deficiencia de sangre se caracteriza por deposiciones de frecuencia normal con excremento seco y en forma de bolita y mucha dificultad para deponer.

El estreñimiento por deficiencia del yang no es seco, pero el individuo defeca con dificultad y carece de fuerza.^(8,13,15)

Síndrome de estreñimiento de exceso

- Estreñimiento por calor

- Síntomas principales. El excremento es muy seco, sensación seca y amarga en la boca, aftas bucales, lengua y cara enrojecidas, sensación de calor en el cuerpo, sensación de llenura en la región del estómago y el abdomen, saburra amarilla o amarilla y seca, pulso resbaladizo y rápido.
- Método de tratamiento. Eliminar el calor a través de la purgación y desobstaculizando los órganos *Fu* (órganos internos).

Si el exceso de calor perjudica los líquidos corporales de forma muy notable, se observará una fuerte sensación de sequedad en boca y lengua, por lo que se debe eliminar el calor y humedecer los intestinos.^(8,10,11,12,14)

– Estreñimiento por estancamiento de *Qi*

- Síntomas principales: El excremento puede o no ser seco, depuesto con bastante dificultad, a pesar de que el individuo tenga esa necesidad fisiológica. El estreñimiento se agrava con el mal estado emocional. Se puede presentar eructo frecuente, sensación sofocante y de llenura en la región del hipocondrio; también dolor abdominal o dolor que se alivia después de la expulsión de gases; necesidad de respirar profundamente. Además, lengua roja, saburra delgada y grasosa y pulso de cuerda.
- Método de tratamiento: Regular la circulación del *Qi* y eliminar su estancamiento.^(8,10,11,12,14)

Síndrome de estreñimiento por deficiencia

– Estreñimiento de deficiencia de *Qi*

- Síntomas principales: El excremento es seco. El individuo no tiene suficiente fuerza para defecar y requiere de mucho esfuerzo a pesar de tener la necesidad fisiológica. El paciente presenta cara amarillenta, lengua pálida,

falta de aire, sudor espontáneo, fatiga después de la deposición, saburra delgada y blanca, pulso débil y cansancio espiritual.

- Método de tratamiento: Tonificar el bazo y el Qi.

Modalidades terapéuticas

Desde la medicina natural y tradicional y sus modalidades terapéuticas se pueden tratar las causas directas de la encopresis como el estreñimiento y los trastornos emocionales en los niños. El profesional médico, primeramente, tiene que descartar la causa orgánica atribuible a esta enfermedad.^(8,12,13) Dentro del tratamiento psicoeducativo se utilizan las técnicas siguientes:

- Modificación de la conducta. Esta implica la evaluación de las circunstancias ambientales y fisiológicas que anteceden a la deposición y su modificación para que puedan llegar a producirse en una rutina continuada y satisfactoria.^(16,17,18)
- Entrenamiento y psicoeducación para padres. Esta implica educar a padres o tutores en el cómo actuar ante las situaciones que se generen.^(17,18)
- Psicoterapia para los problemas emocionales asociados. Esta implica el tratamiento de la ansiedad, la fobia a la defecación, la baja autoestima y los posibles sentimientos de culpa y vergüenza generados a raíz del problema.^(16, 17,18)

Dentro del tratamiento naturista se pueden emplear varias modalidades y su combinación resulta ser muy eficaz. Existen zonas perfectamente localizables sobre el cuerpo humano con funciones específicas, de orden reflexológico, que permiten corroborar el diagnóstico.

- Acupuntura. La acupuntura consiste en la inserción de agujas muy finas en la piel en puntos estratégicos del cuerpo. Es un componente clave de la medicina natural y tradicional que se utiliza con frecuencia para tratar variadas desarmonías energéticas.^(19,20)

- Tratamiento para el síndrome de exceso: Se trabajan los puntos *He Gu* (IG4), *Qu Chi* (IG11), *Da Heng* (bazo 15) y *Shang Ju Xu* (estómago 37).
En el estreñimiento por calor se trabaja más el *Da Chang Shu* (vejiga 25) y en el estreñimiento por estancamiento de *Qi* se trabaja más el *Tai Chong* (hígado 3).
- Tratamiento para el síndrome de deficiencia: Se trabajan los puntos *Pi Shu* (vejiga 20), *Zu San Li* (estómago 36) y *Sang Yin Jiao* (bazo 6).
En el estreñimiento por la deficiencia de *Qi*, se trabaja más el *Qi Hai* (ren 6); por la deficiencia de yang se trabaja más la moxibustión en el *Shen Que* (ren 8); por la deficiencia de yin, se trabaja más el *Tai Xi* (riñón 3) y por la deficiencia de sangre se trabaja más el *Zhao Hai* (riñón 6) y *Shen Mai* (vejiga 62).
- Microsistema de la oreja: La auriculoterapia o auriculopuntura constituye una técnica de tratamiento basada en diversas manipulaciones del pabellón auricular o de la oreja. Mediante diferentes técnicas y procedimientos se logra un efecto sanogénico y curativo en el organismo. La medicina natural y tradicional acude siempre a la estimulación de determinados puntos auriculares para corregir la desarmonía, teniendo en cuenta la anatomía de la oreja y los puntos principales y de los sistemas, un buen examen auricular y los materiales que se van a utilizar (las agujas de acupuntura, imanes, semillas y otros).^(21,22)

Esquema de tratamiento para la encopresis

La atención a los pacientes con encopresis abarcará el trabajo sobre un conjunto de puntos en el cuerpo humano atendiendo a la particularidad de cada uno. De este modo, la constipación se trabaja debajo del punto útero; el intestino grueso, en el tercio anterior de la parte superior de la raíz del hélix; el recto, al final del hélice encima de la incisura supratrágica a nivel del intestino grueso; el subcórte, en la parte superior de la cara interna del antitrago; el simpático, en la unión de la raíz inferior del antihélix y el borde interno del hélix; y, el triple recalentador, en la porción inferior de la concha a nivel de la mitad superior de la incisura intertrágica. Los

estímulos son fuertes o medios y se dejarán las agujas de 30 a 60 min. También se pueden usar semillas durante un mes, cambiar semanalmente y estimular 5 veces al día, 30 segundos en cada punto.

– Masaje tuina. Está conformado por un conjunto de maniobras que realiza el terapeuta sobre zonas específicas del cuerpo humano a fin de regular el estado fisiopatológico del organismo y controlar las eliminaciones anormales del cuerpo que son causa directa de la encopresis, pudiéndose tratar esta enfermedad.^(8,23,24,25)

- Tratamiento en los puntos de las regiones del tórax y el abdomen

- *Qi* de ombligo, energía vital (VC8)

Localización. Se encuentra en el ombligo.

Operación. Se usa la punta del dedo del medio o la raíz de la palma, para sobar el ombligo (sobamiento de *Qi*). También se pueden usar los dedos pulgar e índice o medio para tomar y amasar el ombligo. Se soba de 100 a 200 veces y si se amasa, será durante 5 min.

Tanto la manipulación de sobar como de amasar el ombligo tienen la función de calentar el yang, dispersar el frío, tonificar la sangre y la energía, fortalecer el bazo, transformar los alimentos y eliminar las obstrucciones. Además, permite armonizar el ombligo, ya que es por donde penetra la sangre y la energía en la época de feto (mar de sangre o *Xue Hai*). Es un tratamiento aplicado para combatir las diarreas, la constipación y el dolor abdominal, entre otros. En la práctica clínica se combina con la manipulación de amasamiento de abdomen, empuje hacia arriba de *Qi Jie Gu* y sobamiento de *Gu Wei*, lo cual es muy efectivo en el tratamiento de las diarreas.^(8, 23,24,25)

- *Tian Shu* (E25)

Localización. Se encuentra a 2 cm por fuera del ombligo.

Operación. Se usa la manipulación de sobamiento y se realizará de 50 a 100 veces. Este es el punto *Mu* del intestino grueso, por lo cual se favorece el

drenaje y regulación del intestino, regula el *Qi* y elimina el éxtasis. Por lo general, se aplica en la gastroenteritis aguda y crónica, en síntomas causados por trastornos gastrointestinales como diarreas, vómitos, ingesta, constipación, etc. En la práctica clínica este punto se usa al unísono con el punto *Qi* pudiendo usar el dedo medio para presionar el ombligo, mientras que con el índice y el anular colocados a ambos lados sobre el punto *Tian Shu*, se realiza al mismo tiempo la manipulación de sobamiento.^(8,23,24,25)

- Tratamiento en los puntos de las regiones de la espalda y la cintura

- *Shen Shu* (V23)

Localización. Se encuentra a 1,5 cm por fuera del borde inferior de la espina de la 2.^a vértebra lumbar.

Operación. Se usa la manipulación de sobamiento de 50 a 100 veces. Se soba el punto *Shen Shu*, lo cual nutre al yin, fortalece el yang y tonifica el *Yang Qi* del riñón. Por lo general, se aplica cuando hay un vacío de riñón que produce diarreas o constipación por deficiencia del yin, o debilidad de miembros inferiores. Esta manipulación se combina a menudo con el sobamiento de *Zhong Wan*, el cual permite tonificar el canal del bazo y empuje de *San Guan*.^(8, 23,24,25)

- *Ji Shu*

Localización. Es una línea recta que va desde el punto *Da Zhui* hasta el punto *Shang*.

Operación. Se usan los dedos índice y medio para empujar en línea recta de arriba hacia abajo (empuje de *Ji*). Otro método utilizado es pellizcar de abajo hacia arriba (*Nei Ji*), lo que permite conservar la salud del niño y se realiza de 3 a 5 veces, se comienza desde la parte más baja donde la piel se pueda tomar. Cada 3 pellizcos se realizan uno más fuerte donde se levanta más la piel. Antes de realizar el *Nei Ji* primeramente se realiza presión y amasamiento de manera ligera a lo largo de toda la espalda para relajar la musculatura. Cuando se realiza la manipulación de empuje hacia abajo, se hace de 100 a 300 veces y el pellizcamiento de 3 a 5 veces. La línea *Ji Shu*

guarda estrecha relación con el *Du Mai* ayudando a promover la actividad de la columna y su relación con el cerebro y el riñón. El *Du Mai* comanda la energía yang y conserva el *Qi* congénito verdadero.

Aplicar la manipulación de abajo hacia arriba puede regular el equilibrio entre el yin y el yang, regular el *Qi* y la sangre, armonizar la función de los órganos *Zhang-Fu*, comunicar los canales y calentar y fortalecer el *Yoanqí*, y se revitaliza con esto la actividad funcional de todo el organismo, por lo que es una manipulación fundamental para el mantenimiento de la salud del niño (menores de 6 años de edad). Empujar el *Ji* de arriba hacia abajo puede dispersar el calor y a menudo se combina con la manipulación de *Tia He Shu* y de *Liu Fu* (limpiar *Tian He Shui* y retirar el calor, respectivamente) y el empuje sobre el *Yong Quan*. Este método es para la fiebre y los síntomas de humedad. Estas maniobras de empujar, retirar y limpiar son maniobras de dispersión.^(8, 23, 24,25)

○ *Qi Jie Gu*

Localización. Es una línea que se distribuye desde la 4.^a vértebra lumbar hasta la punta del cóccix.

Operación. Se usa la yema del dedo pulgar, por su lado radial, y los dedos índice y medio para empujar en línea recta de abajo hacia arriba y viceversa, de 100 a 300 veces.

La tonificación y dispersión de este lugar depende de la dirección en que se realice: de arriba hacia abajo se dispersa (por ejemplo, para síntomas de humedad) de abajo hacia arriba se tonifica.

Empujar el *Qi Jie Gu* hacia arriba tiene la función de calentar el yang y detener la diarrea, se aplica, por lo general, en la diarrea por vacío y frío del abdomen o diarreas crónicas. En la práctica se usa a menudo combinado con la presión y sobamiento de *Bai Hui* y sobamiento de *Dan Tian* para el tratar la deficiencia de *Qí* y el colapso de este, que puede provocar prolapso rectal, enuresis, etc. En los síndromes de calor y exceso no es recomendable el uso de esta manipulación ya que puede producir iatrogenia. El empuje de

Qi Jie Gu hacia abajo puede dispersar el calor y movilizar las heces, es muy utilizado en síndromes de constipación por calor en los intestinos y disentería. Si hay diarreas por frío o deficiencia debe evitarse el uso de esta manipulación.^(8,23,24,25)

- *Gui Wei* (VG1)

Localización. En la punta del hueso cóccix.

Operación. Se usa la yema del dedo pulgar o medio para realizar el sobamiento sobre el punto de 10 a 300 veces. Este punto guarda relación con el punto *Du 1*, por lo que al sobarlo se regula y comunica el *Dumai* y se regula el funcionamiento del intestino grueso. Es un punto de carácter armonizador que puede detener la diarrea o tener un efecto laxante si se gira contrario o a favor de las manecillas del reloj. Cuando se combina con sobamiento del ombligo, el empuje de *Qi Jie Gu* puede tratar la diarrea y la constipación siempre con la manipulación correspondiente.^(8,23,24,25)

- Trofoterapia

Esta modalidad consiste en elaborar un régimen de alimentación agradable, placentero al paladar y a la vista, que no implique restricciones o imposiciones rígidas que sean motivo de incomodidad o cambios emocionales negativos, ni que generen molestias o inconvenientes al resto de los que conviven con cada persona. Esta modalidad es capaz de conseguir todos los objetivos sin provocar efectos adversos.^(26,27,28)

- Frutas de naturaleza fresca

- Dulces y ácidas. Fresa, mandarina, manzana, naranja dulce, pera, melocotón, acerola, parcha o maracuyá, guinda, kiwi, mamoncillo y tamarindo.

Propiedades terapéuticas comunes. Regulan y armonizan el hígado, eliminan el calor tóxico, lubrican el pulmón, generan líquidos, fortalecen el bazo, neutralizan y eliminan las toxinas y favorecen la disipación del calor.^(26,27,28)

- Ácidas. Limón, lima y naranja agria.

Propiedades terapéuticas comunes. Regulan la generación de líquidos y benefician el yin, disipan el calor, armonizan y regulan el *Qi*, benefician el hígado y armonizan el estómago.

- Frutas de naturaleza fría

- Dulces. Banana (plátano fruta), caña de azúcar, melón de castilla y sandía.

Propiedades terapéuticas comunes. Tonifican el *Qi* y el *Xue*, disipan el calor, benefician al yin, lubrican los intestinos, neutralizan y favorecen la eliminación de las toxinas, benefician el descenso del *Qi*, refrescan la sangre y favorecen el control del viento interno.^(26,27,28)

- Dulces y ácidas. Carambola (fruta estrella), mango, moras, mamey, chirimoya, guanábana y anón.

Propiedades terapéuticas comunes. Tonifican el *Qi* y el *Xue*, disipan el calor, regulan y armonizan el yin, generan líquidos, favorecen la eliminación del fuego tóxico y de la humedad-calor, neutralizan y eliminan las toxinas y favorecen la eliminación de líquidos.^(26,27,28)

- Vegetales de naturaleza fresca

- Dulce. Acelga, espinaca y pepino.

Propiedades terapéuticas comunes. Penetran en los meridianos *P*, *Ig*, *E* y *B*, tonifican el *Qi* y el *Xue*, sedan el yang y contribuyen a eliminar el calor hemostático.

- Dulce y amargo. Apio, perejil, espárrago y lechuga.

Propiedades terapéuticas comunes. Tonifican el *Qi* y el *Xue*, disipan el calor, eliminan la humedad, tonifican el yin, lubrican la sequedad, despejan los pulmones, sedan el fuego y promueven la diuresis.^(26,27,28)

- Dulce y ácido. Tomate.

Propiedades terapéuticas: Tonifica el *Qi* y el *Xue*, disipa el calor, regula y armoniza el yin, genera líquidos, alivia la sed, fortalece el estómago y favorece la digestión.

- Ácido. Verdolaga.

Propiedades terapéuticas. Promueve la circulación de la sangre y la diuresis, favorece la eliminación de las toxinas, es febrífugo, controla las secreciones anormales, elimina el calor tóxico y promueve la circulación de líquidos.^(26,27,28)

- Carnes de naturaleza neutra

- Dulce y salado. Cerdo, ostras, pato, sardina y tiburón.

Propiedades terapéuticas comunes. Tonifican el *Qi* y el *Xue*, lubrican la sequedad, regulan y armonizan el yin, nutren y tonifican la sangre, desobstruyen y favorecen la función de las vías del agua.^(26,27,28)

- Salado. Riñón de cerdo, jibia, calamar y sepia.

Propiedades terapéuticas comunes: Benefician, armonizan y regulan el riñón, lubrican la sequedad, facilitan la función de la vejiga, benefician la captación de *Qi* por el riñón.^(26,27,28)

- Dulce. Cordero, esturión, ganso (oca), bonito, atún, jurel, macarela, huevo de pollo, salmón, vacuno, hígado vacuno, arenque y carpa común.

Propiedades terapéuticas comunes. Tonifican el *Qi* y el *Xue*, disipan el calor, favorecen la humedad, armonizan y regulan el estómago, contribuyen a eliminar los estancamientos, tienen propiedades analgésicas, neutralizan y favorecen la eliminación de las toxinas, promueven el descenso del *Qi* de estómago, viabilizan las vías del agua y es galactogogo.^(26,27,28)

Medicina interna tradicional

En medicina interna tradicional pueden usarse una o varias plantas combinadas para hacer recetas y usarlas lo más natural posible, mientras que en medicina occidental se usa el principio activo de la planta para confeccionar el medicamento.⁽²⁸⁾

- Recetas simples

- Miel de abeja (5-10 ml), diluir con agua hervida y beber 2 o 3 veces al día. Sirve para el estreñimiento por la deficiencia de yin y sangre y el exceso de sequedad por calor.
 - Sésamo negro o ajonjolí negro (20-30 g), hervir con agua y beber una vez al día; también se pueden moler y diluir en agua, cada vez 10 g de polvo, beber 2 o 3 veces al día. Sirve para el estreñimiento de deficiencia.
- Hidrología
- En las colitis crónicas, colopatías consecutivas a la antibioterapia oral, diverticulosis sigmoideas, estreñimiento y atonías funcionales, entre otros procesos intestinales, las aguas bicarbonatadas mixtas dan buenos resultados. Aunque en general estas aguas suelen ser bien toleradas, es menos común el uso de la vía oral. Las aguas cloruradas, sulfatadas o bicarbonatadas se indican para las afecciones digestivas que cursen con hiposecreción e hipomotilidad, así como para procesos enterohepáticos y en determinados cuadros hepatobiliares a razón de 100 a 200 ml por toma, en ayunas, las que pueden repetirse 2 o 3 veces separadas por períodos de 10 a 15 minutos. En algunos casos se emplean una hora antes de las comidas.⁽²⁹⁾

Conclusiones

La encopresis es un trastorno de difícil manejo y frecuente en las edades pediátricas que causa malestar psicológico, tanto a infantes como a sus padres. El estreñimiento es una de sus principales causas. Se evidencia un arsenal terapéutico desde la medicina natural y tradicional para el tratamiento de este trastorno.

Referencias bibliográficas

1. Villaroel M. Encopresis Infantil: Abordaje en la Atención Primaria [contribución breve]. Pontificia Universidad Católica de Chile: Escuela de Medicina. 2017 [acceso

24/01/2021]. Disponible en: <https://medicina.uc.cl/publicacion/encopresis-infantil-abordaje-en-la-atencion-primaria/>

2. Bezos Saldaña L, Escribano Ceruelo E. Qué esconden los problemas del control de esfínter. Rev Pediatr Aten. 2012;56(14):317-21. DOI: [10.4321/S1139-76322012000500006](https://doi.org/10.4321/S1139-76322012000500006)

3. González Méndez R. Terapéutica Psiquiátrica Integral. Editorial Ciencias Médicas: La Habana. 2008 [acceso 24/01/2021]. Disponible en: <https://instituciones.sld.cu/psicosaludhabana/libros/>

4. Von Gontard A. Encopresis In: Rey JM, editor. IACAPAP Textbook of Child and Adolescent Mental Health. Ginebra, Suiza: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions. 2017 [acceso 04/08/2021]. Disponible en: <https://acortar.link/wZtvIA>

5. Castillo Ledo I, Ledo González HI, Ramos Barroso AA. Psicoterapia conductual en niños: estrategia terapéutica de primer orden. Norte de Salud Mental. 2012 [acceso 04/07/2021];10(43):30-6. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3969924>

6. Saz Pereiro P, Saz Tejero S, Tejero Lainez MC. Medicina naturista en pediatría. Universidad de Zaragoza. 2014 [acceso 04/08/2021];8(2):41-50 Disponible en: <https://acortar.link/9IACqY>

7. Kathi JK, Sunita V, Richard W. Uso de la medicina complementaria y alternativa en pediatría. Pediatrics. 2008 [acceso 04/07/2021];6(66):387-99. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-pediatrics-10-articulo-uso-medicina-complementaria-alternativa-pediatria-13131058>

8. Padilla Corral JI. Fisiopatología y tratamiento en medicina tradicional china. Beijing China: Escuela Nei Jing; 1983.

9. Neijing Suwen H. El médico que distingue el yin y el yang sabe mejorar la vida. Barcelona, España: Escuela de acupuntura y MTC; 2013 [acceso 04/07/2021]. Disponible en: <https://escuelaliping.com/wp-content/uploads/2013/10/Tema2.pdf>

10. Sparrt L. Dieta del yin yang. Navarra, España: Conasi blog. 2013 [acceso 04/07/2021]. Disponible en: <https://www.conasi.eu/blog/consejos-de-salud/dieta-del-yin-yang/>
11. Ping LI. Estancamiento de Qi. Barcelona, España: Escuela de acupuntura y MTC. 2018. [acceso 04/07/2021] Disponible en: <https://acortar.link/jjJ73e>
12. Valenzuela Bernal DM, Ángel Macías M, Avilés Lee S. Síndromes de dolor abdominal, estreñimiento y diarrea: un acercamiento hacia el síndrome de intestino irritable. Rev Int acupuntura. 2013 [acceso 04/07/2021];7(1):26-31 Disponible en: <https://acortar.link/Ui5fKK>
13. Pomarón C. Dietética en los síndromes de insuficiencia de bazo-estómago. Rev Int acupuntura. 2011 [acceso 04/07/2021];5(1):42-47. Disponible en: <https://acortar.link/d2CpOX>
14. Dalmau Santamaria I. Fundamentos teóricos para la práctica clínica de la acupuntura-medicina china. Rev Int acupuntura. 2018 [acceso 04/07/2021];4(12):126-32. Disponible en: <https://acortar.link/Q15AQT>
15. Insumed. Estudio avanzado del Estancamiento de Qi [blog]. España: Instituto Superior de Medicina Biológica. 2020 [acceso 04/07/2021] Disponible en: <https://insumed.es/blog/2020/02/11/estudio-avanzado-del-estancamiento-de-qi/>
16. Mateos Diego MA. Estreñimiento y Encopresis. Rev Pediatr Integ. 2019 [acceso 01/09/2020];23(8):417-25. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2019-12/estreñimiento-y-encopresis-2/>
17. Mota Barros A, Turner TL. Toilet training: methods, parental expectations and associated dysfunctions. Brasil, Rio de Janeiro: J Pediatría. 2008;84(1). DOI: [10.2223/JPED.1752](https://doi.org/10.2223/JPED.1752)
18. Hallin A. Niños y familia. Trastornos de la excreción: Enuresis y Encopresis. [blog] España, Málaga: Hallin Mental Care. 2020 [acceso 01/09/2020]. Disponible en: <https://www.hallinmentalcare.com/psicologia-ninos-familia/trastornos-de-la-excrecionenuresis-y-encopresis/>

19. Rodríguez Puente R. Tratamiento de la enuresis funcional con digitopuntura y terapéutica convencional. Estudio comparativo. Camagüey, Cuba: Policlínico Provincial de Especialidades Pediátricas. 1999 [acceso 01/09/2020];3(4). Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v3n4/amc160499.pdf>
20. Cobos Romana R. Acupuntura, electroacupuntura, moxibustión y técnicas relacionadas en el tratamiento del dolor. Rev. Soc. Esp. Madrid. 2013;20(5). DOI: [10.4321/S1134-80462013000500006](https://doi.org/10.4321/S1134-80462013000500006)
21. Cobas Pérez JL, Pupo Gutiérrez AL, Jacas García C, Cobas Pupo AL. Eficacia del microsistema de oreja en el diagnóstico de la litiasis vesicular. MEDISAN. 2010 [acceso 01/09/2020];14(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192010000200010
22. Wellness P. Auriculoterapia contra el estreñimiento. California, EE.UU: Palimeg; 2014 [acceso 01/09/2020]. Disponible en: <https://www.palimed.com/es/terapias-alternativas/auriculoterapia-contra-el-estreñimiento>
23. Centro Médico Massana. Los múltiples beneficios del masaje tuina. Tenerife, España: Centro Médico Massana. 2020 [acceso 01/09/2020] Disponible en: <https://centromedicomassana.es/novedades/los-multiples-beneficios-del-masaje-tuina/>
24. Lei Li. Efectos de la tuina pediátrica (masaje) sobre el estreñimiento y los síntomas relacionados entre los niños en la edad preescolar: un ensayo de control aleatorizado. Hong Kong, China: The University of Hong Kong. 2018 [acceso 01/09/2020]. Disponible en: <https://ichgcp.net/es/clinical-trials-registry/NCT03751267>
25. Escuela superior MTC. Tuina para el dolor de estómago. [Blog]. España. Escuela superior MTC. 2019 [acceso 04/07/2021] Disponible en: <https://www.esmtc.es/blog.php?entrada=189-tuina-para-dolor-estomago->
26. Sumarriva Bustinza L, Lauro Aliaga J. Naturopatía Terapias Complementarias Dietoterapia. España: Seguro Social de Salud; 2014. [acceso 04/07/2021]. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/12/876387/eficacia-de-la-trofoterapia-en-el-tratamiento-de-la-anemia-estu_SEJpadE.pdf

27. Botella Romero F, Alfaro Martínez J, Hernández López A, Lomas Menes A, Quílez Tobos R. Estrategias nutricionales ante el estreñimiento y la deshidratación en las personas mayores. *Nutrición Hospitalaria*. 2011 [acceso 01/09/2020];4(3):44-51 Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309226782003>
28. Álvarez Díaz TA, López Pellón H, Díaz Mastellari M, Miranda Leyva R, Carrero Figueroa M, García Valido PE, et al. Manual para la práctica de la medicina natural y tradicional. Editorial Ciencias Médicas: La Habana; 2014 [acceso 04/07/2021] Disponible en: <https://acortar.link/2LqLhr>
29. Ledesma Rosa R, Valcárcel Núñez JE, Heredia Guerra LF, Ortiz Ruiz R. Beneficios terapéuticos, económicos y sociales de la hidrología médica. *Rev cubana de Medicina Natural y Tradicional*. 2016 [acceso 04/07/2021];1(2). Disponible en: <https://revmnt.sld.cu/index.php/rmnt/article/view/38>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.