

#62 - TRATAMIENTO DE LA DISTENSIÓN ABDOMINAL Y CONSTIPACIÓN FUNCIONALES CON RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA Y AUTO MASAJE COLÓNICO

<https://doi.org/10.46613/congastro2023-62>

SQUELLA F¹, Cancino C², Guaricoto D², Mora D²

¹INDISA/UNIVERSIDAD ANDRES BELLO, Santiago, Chile ²CEDIF, Santiago, Chile

...

INTRODUCCIÓN: La distensión abdominal funcional(DAF)se presenta hasta en un 30% de la población y la constipación funcional (CF)en un 17% y algunos estudios han propuesto que su génesis sería una actividad no coordinada de la Pared Abdominal ,por lo que optimizando esta condición pudiera mejorarse tanto su sintomatología como los movimientos defecatorios .**OBJETIVO :** Evaluar la respuesta clínica de la respiración diafragmática en conjunto con el auto masaje colónico en la reducción de sintomatología de la DAF y CF. **MATERIAL Y MÉTODOS:** Se incluyeron Pacientes con DAF y CF según criterios de ROMA IV .Se inició dieta con 30 gr de fibra soluble, se suspendió todo tipo de medicamentos digestivos .Se realizó técnica de respiración diafragmática dos veces por día ,combinada con auto masaje colónico de 10 min de duración , según protocolo de la universidad de Michigan. Se comparó la disminución de la distensión , y la frecuencia defecatoria a los 30 días de tratamiento mediante el T test para muestras pareadas .**RESULTADOS:** Se incluyeron 100 pacientes , edad promedio 42 +- 4 años , 74 % sexo femenino . Se documentó disminución de la sensación de distensión abdominal en un 59 % en relación al basal con $P < 0.05$, y mejoría defecatoria en un 31 % de los movimientos defecatorios en relación al basal con $p < 0.05$. **CONCLUSION :**La respiración diafragmática combinada con el auto masaje colónico disminuye en forma significativa la sensación de distensión y frecuencia defecatoria en la distensión abdominal y constipación funcionales.