

Cosa s'intende per stitichezza?

La **stitichezza** o **stipsi** è un disturbo della defecazione consistente nella difficoltà di svuotare in tutto o in parte l'intestino dal contenuto fecale.

Perché è di frequente riscontro nei bambini con sindrome di Down?

La causa principale della stipsi nei bambini senza problemi tiroidei è la scarsa presenza di acqua nelle feci, spesso conseguente ad un ridotto apporto di fibre e liquidi. Nella SD due ulteriori fattori rivestono un ruolo importante: l'ipotonia muscolare e la ridotta motilità intestinale. Questi due fattori favoriscono la permanenza prolungata delle feci nel colon e quindi un maggior riassorbimento di acqua a questo livello.

Cosa bisogna fare?

Non sottovalutare casi di stitichezza ostinata. Talvolta può essere un sintomo di patologie come il reflusso gastroesofageo, l'ipotiroidismo o altre di interesse chirurgico

Impostare un corretto ed equilibrato regime alimentare e apporto di fibre (frutta e verdura). Bere molto: un bambino di 10 kg per esempio dovrebbe bere circa un litro d'acqua al dì.

Perché è importante gestire bene la stitichezza?

Per evitare complicanze: ragadi e fissurazioni rettali ed anali, indebolimento della muscolatura rettale e stiramento del retto, dolori addominali ricorrenti.