

Duphalac[®]

SUAVE ALIVIO AL ESTREÑIMIENTO



PARA BEBÉS, MADRES
Y FUTURAS MAMÁS¹

**TU EMBARAZO
TU BEBÉ Y EL
ESTREÑIMIENTO**

Por favor, consulta a tu profesional de salud si los síntomas persisten o empeoran.

ECU2326065

 **Abbott**

EL ESTREÑIMIENTO DURANTE EL EMBARAZO ES COMÚN.

No estás sola: hasta el 40% de todas las mujeres pueden sufrir síntomas en alguna etapa de su embarazo.²

Tampoco es raro que tu bebé sufra de estreñimiento, especialmente al cambiar de leche materna a un sustituto de leche.³

¿QUÉ PUEDE CAUSAR ESTREÑIMIENTO?

HAY MUCHAS RAZONES POR LAS QUE EL ESTREÑIMIENTO ES COMÚN DURANTE EL EMBARAZO.⁴

1. No consumir suficiente fibra en tu dieta.
2. No beber suficiente líquido.
3. Algunos suplementos tomados durante el embarazo, como las tabletas de hierro, pueden causar estreñimiento.
4. Los cambios en los niveles hormonales durante el embarazo pueden ralentizar el movimiento natural del intestino y reducir el contenido de agua de las heces, haciéndolas difíciles de evacuar.
5. La presencia del bebé en tu abdomen también puede aumentar la posibilidad de estreñimiento.²
6. La reducción del ejercicio o el “reposo en cama” pueden aumentar el riesgo de estreñimiento.

¿QUÉ PUEDE CAUSAR ESTREÑIMIENTO EN MI BEBÉ?

EL ESTREÑIMIENTO PUEDE AFECTAR HASTA AL 40% DE LOS BEBÉS.⁵

- Cambiar de leche materna a un sustituto de leche puede ser una causa común.³
- La fiebre, la diarrea y los vómitos pueden aumentar la pérdida de líquidos.³
- En niños mayores, no beber suficiente líquido y una dieta baja en fibra (comida chatarra) puede aumentar el riesgo de estreñimiento.⁶
- El estrés emocional y la retención voluntaria, donde por cualquier razón el niño ignora la necesidad natural de ir al baño.⁶



¿QUÉ ES EL ESTREÑIMIENTO?

El término ‘estreñimiento’ se refiere a cuando tienes dificultad para evacuar o si solo evacuas con poca frecuencia.⁷

Es reconfortante saber que en la mayoría de los casos el estreñimiento no es un trastorno grave.

El estreñimiento es más común durante el embarazo, lo que puede deberse a los efectos hormonales en tus intestinos y a los cambios físicos en tu cuerpo a medida que tu bebé crece en el útero.⁷

Puedes estar estreñida cuando tus heces se vuelven duras y más difíciles o dolorosas de evacuar y te vuelves menos regular de lo normal (menos de 3 evacuaciones por semana).²



CÓMO PUEDO ALIVIAR MI ESTREÑIMIENTO?

- Muchas mujeres embarazadas encuentran alivio del estreñimiento si aumentan la cantidad de fibra dietética y líquidos que consumen.⁷
- Aumenta la ingesta de líquidos a más de 8 vasos de agua al día y aumenta la cantidad de fibra consumida a 20-35g/día.⁴
- Realiza actividad física ligera para promover la función intestinal normal, pero evita el ejercicio extenuante.⁴

¿CAMBIAR MI RUTINA DIARIA SERÁ SUFICIENTE?

Si el estreñimiento persiste, los profesionales de la salud pueden aconsejar el uso de un tratamiento con efecto laxante², como la lactulosa, para ablandar las heces y ayudar a restaurar el movimiento normal.

La lactulosa es el ingrediente principal de Duphalac®. Funciona de manera suave y efectiva para aliviar los síntomas del estreñimiento⁸ y ayudar a que tú o tu bebé vuelvan a una digestión normal y saludable.



¿PUEDO TOMAR DUPHALAC® AUNQUE ESTÉ EMBARAZADA?

Sí. La acción suave y efectiva de la lactulosa⁸ ha sido bien documentada en más de 50 años de uso⁹, ya que no es absorbida por el cuerpo, no hay efectos tóxicos registrados¹⁰, por lo que es apropiada para:

- Mamás embarazadas¹
- Nuevas mamás¹
- Recién nacidos¹

¿PUEDO TOMAR DUPHALAC® DURANTE LA LACTANCIA?

Sí. Debido a que la lactulosa no es absorbida por tu cuerpo, Duphalac® puede tomarse durante la lactancia.¹

¿CON QUIÉN PUEDO HABLAR SI TENGO MÁS PREGUNTAS?

Si tienes alguna pregunta sobre tu estreñimiento, el de tu bebé, o sobre tu medicación puedes consultar a médico.

¿ES FÁCIL TOMAR DUPHALAC®?

Una solución lista para usar, a base de jarabe. Sin mezclas, sin desorden, sin agregar agua. La práctica taza medidora se puede usar para medir la dosis correcta.

DOSIS INICIAL DIARIA¹



ADULTOS

3 sachets o 45ml



NIÑOS DE 7 A 14 AÑOS

1 sachet o 15ml



NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS

5 a 10ml



NIÑOS MENORES A 1 AÑO

Hasta 5ml

DOSIS DE MANTENIMIENTO^{**}



ADULTOS

2 sachets o de 15 a 30ml



NIÑOS DE 7 A 14 AÑOS

1 sachet o de 10 a 15ml



NIÑOS DE 1 A 6 AÑOS

5 a 10ml



NIÑOS MENORES A 1 AÑO

Hasta 5ml

1.-Core Company Data Sheet. Lactulose. Abbott. September 2020.

Duphalac®

SUAVE ALIVIO AL ESTREÑIMIENTO



Referencias

1. Company Core Data Sheet. Lactulose. Abbott. January 2023. 2. Cullen G, O'Donoghue D. Constipation and pregnancy. Best Pract Res Clin Gastroenterol 2007; 21(5): 807-18. 3. Leung AK, Chan P, Cho H. Constipation in Children. Am Fam Physician 1996;54(2): 611-8. 4. Body C, Christie JA. Gastrointestinal Diseases in Pregnancy: Nausea, Vomiting, Hyperemesis Gravidarum, Gastroesophageal Reflux Disease, Constipation, and Diarrhea. Gastroenterol Clin N Am 2016; 45(2): 267-83. 5. Tabbers MM, Di Lorenzo C, Berger MY et al. Evaluation and Treatment of Functional Constipation in Infants and Children: Evidence-Based Recommendations From ESPGHAN and NASPGHAN. JPGN 2014; 58: 258-74. 6. Rajindrajith S, Devanarayana NM. Constipation in children: Novel Insight Into Epidemiology, Pathophysiology and Management. J Neurogastroenterol Motil 2011; (17): 35-47. 7. Trotter M, Erebara A, Bozzo P. Treating constipation during pregnancy. Canadian Family Physician 2012; 58(8): 836-8. 8. Hejl M, Kamper J, Ebbesen F et al. Infantile constipation and Allomin-lactulose. Treatment of constipation in infants fed with breast-milk substitutes. A controlled clinical investigation of 2% and 4% Allomin-lactulose. Ugeskr Laeger 1990; 152: 1819-22. 9. Pranami D, Sharma R, Pathak H. Lactulose: a prebiotic, laxative and detoxifying agent. Drugs Ther Perspect 2017; 33: 228-33. 10. Schumann C. Medical, nutritional and technological properties of lactulose. An update. Eur J Nutr 2002; 41(1): 17-25.

**Por favor consulta
a tu médico para
más información**