

Info salud

17 Febrero, 2016

Divertículos

LO QUE DEBES SABER

Se trata de una enfermedad del intestino grueso que pasa sin síntomas cuando no es complicada, pero que también puede llegar a ser muy grave en otros casos. Te explicamos en qué consiste y cómo tratarla.

por ABIGAIL CAMPOS

De qué hablamos

Los divertículos son unas pequeñas bolsas que se forman en las paredes del intestino grueso. Su existencia se llama diverticulosis, una enfermedad que tiene un curso asintomático: el 80 % de los pacientes no se quejan de nada ni tiene molestias de ningún tipo.

El problema llega cuando esos divertículos se inflaman porque en su interior se acumulan fragmentos de materia fecal que quedan endurecidos y erosionan la pared del intestino. Entonces las bacterias acaban por provocar una infección.

Cuándo aparecen

El principal factor de riesgo es la edad.

“Los divertículos son muy frecuentes a partir de los 60 años y casi el 80 % de la población de más de 80 años los tiene”, precisa la doctora Mileidis San Juan Acosta, especialista en Aparato Digestivo del Hospital Nuestra Señora de la Candelaria de Tenerife y miembro de la Sociedad Española de Patología Digestiva. El motivo de la aparición con la edad se desconoce porque no hay suficiente evidencia científica que acredite su origen. “Simplemente sabemos que sucede. Es cierto que con la edad disminuye un poco el calibre de las paredes del intestino, suele haber sedentarismo y cambios de peso y se sigue otra dieta”.

Los síntomas

La diverticulosis, es decir, la mera presencia de divertículos en el intestino, no tiene síntomas. De hecho, el diagnóstico muchas veces se produce por casualidad, porque se están realizando unas pruebas médicas por otro problema. Cuando aparece la infección (diverticulitis), también lo hacen los síntomas. “El paciente se queja de dolor en el lado izquierdo, con inflamación abdominal, con un

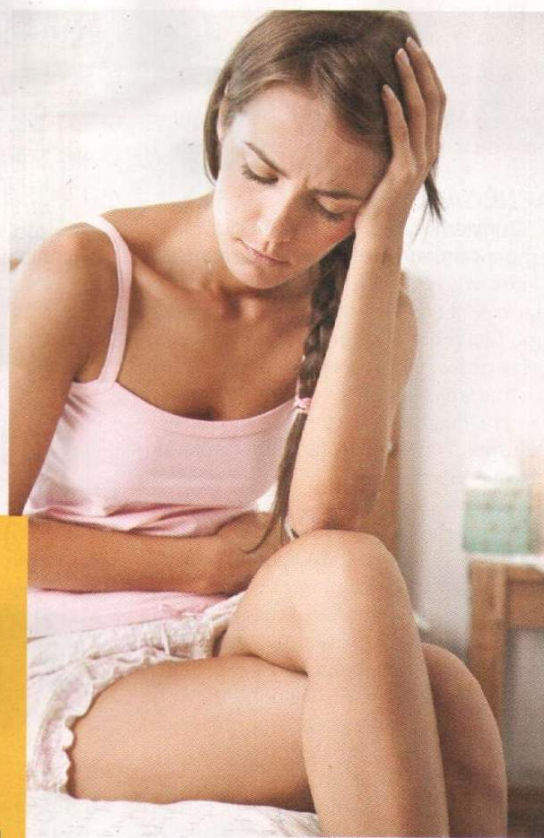
El experto

“ADAPTA TU DIETA”

Para evitar la inflamación de los divertículos y futuras complicaciones, lo más importante es que el paciente tenga buenos hábitos de vida. Hay que llevar una dieta rica en fibra, para que la presión en el interior del colon no aumente, y beber más agua para hidratar las heces y evitar que estén compactas. Los médicos también recomendamos suplementos de fibra para controlar el ritmo defecatorio. Los casos más complicados suelen ser los que se dan en los pacientes más jóvenes, en los menores de 40.

Dra. Mileidis San Juan

HOSPITAL NTRA. SRA. DE LA CANDELARIA (TENERIFE).



Son unas pequeñas bolsas que se forman en la pared del colon y que llegan a infectarse si acumulan heces

te debe guardar reposo en cama, con una dieta absoluta y, si hay obstrucción intestinal, con una sonda nasogástrica para descomprimir el intestino.

En estos casos hay que tener mucho cuidado para evitar que se produzca una perforación del divertículo con peritonitis, una infección grave del abdomen.

La cirugía

En los casos de peritonitis, cuando hay un absceso (infección de un área de tejido) o una fístula hacia otro órgano de la zona, hay que acudir a la cirugía: extirpar el segmento de colon afectado. Puede ser necesaria una colostomía temporal, es decir, sacar un extremo del colon por la pared del abdomen para que las deposiciones vayan a parar a una bolsa adherida al cuerpo que, con el tiempo, se retira. “Solo el 20 % de los casos de diverticulosis acaban en diverticulitis y, de ellos, únicamente el 20-30 % son graves”, apunta la experta. ■

cambio de ritmo intestinal, estreñimiento... A veces son síntomas parecidos a los del colon irritable”, detalla la doctora San Juan. También pueden aparecer fiebre, náuseas, vómitos y cansancio.

Cómo se trata

El tratamiento de la diverticulosis no complicada pasa por llevar una vida sana (lee el recuadro de arriba). Sin embargo, cuando hay infección es necesario prescribir antibióticos, para intentar mantener normal la flora intestinal y evitar la proliferación de las bacterias. El pacien-