

LA RAZÓN.es

El bisturí

Digestivo

8 Junio 10

En Santiago de Compostela tendrá lugar una jornada para pacientes y población general sobre Salud Digestiva el próximo día 21 de Junio. Esta iniciativa organizada por la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD) se enmarca dentro de la Semana de Enfermedades Digestivas (SED) 2010, que este año se celebra en la capital compostelana. Se tratarán asuntos como ¿quién no ha sufrido alguna vez los comúnmente conocidos como ardores de estómago, que el 60% de las mujeres embarazadas padece? ¿y el mal tránsito intestinal, que afecta a un tercio de la población española? Éstos, y otros trastornos digestivos frecuentes como la intolerancia a la lactosa, que padece el 15% de la población española, la enfermedad celíaca, la hepatitis o la enfermedad inflamatoria intestinal (enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa), serán objeto de debate entre la población y los expertos médicos reunidos en Santiago.

La enfermedad inflamatoria intestinal afecta a más de 100.000 personas en España. Esta dolencia es de carácter crónico, afecta al aparato digestivo, fundamentalmente al colon, aunque también al intestino delgado. El promedio de edad se sitúa entre jóvenes de entre 20 y 30 años.

Finalmente, un tercio de la población no goza, de forma crónica y repetitiva, de un buen funcionamiento intestinal. Comer de manera adecuada y despacio, masticar bien los alimentos, realizar ejercicio físico regularmente, no fumar, no ingerir alcohol destilado, descansar y manejar el estrés. Éstos son los ingredientes necesarios para que el intestino funcione correctamente y para lograr solventar un problema que padece de forma crónica y repetitiva un tercio de la población.