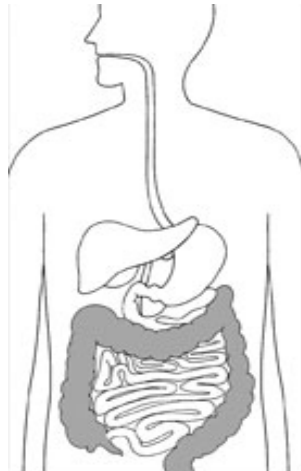


Board Certified in Gastroenterology
DIVERTICULOSIS Y DIVERTICULITIS

¿Qué es diverticulosis y la diverticulitis?

Muchas personas tienen pequeñas bolsas en el colon que sobresalen en las zonas débiles, como un tubo interior que asoma a través de puntos débiles en un neumático. Cada bolsa es llamada divertículo. Las bolsas (en plural) se llaman divertículos. La condición de tener divertículos se llama diverticulosis. Alrededor del 10 por ciento de los estadounidenses mayores de 40 años tienen diverticulosis. La condición se vuelve más común a medida que las personas envejecen. Alrededor de la mitad de todas las personas mayores de 60 años tienen diverticulosis.

Cuando las bolsas se infectan o inflaman, la afección se conoce como diverticulitis. Esto ocurre en el 10 al 25 por ciento de las personas con diverticulosis. Diverticulosis y diverticulitis son también llamados **enfermedad diverticular**.



Esta vista de cerca muestra una parte del colon donde se han formado bolsillos. Estos bolsillos se llaman divertículos.

¿Cuáles son los síntomas?

Diverticulosis

La mayoría de las personas con diverticulosis no tienen ningún malestar o síntoma. Sin embargo, los síntomas pueden incluir calambres leves, distensión abdominal y estreñimiento. Otras enfermedades, como el síndrome del intestino irritable (IBS) y las úlceras estomacales causan problemas similares, por lo que estos síntomas no siempre significan que la persona tiene diverticulosis. Debe consultar a su médico si presenta estos síntomas preocupantes.

Diverticulitis

El síntoma más común de la diverticulitis es el dolor abdominal. El más común signo es sensibilidad alrededor del lado izquierdo de la parte inferior del abdomen. Si la infección es la causa, fiebre, náuseas, vómitos, escalofríos, calambres y estreñimiento pueden ocurrir también. La gravedad de los síntomas depende de la extensión de la infección y complicaciones.

¿Cuáles son las complicaciones?

La diverticulitis puede conducir a hemorragias, infecciones, perforaciones o desgarros, o bloqueos. Estas complicaciones siempre requieren tratamiento para evitar que progrese y causando una enfermedad grave.

Board Certified in Gastroenterology

¿Qué causa la enfermedad diverticular?

Aunque no está comprobado, la teoría dominante es que una dieta baja en fibra es la causa principal de la enfermedad diverticular. La enfermedad se observó por primera vez en Estados Unidos en el año 1900. Casi al mismo tiempo, los alimentos procesados se introdujeron en la dieta americana. Muchos alimentos procesados contienen, harina baja en fibra refinada. A diferencia de la harina de trigo integral, harina refinada no tiene el salvado de trigo. La enfermedad diverticular es común en los países-especialmente desarrollados o industrializados de Estados Unidos, Inglaterra y Australia, donde las dietas bajas en fibra son comunes. La enfermedad es rara en los países de Asia y África, donde las personas comen dietas vegetales ricos en fibra. La fibra es la parte de las frutas, verduras y granos que el cuerpo no puede digerir. Alguna fibra se disuelve fácilmente en agua (fibra soluble). Se adquiere una gelatinosa textura suave, en los intestinos. Alguna fibra pasa casi sin cambios a través de los intestinos (fibra insoluble). Ambas clases de fibras ayudan a que las heces fecales suaves y fáciles de pasar. La fibra también previene el estreñimiento.

El estreñimiento hace que los músculos se esfuercen para mover las heces que es demasiado duro. Es la causa principal del aumento de la presión en el colon. Este exceso de presión puede causar que los puntos débiles en el colon sobresalgan y formen divertículos.

La diverticulitis ocurre cuando los divertículos se infectan o inflaman. Los médicos no saben exactamente qué causa la infección. Puede originarse cuando las heces o bacterias quedan atrapadas en los divertículos. Un ataque de diverticulitis puede desarrollarse de repente y sin previo aviso.

¿Cómo el doctor diagnostica la enfermedad diverticular?

Para diagnosticar la enfermedad diverticular, el médico pregunta acerca de la historia clínica, hace un examen físico y puede realizar una o más pruebas diagnósticas. Porque la mayoría de las personas no tienen síntomas, diverticulosis se encuentra a menudo a través de las pruebas ordenadas por otra dolencia.

Al tomar la historia médica, el médico puede preguntarle acerca de los hábitos intestinales, síntomas, dolor, dieta y medicamentos. El examen físico por lo general implica un examen rectal digital. Para realizar esta prueba, el médico introduce un dedo enguantado y lubricado en el recto para detectar sensibilidad, una obstrucción o sangre. El médico puede comprobar las heces para detectar signos de sangrado y la sangre de prueba para detectar signos de infección. El médico también puede ordenar rayos X u otros exámenes.

¿Cuál es el tratamiento para la enfermedad diverticular?

Una dieta alta en fibra y, en ocasiones, los medicamentos para el dolor leve ayudarán a aliviar los síntomas en la mayoría de los casos. A veces un ataque de diverticulitis es suficientemente grave como para requerir hospitalización y posiblemente cirugía.

Diverticulosis

Aumentar la cantidad de fibra en la dieta puede reducir los síntomas de la diverticulosis y prevenir complicaciones como la diverticulitis. La fibra mantiene las heces blandas y disminuye la presión en el interior del colon para que el contenido del intestino se pueda mover con facilidad. La Asociación Dietética Americana recomienda consumir entre 20 a 35 gramos de fibra cada día. La siguiente tabla muestra la cantidad de fibra en algunos alimentos que se pueden agregar fácilmente a su dieta.

Diverticulitis

Board Certified in Gastroenterology

El tratamiento de la diverticulitis se centra en el esclarecimiento de la infección y la inflamación, descansando el colon, y prevenir o minimizar las complicaciones. Un ataque de diverticulitis sin complicaciones puede responder a los antibióticos dentro de unos pocos días si se trata a tiempo. Para ayudar al resto del colon, el médico puede recomendar el reposo en cama y una dieta líquida, junto con un analgésico. Un ataque agudo de dolor severo o infección grave puede requerir hospitalización. Los casos más agudos de diverticulitis se tratan con antibióticos y una dieta líquida. Los antibióticos se administran mediante inyección en una vena. En algunos casos, sin embargo, puede ser necesaria la cirugía.

¿Cuándo es necesaria la cirugía?

Si los ataques son severos o frecuentes, el médico puede recomendar la cirugía. El cirujano extirpa la parte afectada del colon y se une a las demás secciones. Este tipo de cirugía, llamada resección de colon, tiene como objetivo mantener los ataques de volver y para prevenir complicaciones. El médico también puede recomendar la cirugía para las complicaciones de una fístula u obstrucción intestinal. Si los antibióticos no corrigen un ataque, se puede requerir una cirugía de emergencia. Otras razones para la cirugía de emergencia incluyen un gran absceso, perforación, peritonitis, o sangrado continuo. La cirugía de emergencia por lo general implica dos operaciones. La primera cirugía se borrará la cavidad abdominal infectada y quitar parte del colon. Debido a la infección y a veces obstrucción, no es seguro para reunirse con el colon durante la primera operación. En su lugar, el cirujano crea un agujero temporal, o estoma, en el abdomen. El extremo del colon está conectado al agujero, un procedimiento llamado una colostomía, para permitir los movimientos normales de alimentación y del intestino. La materia fecal entra en una bolsa adherida a la abertura en el abdomen. En la segunda operación, el cirujano vuelve a unir los extremos del colon.

Puntos para Recordar

- La diverticulosis ocurre cuando pequeñas bolsas, llamadas divertículos, sobresalen en las zonas débiles en el colon (intestino grueso).
- Las bolsas se forman cuando la presión dentro del colon se basa, por lo general a causa de estreñimiento.
- La mayoría de las personas con diverticulosis no tienen ningún malestar o síntoma.
- La causa más probable de la diverticulosis es una dieta baja en fibra, ya que aumenta el estreñimiento y la presión dentro del colon.
- Para la mayoría de las personas con diverticulosis, comer una dieta alta en fibra es el único tratamiento necesario.
- Usted puede aumentar su consumo de fibra comiendo estos alimentos: panes y cereales integrales; frutas como manzanas y duraznos; verduras como el brócoli, la col, espinacas, zanahorias, espárragos y calabaza; y verduras con almidón como las habichuelas y habas.
- La diverticulitis ocurre cuando las bolsas se infectan o inflaman y causan dolor y sensibilidad alrededor del lado izquierdo de la parte inferior del abdomen.

Asociados de Gastroenterología S. W. Florida, PA cumple con las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, origen nacional, edad, discapacidad, o sexo.