

Diverticulosis y Diverticulitis

Diverticulosis



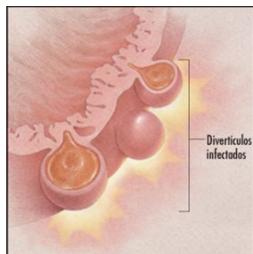
Es una enfermedad en la que pequeños sacos (divertículos) sobresalen hacia la pared del intestino. Los divertículos pueden aparecer en el esófago, el estómago y el intestino delgado, pero se forman más frecuentemente en el colon (intestino grueso). Son comunes a partir de los 40 años y pueden tardar años en formarse. Generalmente no causan síntomas y en pocos casos causan complicaciones.

¿Cuál es la causa?

Los divertículos (las bolsas protuberantes) se forman cuando hay un aumento de presión dentro del colon como resultado del estreñimiento, tensión durante las deposiciones o el retraso de estas. El estreñimiento y la presión dentro del colon por lo general son causados por insuficiencia de fibra en la alimentación. Además, existe la posibilidad de padecer la enfermedad por factores genéticos, lo que significa que se podría desarrollar si algún familiar cercano ha tenido diverticulosis.



Diverticulitis: Infección de los sacos



La mayoría de las personas no presentan síntomas de diverticulosis hasta que se desarrolla la diverticulitis; que es cuando los divertículos se inflaman u ocurre una infección. No se conoce una causa exacta para la infección, pero sí es posible que ocurra cuando la materia fecal se queda estancada en los pequeños sacos.

Esta infección puede causar complicaciones como la inflamación o ruptura de los divertículos. Los síntomas generalmente incluyen dolor, fiebre, náuseas, vómitos y escalofríos. La ruptura de un divertículo infectado puede causar infección severa en la cavidad abdominal, conocida como peritonitis.

¿Qué sucede si estas condiciones no se tratan?

En raros casos, los divertículos infectados se pueden desgarrar, derramando desechos intestinales por la cavidad abdominal. Esta es una emergencia médica y requiere de atención inmediata. Otras complicaciones pueden incluir obstrucciones en el intestino, absceso (infección), o una fístula (una conexión anormal entre dos órganos). Si la fístula se infecta, puede llegar a ser mortal.

Algunos factores que pueden aumentar el riesgo de sufrir diverticulitis:



¿Cómo se puede controlar la condición?

Diverticulosis: Una vez que los divertículos se forman en el colon, no desaparecen. Para prevenir que la condición empeore y se formen más divertículos, se recomienda consumir alimentos con alto contenido de fibra y aumentar el consumo de agua.

Diverticulitis: Es importante saber identificar los síntomas debido a que, si no se atiende a tiempo, el divertículo infectado puede romperse derramando la materia fecal en la cavidad abdominal.

Recomendaciones para mantener su colon sano

Aumentar el consumo de fibra en su alimentación: Ayuda a que la materia fecal se mantenga blanda y disminuya la presión en el colon.

Tomar mucho líquido: La fibra se activa al absorber el agua, lo que provoca que la materia fecal sea abundante y suave. Si no consume suficiente líquido, pero sí consume mucha fibra, puede causarle estreñimiento.

Ir al baño tan pronto lo necesite: Retrasar la defecación provocará el endurecimiento del material fecal, requiriéndose mayor presión.

Realizar actividad física: Hacer actividad física o ejercicio ayuda a mejorar el funcionamiento intestinal.

Recuerde

Es importante visitar al médico y dependiendo de la gravedad de los síntomas, éste puede recomendar algunas de las medidas de tratamiento que van desde modificación en la alimentación, medicamentos, hospitalización y/o cirugía.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor visite su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD: 1-844-347-7804

APS Healthcare

787-641-9133

Referencias:

(2022) <https://gi.org/patients/recursos-en-espanol/diverticulosis-del-colon/>

(2022) <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/diverticulitis/symptoms-causes/syc-20371758>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Creado en agosto 2022.

©First Medical Health Plan, Inc.