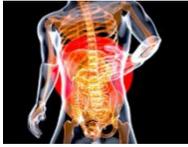


Dolor Abdominal



El dolor abdominal se le conoce también como dolor de estómago o dolor estomacal. Este dolor puede sentirse de manera leve o fuerte, continuo o intermitente, pero la intensidad del dolor no siempre se manifiesta de acuerdo con la gravedad de su causa.

Posibles causas de dolor abdominal

Un dolor abdominal puede ser a causa de muchas razones.

Las causas menos graves son:

- Dolor por gases
- Indigestión
- Síndrome del intestino irritable
- Intolerancia a medicamentos
- Intoxicación por alimentos
- Estreñimiento

Otras posibles causas graves son:

- Apendicitis
- Cálculos renales
- Distensión muscular
- Úlceras
- Infecciones urinarias
- Endometriosis
- Acidez gástrica
- Diverticulitis
- Bloqueo intestinal
- Cáncer de estómago, colon y/o otros órganos.



Cuidados en el hogar

Para el cuidado leve de dolor abdominal puede: tomar agua o líquidos claros, evitar los alimentos sólidos en las primeras horas y los productos lácteos, cítricos, cafeína, alcohol y alimentos altos en grasas.

Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003120.htm#:~:text=Es%20el%20dolor%20que%20se,denominada%20regi%C3%B3n%20estomacal%20o%20vientre.>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/symptoms/abdominal-pain/basics/when-to-see-doctor/sym-20050728>

Prevención

Para prevenir algunos dolores de estómago puede incluir en su rutina diaria lo siguiente: beba mucha agua, coma porciones pequeñas de alimento con más frecuencia, haga ejercicio con regularidad, ingiera alimentos ricos en fibras y agregue frutas y vegetales.

Consulte con su médico si el dolor abdominal dura varios días o busque atención de urgencia si:

Dolor intenso	Fiebre	Excreta con sangre
Nauseas o vómitos persistentes	Pérdida de peso	Piel amarillenta
Sensibilidad en el abdomen	Hinchazón del abdomen	

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, 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 Health 787-641-9133

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Revisado en octubre 2022.

©First Medical Health Plan, Inc