

Otras Noticias

La FEAD presenta la primera "Guía para prevenir y tratar el estreñimiento"

Con motivo de la celebración del Día Mundial de la Salud Digestiva, la Fundación Española del Aparato Digestivo, FEAD, ha presentado la "Guía para Prevenir y Tratar el Estreñimiento" dirigida a pacientes y la población general. Según dicha Fundación, aproximadamente uno de cada cinco españoles sufre estreñimiento, un síntoma que supone la mitad de las consultas de Aparato Digestivo en Atención Primaria.

Madrid 30/04/2012

Al decir de los expertos de la FEAD, entidad encargada de promover en nuestro país la campaña de salud pública campaña "Tómate tu tiempo, mueve tu intestino", impulsada por la Organización Mundial de Gastroenterología (WGO), se calcula que en España el estreñimiento afecta a entre un 12-20% de la población, más en la ciudad que en el campo, y es el doble de frecuente en las mujeres con relación a los hombres; supone el 20% del total de las consultas sobre temas digestivos en Atención Primaria.

No obstante, es posible instaurar unos hábitos higiénicodietéticos ya desde la infancia y la juventud, para ayudar a prevenirlo y a combatirlo, y éste es precisamente, el propósito de la "Guía...", que se puede descargar a través de www.saludigestiva.es. Entre dichos hábitos se incluye una alimentación e hidratación adecuadas, con un aumento del consumo de fibra -los españoles consumen la mitad de la fibra diaria recomendada- y ejercicio físico.

Prevención y Tratamiento

La citada campaña cuenta con el auspicio de la Sociedad Española de Patología Digestiva, SEPD, y la colaboración de Shire, All-Bran de Kellogg's, Pilates Body Evolution y dASSA bASSA. Este año las acciones de la FEAD se centrarán especialmente en la prevención y tratamiento del estreñimiento "porque es un síntoma que afecta y preocupa por su amplia repercusión entre los españoles", explica el Dr. Manuel Valenzuela, gastroenterólogo, profesor de Medicina de la U. de Granada y presidente de la Fundación.

El estreñimiento es un síntoma muy común entre la población española, principalmente la femenina, que puede llegar a ser grave y afectar significativamente a la calidad de vida de quien lo sufre. Según la citada, se habla de estreñimiento cuando hay menos de tres deposiciones semanales, siendo las heces escasas, duras y secas, asociadas a una falta de deseo o necesidad de defecar.



Dario Barrio, cocinero "saludigestivo", chef del Restaurante dASSA bASSA

www.actasanitaria.com es una publicación de BARBIZON S.L.
Avda. Valladolid 5 1ºC, 28008 MADRID. Tf: 91 547 99 03 Fax: 91 559 23 89