Una mujer con dolor de estómago o hinchazón. | FreePik

UN 20% TIENE SÍNTOMAS

El 40% de los mayores de 50 años presentan divertículos en el colon

Los divertículos en el colon es un problema que afecta a un 40% de la población mayor de 50 años, de los que un 20% que presenta síntomas, según ha asegurado la Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD).

La **Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)** puso en marcha la c**ampaña** '**Adelántate y cuida tu colon**' p**ara informar sobre la enfermedad diverticular,** informando sobre los síntomas para que la población sepa identificarlos mejorando la detección temprana y el tratamiento de esta patología. Según informó la FEAD, **los divertículos son la patología más frecuente del colon, especialmente en la población occidental.**

¿Qué son los divertículos?

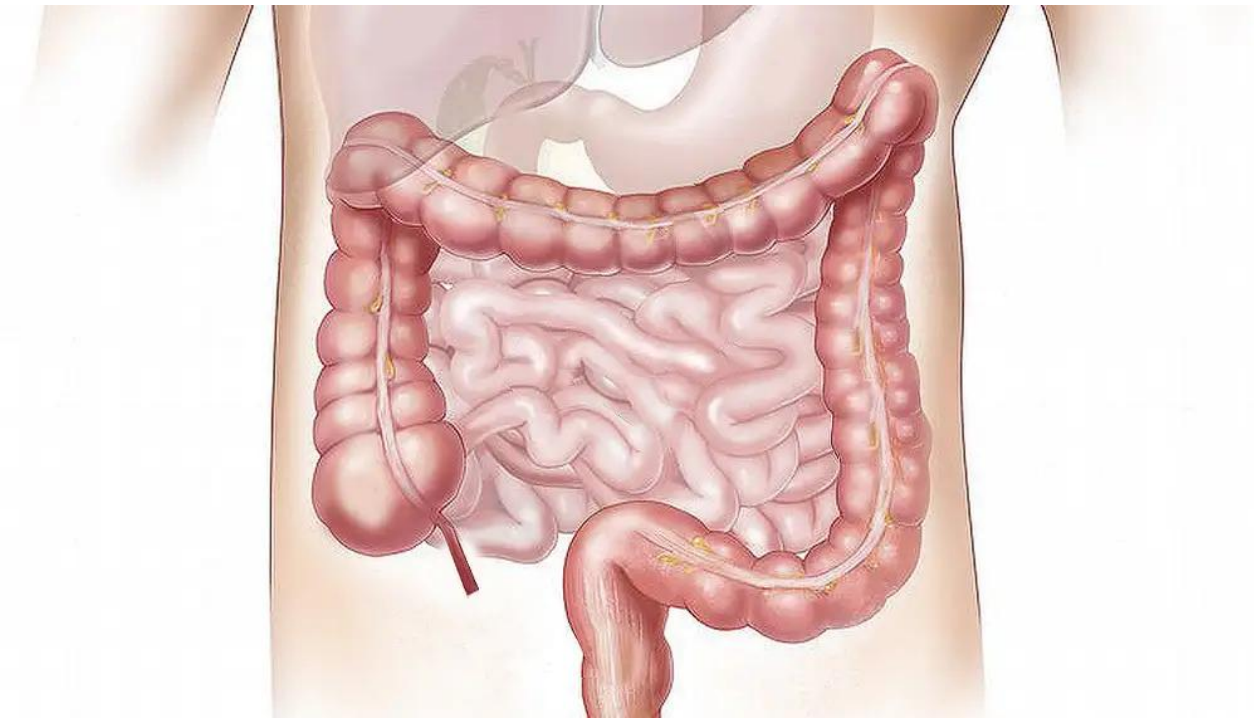
La Enfermedad Diverticular e**s una patología crónica que, en caso de manifestar síntomas, afecta al día a día del paciente**, por lo que es muy **importante la prevención y el diagnóstico precoz** para mejorar su calidad de vida y evitar complicaciones.

Los divertículos **se caracterizan por la formación de pequeñas bolsas o sáculos que salen del interior del intestino hacia el exterior,** a través de la capa muscular del colon. Esto ocurre por el **aumento de presión dentro del intestino grueso**, que suele estar

relacionado con una dieta baja en fibra y rica en carbohidratos refinados, obesidad y sedentarismo.

El **porcentaje de presencia de los divertículos aumenta con la edad**, si a los 50 años se sitúa en un problema que hasta el 40% de la población los presenta, para los mayores de 60 años aumenta a un 50% y **en mayores de 80 llega a un 70%.**

Los **divertículos son menos comunes en menores de 40 años, en varones obesos tienen un mayor riesgo de complicaciones.** Estos divertículos **son diagnosticados de manera accidental** o cuando se realiza una prueba diagnóstica por cualquier otro motivo como, por ejemplo, una colonoscopia.



Cáncer de colon | Pixabay

Aunque la mayoría de l**as personas con divertículos, entre el 70 y el 80%, no presenta síntomas**, el 20% restante, sí los presenta. Entre esos síntomas los más frecuentes son: **molestias o dolor abdominal en el lado izquierdo, distensión o hinchazón abdominal, gases o cambios en el ritmo intestinal** y, según los expertos, **afectan a la calidad de vida** de quien los padece. Es por ello que es importante identificarlos y visitar al especialista para confirmar la posibilidad de enfermedad diverticular.

Aunque los síntomas mencionados son los más habituales, existen otros síntomas que son más graves y se pueden dar en algunos casos, pueden existir complicaciones como la infección de los divertículos (**diverticulitis**), la perforación o el sangrado.

La dieta

En el caso de que **la enfermedad no presente síntomas no se precisa un tratamiento específico, pero, con el fin de evitar complicaciones, se recomienda una dieta rica en fibra** (30-35 g. diarios) preferiblemente **procedente de frutas y verduras**, así como

ingerir **abundante agua**, disminuir la ingesta de bebidas gaseosas y aumentar la actividad física.

Esta dieta, según afirmaron desde la FEAD, **también se recomienda para la enfermedad diverticular con síntomas, además de evitar comidas grasas y excesivas carnes rojas**. A su vez, **para aliviar los síntomas se pueden utilizar analgésicos o espasmolíticos** que aligeran el dolor cólico y, en los últimos años, se demostró la **eficacia de la 'Rifaximina' como tratamiento principal.** En algunos casos la 'mesalazina' y algún probiótico se podrían utilizar también.

Frutas y verduras | Pixabay

La enfermedad diverticular complicada suele ser simple, representando el 75% de los casos de diverticulitis, **no suele generar complicaciones y puede controlarse con un tratamiento médico basado en antibióticos, dieta y analgesia**. Sin embargo, el **2**5% restante de los casos, puede presentar diversas complicaciones para las cuales el tratamiento requiere una intervención quirúrgica. Estas complicaciones pueden ser: **abscesos, fístulas, obstrucciones o bloqueo del tránsito del colon,peritonitis y/o sepsis**, entre otros.

Publicidad

Constantes y Vitales Madrid | 16/07/2024

TAGS RELACIONADOS

constante y vitales | intestino | colon | colonoscopia | Dieta | fibra

LOS MAS VISTOS

COMPROMISO ATRESMEDIA

1 Los españoles consideran que la sanidad no está preparada para el envejecimiento de la población

COMPROMISO ATRESMEDIA

2 Desarrollan una nueva terapia con CAR-T con resultados prometedores contra una leucemia muy agresiva

COMPROMISO ATRESMEDIA

3 Un programa de atención primaria logra una reducción del 25% en los intentos de suicidio

Categorías

Mujeres Científicas | Especial sobre el Ictus | Divulgación de la Ciencia | Premios Constantes y Vitales | Noticias

Publicidad

© Atresmedia Corporación de Medios de Comunicación, S.A - A. Isla Graciosa 13, 28703, S.S. de los Reyes, Madrid. Reservados todos los derechos

Aviso legal Política de privacidad Política de cookies Cond. de participación Configuración de privacidad Accesibilidad