

[Oncología](#)

[Pediatria](#)

[Sexología](#)

[Médic@s para la Historia](#)

[Emergencias SUMMA-112](#)

[Enfermer@](#)

[Sociología](#)

[efe.com](#)[Contacto](#)

Reconoce los síntomas de los divertículos, la afección más frecuente del colon

Hasta el 40 % de la población mayor de 50 años tiene divertículos en el colon, pero solo un 20 % presenta síntomas. Una campaña informa sobre las señales de alerta para que la población sepa identificarlas.



cuida TU COLON

Imagen de la campaña “Adelántate y cuida tu colon” de Alfasisigma y la Federación Española del Aparato Digestivo. Foto cedida.

📅 21 de agosto, 2024 👤 EVA ESPIGUINHA 📄 Fuente: [FEAD](#)

La mayoría de divertículos en el colon no presentan síntomas, sin embargo, si se muestran, es importante acudir al médico para confirmar la posibilidad de tener enfermedad diverticular.

La enfermedad se caracteriza 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.

Se deben a un aumento de presión dentro el intestino grueso, frecuentemente relacionado con una dieta baja en fibra y rica en carbohidratos refinados, obesidad y sedentarismo.

“Adelántate y cuida tu colon” es una campaña de concienciación de **Alfasisigma**, avalada por la **Fundación Española del Aparato Digestivo (FEAD)**, que busca favorecer el conocimiento de la enfermedad diverticular informando sobre los síntomas para que la población sepa identificarlos.

De esta forma se mejora la detección temprana y el tratamiento de esta patología, logrando así una mejor calidad de vida de los pacientes.

¿QUÉ SON LOS DIVERTÍCULOS?

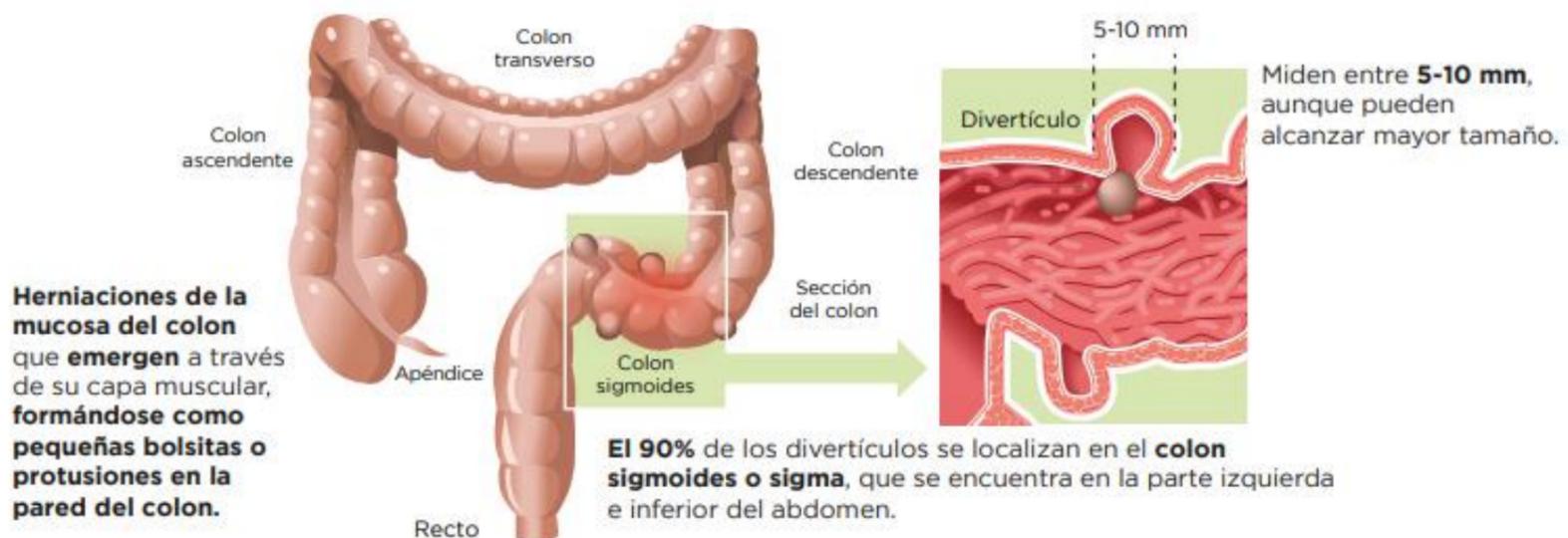


Imagen de la infografía de la campaña “Adelántate y cuida tu colon” de Alfasisigma y la Fundación Española del Aparato Digestivo. Foto cedida.

Una enfermedad que aumenta con la edad

A los 50 años, hasta el 40 % de la población presenta divertículos en el colon, incrementándose al 50 % en mayores de 60 años y alcanzando el 70 % en mayores de 80 años.

Aunque es menos común en menores de 40 años, en varones obesos, particularmente, presenta un mayor riesgo de complicaciones.

Hay que destacar que la presencia de divertículos en el colon se conoce como diverticulosis y son diagnosticados de manera accidental o cuando se realiza una prueba por cualquier otro motivo como, por ejemplo, una colonoscopia.

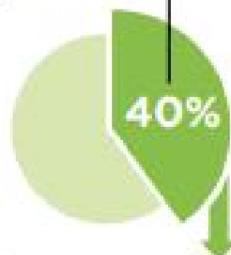
PREVALENCIA

Los divertículos representan la enfermedad más frecuente del colon, **1 de cada 3** personas los tiene.

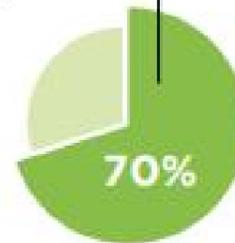


Su prevalencia aumenta con la edad.

Población mayor de 50 años



Población con 80 años



De estos, un **20-25%** tiene síntomas.

Imagen de la infografía de la campaña "Adelántate y cuida tu colon" de Alfasigma y la Fundación Española del Aparato Digestivo. Foto cedida.

Los síntomas

La mayoría de personas con divertículos (alrededor del 70-80 %) no presentan síntomas, sin embargo, el 20 % restante, sí.

Los síntomas más frecuentes son:

- **Molestia o dolor abdominal** en el lado izquierdo.
- **Distensión o hinchazón abdominal.**
- **Gases o cambios en el ritmo intestinal.**

Son síntomas que afectan a la calidad de vida de quien los padece, de ahí la importancia identificarlos y visitar al especialista.

Estos síntomas son los más habituales y menos graves. Sin embargo, en algunos casos, pueden existir complicaciones como la infección de los divertículos ([diverticulitis](#)), la perforación o el sangrado.

Imagen de la infografía de la campaña "Adelántate y cuida tu colón" de Alfasigma y la Fundación Española del Aparato Digestivo. Foto cedida.

Escenarios de la enfermedad

En la [campana](#) se explica que la enfermedad diverticular se puede clasificar en diferentes escenarios:

- **Diverticulosis crónica (sin síntomas).**
- **Enfermedad diverticular sintomática y sin complicaciones graves.**
- **Enfermedad diverticular complicada.**

Imagen de la infografía de la campaña "Adelántate y cuida tu colón" de Alfasigma y la Fundación Española del Aparato Digestivo. Foto cedida.

Dentro de esta última se encuentra la **diverticulitis simple, la diverticulitis complicada (absceso, perforación, fistula, peritonitis, sepsis) hemorragia o sangrado diverticular y colitis segmentaria asociada a diverticulosis.**

Recomendaciones

La enfermedad diverticular que no presenta síntomas no precisa de un tratamiento específico, aunque para evitar complicaciones se recomienda una dieta rica en fibra, preferiblemente procedente de frutas y verduras.

También se aconseja ingerir abundante agua, disminuir la ingesta de bebidas gaseosas y aumentar la actividad física.

En el caso de que haya síntomas se recomienda el mismo tratamiento, además de evitar comidas grasas y excesivas carnes rojas.

Para aliviar los síntomas se pueden usar analgésicos o espasmolíticos que aligeran el dolor cólico.

Además, en los últimos años se ha demostrado la eficacia de la rifaximina como tratamiento principal y en algunos casos la mesalazina y algún probiótico se podrían utilizar también.



Según la [Fundación](#) Española del Aparato Digestivo, 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 25 % restante de los casos puede presentar diversas complicaciones para las que se requiere una intervención quirúrgica.

Estas complicaciones pueden ser: abscesos, fístulas, obstrucciones o bloqueo del tránsito del colon, peritonitis y/o sepsis, entre otros.

00:59

Vídeo de la campaña Adelántate y Cuida tu Colón de Alfasigma y la Fundación Española del Aparato Digestivo.

Etiquetas

DIGESTIVO

ENFERMEDAD

PREVENCIÓN

Artículos relacionados



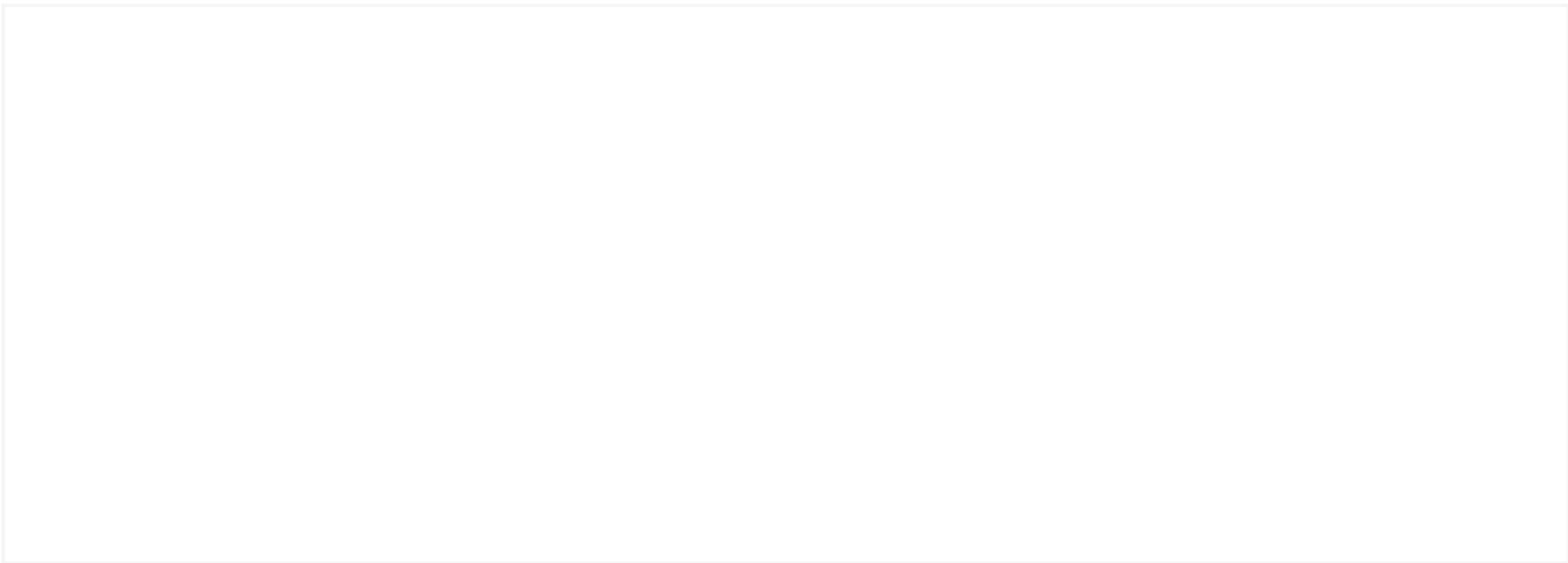
Enfermedad diverticular: síntomas y tratamiento

🕒 2 de julio, 2025

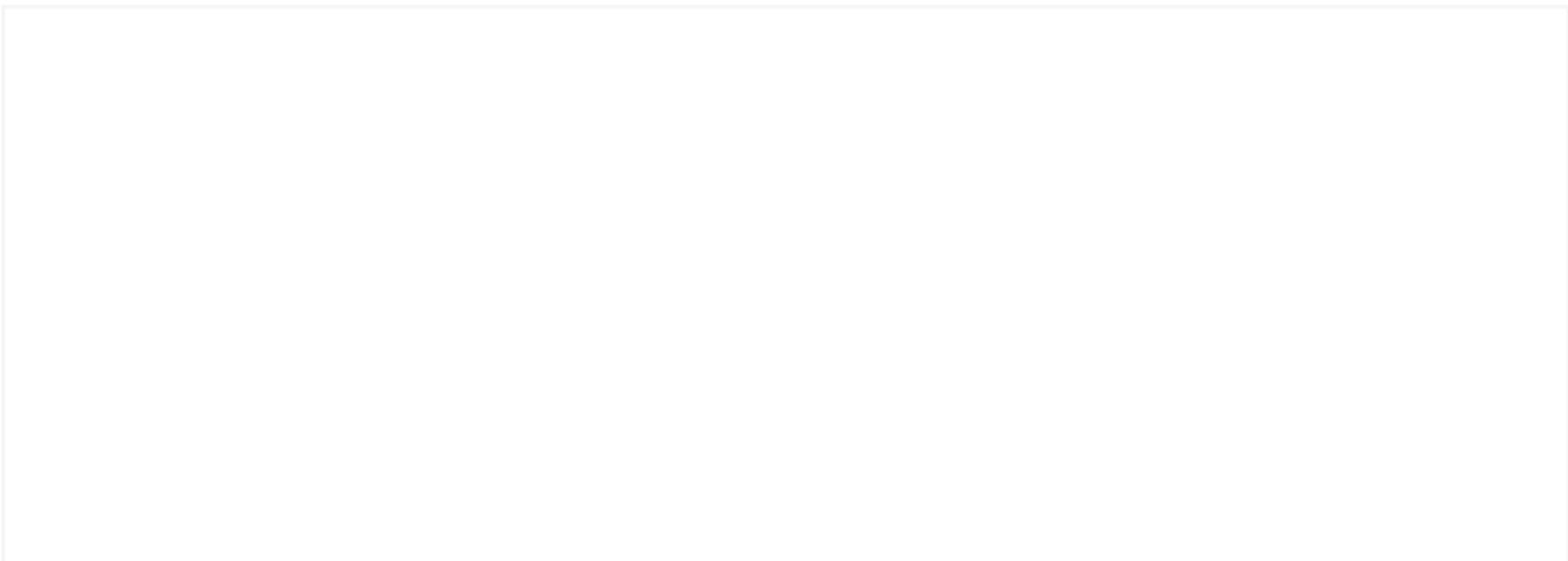
¿Respetas, cuidas o mimas tu sistema digestivo?

🕒 11 de mayo, 2022





Diálogos EFE Salud: Emprender en salud: retos y barreras



Diálogos EFE Salud El reto autonómico de la medicina personalizada



ÚLTIMAS NOTICIAS

[El descubrimiento que pone contra las cuerdas a dos virus altamente letales: Hendra y Nipah](#)

[Cómo aplacar el estrés y la ansiedad de una mudanza](#)

[¿Conoces la enfermedad de Kawasaki? Te contamos qué es y cómo detectarla](#)

[Cuidado con comer alimentos ultraprocesados en la infancia: aumentan el riesgo de sufrir asma](#)

[¿Más enfermedades transmitidas por mosquitos? Esto es lo que dicen dos especialistas](#)

