

DIVERTICULOSIS DEL COLON

DIVERTICULAR DISEASE OF THE COLON - Spanish

Por: Dr. Ernst Bontemps y Dr. Peter M. Pardoll (fellow del Colegio Americano de Gastroenterología)
Centro para Enfermedades Digestivas
South Pasadena, Florida

1. ¿Que es la diverticulosis?

Diverticulosis se refiere a la presencia de pequeñas bolsas o sacos que crecen hacia fuera (llamados divertículos) y pueden desarrollarse en el revestimiento del tracto gastrointestinal. Si bien puede haber divertículos en cualquier parte del tracto digestivo, su presencia es más común sobre el lado izquierdo del intestino grueso, zona conocida como colon descendente y sigmoide (Ilustración 1).

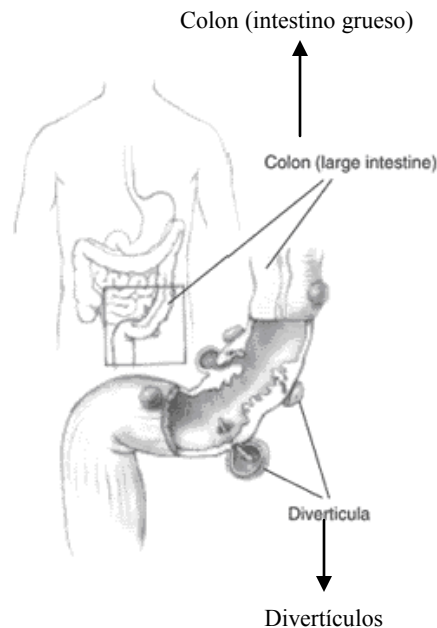


Ilustración 1

2. ¿Cuán común es la diverticulosis?

La diverticulosis es un trastorno común, sobre todo, entre personas de más edad. Esta afección rara vez se presenta entre gente menor de 30 años, pero es más común entre quienes pasan de 60 y afecta por igual a hombres y mujeres.

3. ¿Cuál es la causa de la diverticulosis?

Nadie sabe con certeza por qué se desarrolla la diverticulosis, pero se ha planteado una que otra teoría. Algunos expertos creen que la contracción anormal y los espasmos (a consecuencia de lo cual periódicamente aumenta la presión en el colon), serían la causa para la formación de divertículos en zonas débiles de la pared intestinal. Por otro lado, en el desarrollo de la diverticulosis también podría desempeñar alguna función la alimentación con bajo contenido de fibra, pues se ha visto que es muy raro encontrarla en las áreas rurales de África donde la alimentación es alta en fibra. Además, parece que existe una predisposición genética a la diverticulosis; es decir, cuando los padres o abuelos de alguien tuvieron diverticulosis, esa persona también podría desarrollarla.

4. ¿Cuáles son los síntomas de la diverticulosis?

La mayoría de pacientes con diverticulosis no presenta ningún síntoma. Muchos jamás saben que padecen la afección sino hasta cuando se la descubre mediante un examen endoscópico o radiográfico (rayos X). Si bien la mayoría de gente no presenta síntomas, algunas personas podrían sentir dolor o molestia en la parte inferior izquierda del abdomen, distensión abdominal y/o cambios en los hábitos intestinales.

5. ¿Cómo se diagnostica la diverticulosis?

La diverticulosis generalmente se descubre a través de los siguientes exámenes:

- Enema de bario: para realizar este examen radiográfico, se inyecta material líquido en el colon mediante una sonda que se introduce por el recto. La imagen radiográfica muestra la anatomía del colon y puede identificar la presencia de divertículos, pólipos grandes o crecimientos.
- Colonoscopia: en este examen se emplea un endoscopio fino y flexible que contiene una luz y una cámara para visualizar el interior del colon. Este instrumento permite ver divertículos, pólipos y cualquier otro tipo de crecimiento.
- Exploración por resonancia magnética: este examen radiográfico toma varias imágenes de cortes seccionales del cuerpo. Este examen normalmente no se realiza para diagnosticar diverticulosis, pero tiene la capacidad de identificar divertículos.



6. ¿Se puede evitar o eliminar la diverticulosis?

A pesar de que no se sepa si es posible evitar la diverticulosis, lo que con seguridad debe evitarse es el estreñimiento, causa principal para que exista presión excesiva dentro del colon y posible culpable de algunos casos de diverticulosis. El llevar una alimentación con alto contenido de fibra (cereales de salvado, pan de harina integral, frutas frescas y verduras de hoja) podría reducir el desarrollo de la diverticulosis, mejorar los síntomas de estreñimiento y disminuir la probabilidad de presentar complicaciones. Las ventajas de una alimentación con alto contenido de fibra pueden apreciarse en quienes diariamente ingieren entre 15 y 30 gramos de fibra. Desafortunadamente, en Estados Unidos por lo general sólo se consumen entre 8 y 12 gramos diarios. La diverticulosis no parece vincularse al consumo de alcohol o cafeína, ni al hábito de fumar.

Una vez formados los divertículos, éstos no desaparecen. En las personas que no presentan síntomas, el aumentar la cantidad de fibra en la alimentación para suavizar y dar más volumen a la deposición podría reducir el desarrollo de más divertículos o evitar complicaciones. Consulte con el médico si tiene alguna inquietud en especial.

7. ¿Cuáles son las complicaciones de la diverticulosis?

La *diverticulitis* es la inflamación y/o infección de los divertículos. La gente que padece esta complicación, normalmente también presenta lo siguiente:

- Fiebre
- Dolor abdominal, generalmente en la parte inferior izquierda
- Diarrea y/o estreñimiento
- Menos apetito

Entre otras complicaciones de la diverticulitis están el desarrollo de un absceso o de un estrechamiento del colon (*constricción*). En raras ocasiones, otra complicación de la diverticulitis podría ser el desarrollo de una “*fístula*” o conexión entre intestino y vejiga.

Cuando se presenta una *hemorragia*, o sea arrojar gran cantidad de sangre de color rojo vivo por el recto, en la mayoría de casos, se debe a diverticulosis y normalmente ocurre sin aviso, ni dolor. En 3 a 5 por ciento de la gente que padece de diverticulosis se ha informado sangrados fuertes que normalmente se han detenido sin ningún tratamiento especial. Sin embargo, para diagnosticar y tratar la causa del sangrado, podría ser necesario realizar un examen endoscópico. En aquellos casos en que la endoscopia no revela ningún sitio activo de sangrado, las exploraciones de medicina nuclear pueden también servir para identificar el sitio del sangrado diverticular. En ocasiones, es necesario que un radiólogo realice una angiografía (inyección de sustancia de contraste en los vasos sanguíneos) para identificar y tratar un sangrado producto de los divertículos. En aquellos casos en que ni el control endoscópico, ni el radiológico logran controlar el sangrado, podría requerirse una operación para extirpar la zona implicada.



8. Tratamiento de la diverticulitis

A fin de tratar la diverticulitis (divertículo inflamado o infectado) es necesario utilizar antibióticos y, a veces, hospitalizar al paciente. La recuperación normalmente transcurre sin complicaciones; pero cuando continúa el absceso pericolónico, un drenaje radiológico mediante sonda percutánea puede drenar y ayudar a extirpar el absceso. En raras ocasiones es necesario realizar una operación, pero podría necesitársela cuando el caso no responde a ningún tipo de control médico. Ante una diverticulitis complicada, podría requerirse una colostomía temporal.

9. ¿Se puede evitar la diverticulitis?

La gente con diverticulosis, a veces, recibe instrucciones de evitar alimentos que contengan partículas no digeribles, como las palomitas de maíz, frutos secos y frutas con semillas pequeñas. La teoría detrás de este tipo de alimentación es que el divertículo podría “atrapar” esas partículas y precipitar una diverticulitis. No existen pruebas sobre la eficacia de este tipo de alimentación y sólo se cuenta con anécdotas personales para sustentar las limitaciones alimenticias en los pacientes.

