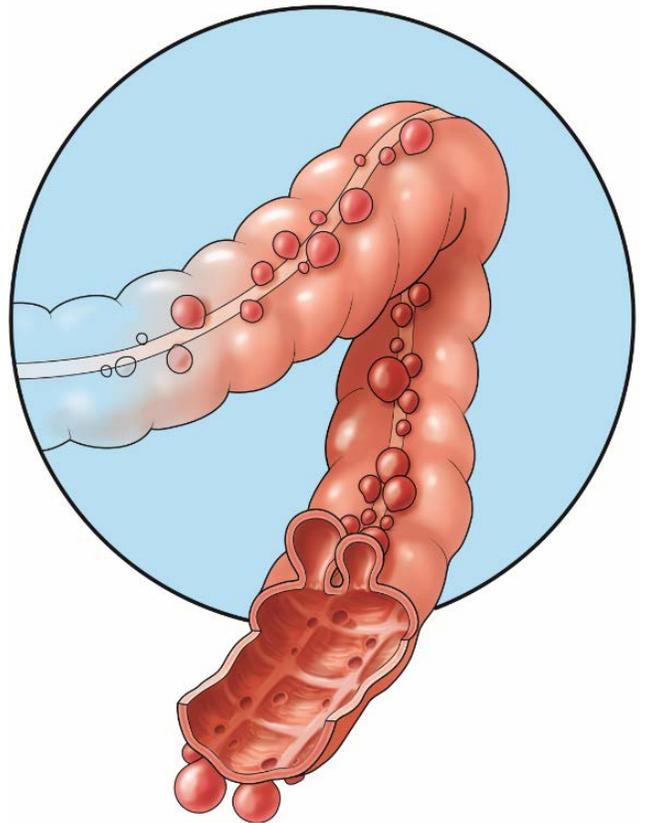


## DIVERTICULITIS

# ¿Qué es diverticulitis?

Se estima que a los 50 años de edad la mitad de las personas padecen de diverticulosis, un problema de salud en el cual **se forman bolsillos (o divertículos) en las paredes del intestino grueso**. Aproximadamente en un 5% de las personas, estos bolsillos se infectan o se inflaman y a esto se le conoce como diverticulitis.

- ▶ La diverticulitis podría ser dolorosa.
- ▶ A menudo se produce rápidamente.
- ▶ La diverticulitis podría requerir tratamiento con antibióticos.
- ▶ Un 20 a un 40% de las personas que padecen de un primer episodio de diverticulitis podrían presentar con episodios posteriores de diverticulitis en un transcurso de cinco años luego del primer ataque.
- ▶ Usted puede tomar varias medidas para reducir el riesgo de padecer de futuros ataques.



Diverticulitis en el intestino grueso.



La información proporcionada por AGA Institute no constituye evaluación médica y no se debe tomar como un sustituto de la consulta médica profesional.

Abril 2016

© AGA 2016

## DIVERTICULITIS

# Síntomas

Entre los síntomas de la diverticulitis se encuentran:

- Dolor y molestias abdominales, a menudo en el lado inferior izquierdo.
- Fiebre.
- Un cambio en los hábitos de evacuación intestinal, por ejemplo, diarrea (heces blandas) o problemas para evacuar (estreñimiento).
- Náusea.
- Vómitos.
- Calambres en el estómago.
- Escalofríos.



La información proporcionada por AGA Institute no constituye evaluación médica y no se debe tomar como un sustituto de la consulta médica profesional.

Abril 2016

## DIVERTICULITIS

# Cómo son los exámenes

A menudo se sospecha que usted padece de diverticulitis basándose en su historial médico pasado y los resultados de estudios previos. Aun así, es posible que usted podría necesitar algún examen adicional para confirmarlo; de ser así, su médico le indicará cuál es el mejor para usted.

### Tomografía computarizada (CT)

- Este es el examen más común para determinar si usted padece de diverticulitis.
- Antes del examen, se le proporcionará un líquido especial para beber y/o le inyectarán el líquido en la vena. Estos líquidos especiales, conocidos como contraste, ayudarán a que sus órganos se iluminen para que el médico los pueda ver mejor en las imágenes producidas por Rayos X.

### Otros exámenes

- **Análisis de sangre:** Es posible que le extraigan una muestra de sangre para hacer más análisis.
- **Muestra de heces:** Es posible que deba entregar una muestra de heces para analizarlas bajo el microscopio.
- **Examen rectal digital:** Es posible que el doctor le examine el recto palpando con el dedo.
- **Rayos X:** Los rayos X pueden ayudar al médico a ver mejor sus órganos internos.
- **Colonoscopia:** Es posible que se le practique una colonoscopia después de que se haya recuperado de la diverticulitis.



## DIVERTICULITIS

# Tratamiento

**La diverticulitis sin complicaciones se trata con una dieta baja en fibras, mucho descanso y antibióticos.**

Algunas personas que sufren de diverticulitis más grave o complicada podrían requerir hospitalización o tratamiento intensivo por medio de antibióticos suministrados por vía intravenosa.

Al finalizar el tratamiento, la mayoría de las personas comienzan a experimentar mejoría en unos cuantos días. Si experimenta recaídas de diverticulitis, el médico podría sugerirle una cirugía para eliminar la parte del colon afectada.

**Hay formas para intentar detener una recaída de diverticulitis, entre ellas:**

### Consumir una dieta con alto contenido de fibra

- Después de haber sanado de la diverticulitis, comience poco a poco a añadir fibra a su dieta.
- Trate de comer por lo menos ocho gramos de fibra en cada comida.
- Para obtener más fibra, puede incluir los siguientes alimentos en sus comidas:
  - Frutillas.
  - Frijoles.
  - Verduras verdes.
  - Granos/avena.



### Preguntas para su médico

- ¿Cómo puedo saber si estoy obteniendo suficiente fibra a través de mi alimentación diaria?
- ¿Voy a estar lo suficientemente sano para comenzar (o continuar) con mi programa de ejercicios después de que mejore?
- ¿Existe alguna razón por la cual no deba tomar aspirina u otros medicamentos para el dolor?
- ¿Me debo someter a una colonoscopia?



La información proporcionada por AGA Institute no constituye evaluación médica y no se debe tomar como un sustituto de la consulta médica profesional.

Abril 2016

© AGA 2016

- **Nota:** No tiene por qué evitar las semillas, nueces o palomitas de maíz.

## Ejercicio

- Hacer ejercicio durante 30 minutos tres veces a la semana puede ayudar a detener futuros ataques.
- Su programa de ejercicios debe hacer que su corazón palpite más rápido de lo acostumbrado para usted y que preferiblemente le haga comenzar a sudar.
- Los ejercicios recomendados incluyen:
  - Trotar.
  - Nadar.
  - Tomar clases de aeróbicos.
  - Deportes competitivos.

### Diverticulitis – lo que debe saber:

- ▶ Diverticulitis es el término que se utiliza cuando se infectan los divertículos, unos bolsillos que se forman en las paredes del intestino grueso.
- ▶ La diverticulitis es un problema de salud común que se observa principalmente en adultos mayores.
- ▶ La diverticulitis puede causar dolor intenso en la parte baja del abdomen, fiebre y cambios en las heces.
- ▶ La diverticulitis a menudo puede tratarse con descanso, una dieta especial y a veces es necesario el uso de antibióticos.
- ▶ Alimentarse con una dieta con alto contenido de fibra y hacer ejercicio durante 90 minutos a la semana puede ayudar a prevenir futuros ataques de diverticulitis.



## DIVERTICULITIS

# Cosas de las que debe estar consciente



Entre los problemas derivados de la diverticulitis se encuentran:

- Obstrucción en el colon.
- Infección.
- Ruptura (perforación) en el colon.
- Absceso.
- Infecciones en el tracto urinario.

**En casos muy poco comunes**, la diverticulitis puede ser una señal de alarma de cáncer del colon.

- Esta sospecha se puede eliminar a través de una colonoscopia.
- Si ha tenido un episodio de diverticulitis y no se ha sometido a una colonoscopia, pregunte a su médico si es aconsejable someterse a una, un par de meses después de su mejoría.

### Diverticulitis – lo que debe saber:

- ▶ Diverticulitis es el término que se utiliza cuando se infectan los divertículos, unos bolsillos que se forman en las paredes del intestino grueso.
- ▶ La diverticulitis es un problema de salud común que se observa principalmente en adultos mayores.
- ▶ La diverticulitis puede causar dolor intenso en la parte baja del abdomen, fiebre y cambios en las heces.
- ▶ La diverticulitis a menudo puede tratarse con descanso, una dieta especial y a veces es necesario el uso de antibióticos.
- ▶ Alimentarse con una dieta con alto contenido de fibra y hacer ejercicio durante 90 minutos a la semana puede ayudar a prevenir futuros ataques de diverticulitis.



La información proporcionada por AGA Institute no constituye evaluación médica y no se debe tomar como un sustituto de la consulta médica profesional.

Abril 2016

© AGA 2016