

Señales del síndrome de colon irritable

El síndrome de colon irritable (SCI) afecta entre el 6% y 18% de personas en todo el mundo.

Esta condición implica cambios en la frecuencia o forma de defecar y ocasiona dolor en el abdomen bajo.

Las dietas, el estrés, el mal sueño y los cambios en las bacterias de los intestinos pueden activar los síntomas.

Señales

Dolor y cólicos

El dolor abdominal es el síntoma más común y el factor clave en el diagnóstico.

Normalmente, tus intestinos y cerebro trabajan juntos para controlar la digestión. Esto sucede a través de las hormonas, nervios y señales liberadas por las bacterias buenas que viven en tu intestino.

En el SCI, estas señales de colaboración se distorsionan, lo que ocasiona una tensión descontrolada y dolorosa en los músculos del tracto digestivo.

Diarrea

El SCI con diarrea predominante es uno de los tres tipos principales del trastorno. Afecta aproximadamente a una tercera parte de pacientes con SCI.

Un estudio de 200 adultos determinó que las personas con SCI con diarrea predominante tenían, en promedio, 12 evacuaciones de vientre por semana; el doble de los adultos sin SCI.

El tránsito acelerado de los intestinos en el SCI también puede ocasionar una necesidad inmediata y repentina de evacuar. Algunos pacientes dicen que esto les causa estrés, e incluso evitan algunas situaciones sociales por temor a tener un episodio repentino de diarrea.

Constipación

Aunque parece contradictorio, el SCI puede ocasionar

constipación al igual que diarrea.

El SCI con diarrea predominante es el tipo más común, que afecta a 50% de personas con SCI.

La comunicación alterada entre el cerebro y los intestinos puede acelerar o reducir el tiempo del tránsito normal de las heces. Cuando el tiempo de tránsito se reduce, el intestino absorbe más agua de las heces y se dificulta expulsarlas.

Con información de Healthline