

Diverticulosis y diverticulitis

La **diverticulosis** es una afección por la que se forman pequeñas bolsas (llamadas **divertículos**) en puntos débiles de las paredes del colon.

La diverticulosis es frecuente en adultos de edad avanzada, y se produce en aproximadamente la mitad de las personas que tienen entre 60 y 80 años. Afecta a los hombres y las mujeres por igual. Los científicos no conocen cuáles son las causas de la diverticulosis. Una dieta baja en fibra podría desempeñar algún papel a la hora de desarrollar la enfermedad. Otra causa podrían ser las contracciones y los espasmos anormales de los músculos de la pared del colon. Se han asociado con la diverticulosis la obesidad, la falta de ejercicio y algunos medicamentos.

Síntomas

La mayor parte de las personas que tienen diverticulosis no tienen ningún síntoma. Cuando una diverticulosis provoca síntomas, se llama **enfermedad diverticular**. Los síntomas pueden incluir estreñimiento, calambres, distensión y sangrado indoloro del recto. La enfermedad diverticular también incluye **diverticulitis**.

La diverticulitis se produce cuando los divertículos se inflaman o infectan. Los síntomas incluyen dolor abdominal (habitualmente en el lado izquierdo), fiebre, náuseas, vómitos, calambres y estreñimiento. Las posibles complicaciones incluyen las siguientes:

- Absceso
- Estenosis (estrechamiento de parte del colon)
- Perforación (desgarro)
- Peritonitis (inflamación abdominal que puede producirse después de una perforación)
- Fístula (conexión anormal entre el colon y la vejiga, el intestino delgado, la vagina o la piel)

Diagnóstico

Debido a que habitualmente no provoca síntomas, la diverticulosis se descubre, en general, cuando se realiza una prueba como una colonoscopia por un motivo no relacionado. La diverticulosis y la enfermedad diverticular también se pueden diagnosticar con un **enema opaco** (exploración radiológica). La diverticulitis se diagnostica habitualmente con una exploración por CT del abdomen.

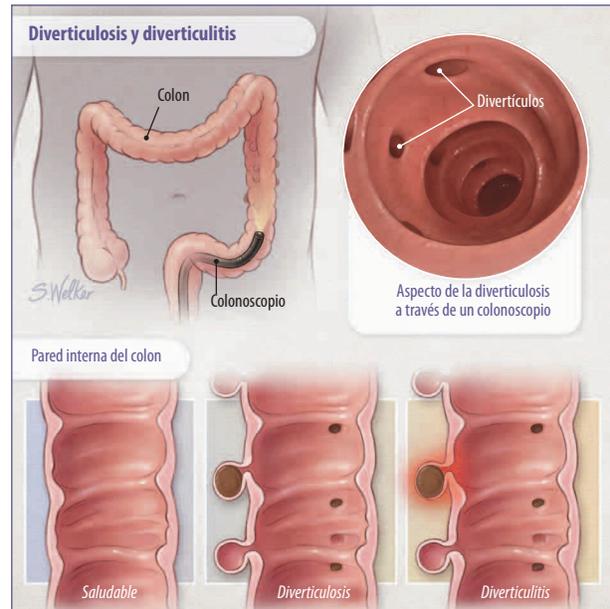
Prevención

Comer alimentos ricos en fibra puede ayudar a evitar el estreñimiento y reducir el riesgo de desarrollar diverticulosis. Los alimentos ricos en fibra incluyen los granos enteros y las frutas y verduras frescas.

Durante muchos años, los médicos recomendaron a los pacientes con diverticulosis y enfermedad diverticular que evitasen comer frutos secos, palomitas de maíz y semillas. Se creía que comer estos alimentos provocaba síntomas y causaba la diverticulitis. Un estudio publicado en la edición de *JAMA* del 27 de agosto de 2008, sin embargo, demostró que esto no era así. El estudio descubrió que comer frutos secos, maíz y palomitas de maíz no aumenta el riesgo de diverticulitis o hemorragia diverticular.

Autora: Amy E. Thompson, MD

Fuentes: American College of Gastroenterology, National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, National Library of Medicine Strate LL, Liu YL, Syngal S, Aldoori WH, Giovannucci EL. Nut, corn, and popcorn consumption and the incidence of diverticular disease. *JAMA*. 2008;300(8):907-914.



Tratamiento

El objetivo del tratamiento de la diverticulosis es prevenir y manejar los síntomas. Aumentar la ingesta de fibra comiendo alimentos ricos en fibra o tomando suplementos de fibra puede ayudar. Su médico también puede recomendar medicamentos o probióticos, que son "bacterias buenas" que se encuentran normalmente en un intestino saludable. Se requieren más investigaciones para determinar si los probióticos son eficaces a la hora de tratar la diverticulosis.

Muchos casos de diverticulitis leve se tratan en casa con antibióticos y unos cuantos días de dieta líquida. Si los síntomas son graves o usted tiene una complicación, es posible que deba recibir tratamiento en el hospital. El tratamiento en el hospital podría incluir antibióticos intravenosos, descanso intestinal (no comer ni beber) o cirugía.

La cirugía también podría ser una opción si tiene hemorragia diverticular que no se detiene por sí misma o episodios recurrentes de diverticulitis.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Biblioteca Nacional de Medicina (National Library of Medicine)
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/presentations/100158_1.htm

✚ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en www.jama.com. Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.