

Síndrome del Intestino Irritable

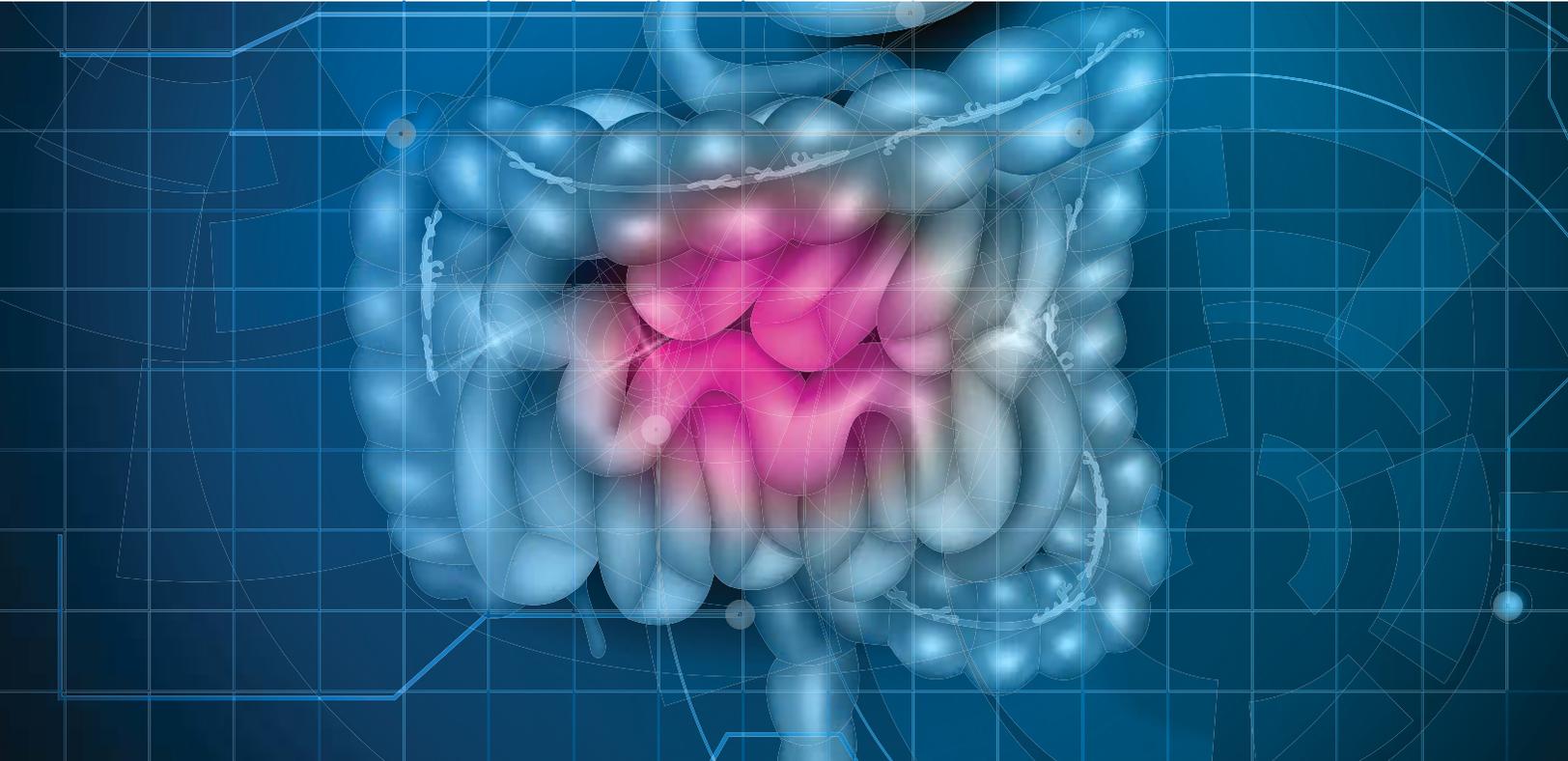
¿Qué es el síndrome del intestino irritable?

- El síndrome del intestino irritable (SII) es un trastorno gastrointestinal funcional predominado por el dolor (p-FGID, por sus siglas en inglés). Los p-FGID son “trastornos de la interacción intestino-cerebro” en los que las señales del cerebro y el tracto gastrointestinal (GI) no se comunican correctamente. Esta mala comunicación puede causar una variedad de síntomas gastrointestinales, siendo el dolor una molestia principal.
- Las personas con SII experimentan dolor abdominal crónico y hábitos intestinales alterados. Los hábitos intestinales alterados incluyen estreñimiento, diarrea o hábitos intestinales mixtos (es decir, alternando entre estreñimiento y diarrea).

¿Qué causa el síndrome del intestino irritable?

- El SII puede ser causado por varios factores, incluyendo cambios en el tracto gastrointestinal, la genética, sucesos durante los primeros años de vida, influencias ambientales y el temperamento psicológico. Algunos ejemplos incluyen:

- Hipersensibilidad visceral: Los pacientes con SII tienen “hipersensibilidad visceral”, lo cual significa que los nervios en el tracto gastrointestinal están hiperactivos y son altamente sensibles. Esta hipersensibilidad provoca un aumento del dolor incluso con la función intestinal normal (por ejemplo, al tener una defecación).
- Motilidad anormal: Algunos pacientes con SII experimentan un tránsito anormal de los alimentos por el tubo digestivo. En los pacientes con aumento en las contracciones intestinales, los alimentos pueden transitar demasiado rápido, provocando diarrea y dolor abdominal agudo. El tránsito lento posiblemente causa SII con estreñimiento. El estrés puede afectar el tránsito gastrointestinal en las personas con SII.
- Microbioma: El tracto gastrointestinal normalmente contiene bacterias y otros microorganismos que ayudan a mantenerlo saludable. Este “microbioma” es único para cada individuo y lo influyen la genética y la dieta. Al final se cree que establece la biología de una persona en relación a la salud



y la enfermedad. Las personas con SII tienen bacterias intestinales y fecales diferentes a las personas sin SII. Esta diferencia en las bacterias intestinales y fecales puede empeorar el SII.

- SII post-infeccioso: La bacteria en el intestino también puede cambiar después de una enfermedad o infección. Estos cambios pueden ocasionar que los nervios de los intestinos se vuelvan más sensibles, causando dolor abdominal.
- Sensibilidad alimentaria: La alimentación y la dieta probablemente afecten al SII. Algunas personas experimentan más síntomas después de consumir ciertos alimentos, llamados alimentos desencadenantes.
- Estrés: El SII es causado por un problema de comunicación entre el cerebro y el tracto gastrointestinal. Posiblemente alteren esta comunicación los cambios en el estado de ánimo, un aumento en la ansiedad y el estrés físico. Aunque el estrés y la ansiedad no son la única causa de los síntomas del SII, podrían empeorarlos. La manera en que interactúan el cerebro y el intestino posiblemente afectan la gravedad de los síntomas y la enfermedad del paciente. Los tratamientos para promover la relajación, como la ayuda profesional de un consejero, el yoga, la acupuntura y la visualización guiada, podrían ayudar.

¿Qué tan común es el síndrome del intestino irritable?

El SII es un trastorno gastrointestinal frecuentemente diagnosticado, y representa aproximadamente el 30% de las remisiones a gastroenterólogos. Los estudios han identificado síntomas del SII en 8% a 25% de los niños.

¿Cuáles son los signos y síntomas del síndrome del intestino irritable?

- Dolor abdominal/cólicos
- Estreñimiento
- Diarrea
- Flatulencia
- Distensión abdominal
- Eructación

¿Cómo se diagnostica el síndrome del intestino irritable?

No hay una prueba o un marcador biológico específico para diagnosticar el SII. Más bien, se necesita una evaluación muy completa y un examen físico por parte del proveedor de atención médica de su hijo para hacer el diagnóstico. Ciertos signos y síntomas llamados "Criterios de Roma" ayudan a los proveedores de atención médica a hacer un diagnóstico apropiado. Los signos y síntomas relevantes incluyen:

- Dolor abdominal recurrente, como mínimo 1 día por semana en los últimos 3 meses, asociado con 2 o más de los siguientes factores:
 - Relacionado con la evacuación intestinal
 - Asociado con un cambio en la frecuencia de las heces fecales
 - Asociado con un cambio en la apariencia de las heces fecales

Generalmente no es necesario realizar pruebas para diagnosticar el SII, aunque el proveedor de su hijo puede ordenar algunas pruebas de detección simples para detectar cualquier causa adicional de dolor. Las pruebas son específicas para cada paciente, pero pueden incluir:

- Análisis de sangre
- Estudio de heces fecales
- Ecografía abdominal para evaluar los órganos abdominales.
- Endoscopia superior para verificar si hay inflamación o infección; Esto se hace usando una cámara que se pasa por la boca para observar el esófago, el estómago y parte del intestino delgado.
- Colonoscopia para evaluar si hay inflamación o infección; Esto se hace usando una cámara que se pasa por el ano para observar el recto, el intestino grueso y la parte final del intestino delgado.

¿Cuál es el tratamiento del síndrome del intestino irritable?

- El tratamiento para el SII se basa en los tipos de síntomas y la gravedad.

- Pueden ser útiles los cambios en el estilo de vida.
 - Ejercicio: La actividad física puede ayudar a reducir tanto el estrés como los síntomas.
 - Reducción del estrés: Frecuentemente hay un componente de estrés asociado con el SII. En períodos de estrés o incluso de gran emoción, los síntomas del SII a menudo aumentan. Los ejercicios de respiración profunda, el yoga, la hipnoterapia, la visualización guiada y la terapia cognitivo-conductual pueden ayudar a los pacientes a aliviar el dolor cuando se presentan los síntomas.
 - Buena higiene del sueño:
 - Evite la cafeína cerca de la hora de acostarse.
 - Evite el uso de pantallas antes de acostarse. Avoid eating foods that are known to disturb sleep 1–2 hours before bedtime. These can include fried or fatty foods, greasy foods, spicy foods, and acidic foods.
 - Establezca una rutina regular y tranquila antes de acostarse. Engage in daily aerobic exercise.
 - Haga diariamente ejercicios aeróbicos.
- Los medicamentos pueden mejorar algunos síntomas asociados con el SII.
 - Laxantes y ablandadores osmóticos de heces: Para el SII con estreñimiento, el control del estreñimiento es importante. El proveedor de atención médica de su hijo puede recomendar ablandadores de heces o laxantes estimulantes para ayudar a su hijo a defecar diariamente.
 - Antiespasmódicos: Estos medicamentos ayudan a tratar el dolor abdominal y los espasmos en todos los subtipos de SII. Estos medicamentos incluyen dicyclomina e hiosciamina y se pueden tomar según sea necesario para ayudar a mejorar el dolor abdominal.
 - Aceite de menta: Este suplemento tiene propiedades antiespasmódicas y puede ayudar a aliviar el dolor abdominal.
 - Antidepresivos: Esta clase de medicamentos mejora el dolor abdominal y los síntomas del SII, particularmente en aquellos que tienen SII con diarrea. Disminuyen las deposiciones sueltas y reducen la urgencia de las deposiciones combatiendo la hipersensibilidad nerviosa en el tracto gastrointestinal. Los antidepresivos tricíclicos (ATC) y los inhibidores selectivos de la recaptura de la serotonina (ISRS) son una clase específica de antidepresivos/ ansiolíticos que pueden ayudar a tratar los síntomas del SII en los niños.
 - Probióticos: Algunos estudios muestran que los pacientes pueden mejorar del dolor abdominal y la distensión cuando toman un probiótico.
- Cada niño es diferente - es importante hablar con el proveedor de atención médica/ gastroenterólogo de su hijo acerca del mejor plan de tratamiento para sus síntomas del SII. Una combinación de cambios en el estilo de vida y en los medicamentos podría recomendarse para poder notar el mayor progreso referente a los síntomas.

¿Cuándo debo buscar atención médica para mi hijo?

El proveedor de atención médica de su hijo debe discutir con su familia los signos y síntomas que requieren atención médica urgente. En general, debe comunicarse con el proveedor de atención médica/gastroenterólogo de su hijo o ir al departamento de emergencias más cercano si su hijo experimenta alguno de los siguientes síntomas:

- Diarrea persistente o severa o sangre en las deposiciones
- Dolor abdominal severo
- Desmayo o pérdida del conocimiento.
- Deshidratación severa (disminución de la producción de orina, fontanela hundida, diarrea severa o vómitos, llanto sin que se produzcan lágrimas, incapacidad para retener líquidos sin vomitar)
- Vómito verde brillante y que contiene bilis.
- Fiebre superior a los 101°F (38.3 °C)

Referencias:

Chumpitazi, B. P., Weidler, E. M., Czyzewski, D. I., Self, M. M., Heitkemper, M., & Shulman, R. J. (2017). Childhood Irritable Bowel Syndrome Characteristics Are Related to Both Sex and Pubertal Development. *The Journal of Pediatrics*, 180, 141-147. doi:10.1016/j.jpeds.2016.08.045

Drossman, D. A. (2016). *Functional Gastrointestinal Disorders: History, Pathophysiology, Clinical Features, and Rome IV*. *Gastroenterology*, 150(6), 1262-1279. doi:10.1053/j.gastro.2016.02.032

Lacy, B. E., Mearin, F., Chang, L., Chey, W. D., Lembo, A. J., Simren, M., & Spiller, R. (2016). Bowel disorders. *Gastroenterology*, 150(6), 1393-1407.e5. doi:10.1053/j.gastro.2016.02.031

Lorenzo, C. D., Colletti, R. B., Lehmann, H. P., Boyle, J. T., Gerson, W. T., Hyams, J. S., . . . Kanda, P. T. (2005). Chronic Abdominal Pain In Children: A Technical Report of the American Academy of Pediatrics and the North American Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 40(3), 249-261. doi:10.1097/01.mpg.0000154661.39488.ac

Nurko, S., & Lorenzo, C. D. (2008). Functional Abdominal Pain: Time to Get Together and Move Forward. *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 47(5), 679-680. doi:10.1097/mpg.0b013e31818936d1

What is Sleep Hygiene? (n.d.). Retrieved March 18, 2019, from <https://www.sleepfoundation.org/articles/sleep-hygiene>

Autores: J. Trotter, CPNP / E. Burch, CPNP /
K. Rowell, FNP / Amanda Deacy, PhD

Revisado por: Andrea M. Glaser, MD 2/5/2020

➔ **Localice a un gastroenterólogo pediátrico**

RECORDATORIO IMPORTANTE: Esta información de la Sociedad Norteamericana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (NASPGHAN) está destinada únicamente a proporcionar información general educativa y no como una base definitiva para el diagnóstico o tratamiento en cualquier caso particular. Es muy importante que consulte a su médico acerca de su condición específica.

714 N Bethlehem Pike, Suite 300, Ambler, PA 19002 **Phone:** 215-641-9800 **Fax:** 215-641-1995 **naspghan.org**

Visítenos en **Facebook** en <https://www.facebook.com/NASPGHAN/>, síganos en

Twitter @NASPGHAN e **Instagram** #NASPGHAN

