



Si le llegara a suceder que después de una comida abundante o grasosa presente un dolor tipo cólico en el costado derecho del abdomen, acompañado de mareo y vómito, acuda de inmediato a recibir atención médica, ya que puede ser el indicio de inflamación de la vesícula biliar y derivar en obstrucción de su vía de excreción (conducto cístico).

Este problema recibe el nombre de colecistitis, el cual es causado en 90 por ciento de los casos por la presencia de cálculos (piedras) biliares que obstruyen las sustancias de desecho hacia el intestino. El principal factor de desarrollo de cálculos biliares es la presencia de colesterol, muy frecuente en personas con diabetes tipo II.

El doctor Eduardo Ramírez Jaramillo, subdirector Médico del Centro Médico Familiar Tlalpan del ISSSTE, explica que otras causas de colecistitis son el consumo de alcohol, tumores en la vesícula biliar (en raras ocasiones) o enfermedades en el órgano, como infecciones bacterianas debido a la concentración de bilis, sustancia generada por el hígado que colabora en la eliminación de toxinas y digestión de grasas.

“La bilis es necesaria para la digestión de las grasas, ya que es una sustancia ácida que facilita la asimilación de los ácidos grasos, presentes en lo que ingerimos. Cuando comemos, el hígado la segrega para que se mezcle con las grasas de los alimentos en el estómago, a fin de diluirlas para que ciertas enzimas del páncreas puedan digerirlas.

“En ocasiones, el colesterol (componente de las grasas) no es bien disuelto, lo que genera la formación de cristales que crecen poco a poco hasta convertirse en piedras o cálculos y que pueden acumularse en la vesícula biliar”, dice el doctor Ramírez Jaramillo.

Sobre el tratamiento a seguir, el gastroenterólogo señala que dependerá del tamaño del cálculo, que puede ser como un grano de arena y crecer a la dimensión de una pelota de golf. “Muchas veces se considera la extirpación de la vesícula biliar, ya que, aunque es un órgano importante, no es necesario para la vida. Extraída la vesícula, la bilis fluye directamente del

hígado al intestino delgado y no afecta la digestión. Si los cálculos biliares son de colesterol, también se pueden disolver con medicamento.

“Ahora bien, cuando se trata de colecistitis el tratamiento definitivo es la colecistectomía, es decir, intervención quirúrgica para destapar los ductos bloqueados”, hace hincapié el especialista del ISSSTE.

A tener en consideración

Existen dos tipos de colesterol, el LDL (lipoproteína de baja densidad) conocido como colesterol malo y el HDL (lipoproteína de alta densidad) llamado colesterol bueno. Ambos son necesarios para el funcionamiento del cuerpo, ya que ayudan al organismo a realizar diversas funciones, como la producción de hormonas reguladoras del metabolismo y de la reproducción; además, son muy importantes en el funcionamiento de las neuronas.

Para que los niveles de colesterol se consideren en un rango normal deben mantenerse en una medición menor a 200 mg/dL (miligramos por decilitro).

El colesterol es una sustancia natural que produce el hígado, pero también está presente en algunos alimentos que son parte de nuestra dieta diaria, por ejemplo, las llamadas grasas saturadas que se encuentran en carnes rojas, huevo y la mayoría de productos lácteos.

Por otra parte, las estatinas son los medicamentos comúnmente recetados para disminuir los niveles de colesterol malo en la sangre, con lo cual también se reducen las posibilidades de padecer enfermedades cardiovasculares, un ataque al corazón o un derrame cerebral.

Las estatinas impiden que se genere colesterol en el hígado y hacen descender estos niveles de un 20 por ciento hasta un 40 por ciento. Las estatinas no solo hacen bajar el colesterol malo (LDL) sino que pueden incrementar el colesterol bueno (HDL).

Es de suma importancia que como paciente diabético se mantenga al tanto de los niveles de colesterol, de manera que debe acudir periódicamente a su médico y seguir una dieta baja en grasas, además de hacer ejercicio diariamente.

Raúl Serrano