



Se considera que una persona padece estreñimiento crónico cuando presenta síntomas como esfuerzo o pujo al deponer, inflamación abdominal, sensación de evacuación incompleta y/o dificultad para expulsar las heces de manera persistente durante tres meses; sin embargo, el problema resulta más frecuente al haber diabetes mal controlada.

A decir del doctor Rafael Bravo Vera, médico internista del Hospital Ángeles Lomas, el estreñimiento es una condición cada vez más común en México, pues afecta a 14 por ciento de la población adulta, porcentaje que equivale al mismo número de personas con diabetes, es decir, tiene la misma frecuencia.

Incluso, argumentó el especialista, el impacto en la salud del paciente puede perjudicar su rendimiento laboral al ausentarse y mostrar menor productividad, además de tener complicaciones médicas que van desde hemorroides, fisuras anales, perforaciones en intestino y obstrucciones, entre otras.

Explicó que una de las principales causas del estreñimiento crónico consiste en la falta de movimiento regular de los intestinos, en específico del grueso o el colon, donde el músculo debería contraerse para conducir a las heces por dicho órgano y poder evacuar, es decir, motilidad.

No obstante, apuntó Bravo Vera, el músculo al no funcionar adecuadamente provoca que esta acción del intestino tienda a volverse lenta en respuesta a los estímulos realizados por la contracción.

El problema, dijo, también puede aparecer por afecciones en la glándula tiroides o por diabetes, en el último caso prevalece el riesgo cuando el paciente lleva años con la enfermedad y está mal controlada, porque pueden dañar poco a poco el intestino y generar molestias para evacuar.

El internista, también director médico de Janssen México, puntualizó que la diabetes podría dañar las terminales nerviosas que llegan al interior del intestino y, con ello, ocasionar una neuropatía (daño en las terminales nerviosas) para evitar hacer llegar las señales al músculo del órgano e impedir responder a las contracciones en la dinámica de desalojar las heces.

Asimismo, descartó que el estreñimiento crónico perturbe los niveles de glucosa en sangre de quienes sufren de diabetes, así como los medicamentos empleados en ambos malestares no presentan algún tipo de interacción.

“Existen fármacos que sí conducen al estreñimiento, como los utilizados para la presión arterial o algunos para contrarrestar el dolor (analgésicos), pero en el caso de la metformina, usada en el tratamiento y prevención de la diabetes mellitus tipo II, en dos de cada 10 personas tiende a ocasionar diarrea”, expresó el especialista.

Bravo Vera recordó que los laxantes son el tratamiento más recurrido para el estreñimiento y uno de los remedios de mayor venta libre en diversos lugares; sin embargo, la mitad de los usuarios reportan que no encuentran alivio adecuado para los síntomas del estreñimiento crónico.

De igual forma expuso que en fechas recientes se puso a disposición de quienes sufren estreñimiento el medicamento Rasotrans, el cual está diseñado para normalizar los movimientos intestinales y aliviar los síntomas del estreñimiento.

Pero, exhortó a los pacientes a acudir con un especialista para conocer las causas del problema y encontrar un medicamento apropiado al malestar.

Carlos Trejo Serrano