



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE AFECTADOS DE SÍNDROME DE INTESTINO IRRITABLE

- ¿Qué es el Síndrome de Intestino Irritable (SII)?
- ¿Cómo se diagnostica?
- ¿A quién afecta?
- ¿Cómo se cura?
- ¿Cuál es su gravedad?
- ¿Cómo actuar ante el SII?
- ¿Cuáles son los objetivos de la Asociación Española de Afectados de Síndrome de Intestino Irritable?
- ¿Quiénes somos AESII?
- ¿Cómo usar el lenguaje apropiadamente con las noticias y comunicados sobre afectados de SII?



¿Qué es el Síndrome de Intestino Irritable?

El Síndrome de Intestino Irritable (SII), conocido popularmente como colon irritable y/o colon espástico (IBS sus siglas en inglés) es una dolencia gastrointestinal crónica con diversas manifestaciones clínicas, sin causa conocida clara, hasta la fecha. La sintomatología abarca manifestaciones clínicas digestivas:

- Alteraciones en el hábito deposicional sin causa orgánica conocida (bien diarrea crónica, bien estreñimiento o una alternancia de ambos).
- Malestar y dolor abdominal con sensación de hinchazón.
- Urgencia defecatoria.
- Sensación de evacuación incompleta.
- Pirosis, dispepsia, aerofagia y mucorrea

Como enfermedades asociadas se han considerado:

- Fibromialgia.
- Síndrome de fatiga crónica.
- Dolor abdominal pélvico crónico.
- Ansiedad, depresión y fobia social.

El SII repercute en la calidad de vida de las personas afectadas con molestias que van desde malestares puntuales hasta períodos de incapacitación para llevar una vida laboral, social y personal plena. No hay cura conocida, simplemente una batería de medicamentos, dietas y consejos médicos para aliviar algunos de sus síntomas. Su diagnóstico puede ser confundido o enmascarar en ocasiones a otras enfermedades digestivas como celiaquía, enfermedad inflamatoria intestinal, colitis ulcerosa, candidiasis, sensibilidad no celíaca al gluten e intolerancia a la lactosa, entre otras. Se le atribuía por norma general un origen "nervioso" o psicossomático, si bien en la actualidad la mayoría de los especialistas coinciden en que participan diversos factores como la permeabilidad intestinal, la motilidad intestinal anormal, variaciones de la flora intestinal, hipersensibilidad visceral y el estrés como agente que "dispara" la sintomatología. Algunos alimentos se consideran muy perjudiciales para el SII, edulcorantes y grasas principalmente, los FODMAP (recientemente y en revisión), así como otros irritantes de la mucosa intestinal como café, alcohol, tabaco, picantes, etc. Las personas afectadas de SII a lo largo del curso de la enfermedad recurren a diferentes tratamientos, entre los que se encuentran las medidas dietéticas, fármacos antiespasmódicos, antidiarreicos o los laxantes (según el caso) ansiolíticos y antidepresivos, operaciones de cecopexia, remedios homeopáticos y acupuntura, reiki, yoga, taichí, el siempre recomendable ejercicio físico. Las personas afectadas de SII suele probar a lo largo de su vida casi todos esos remedios buscando dar con una solución parcial o total. Para más complejidad, al no saber exactamente qué lo provoca, la causa en sí, una cura o remisión de síntomas en un grupo de personas afectadas no sirve como patrón, así hay personas que han mejorado y/o se consideran curados mediante la cecopexia, otras con dietas libres de gluten y lácteos, otras con antidepresivos y otras personas con remedios de medicinas alternativas.



¿Cómo se diagnostica?

Para el diagnóstico se siguen actualmente los criterios **ROMAIII**:

Dolor o molestia abdominal recurrente al menos 3 días por mes en los últimos 3 meses asociado a dos o más de los siguientes síntomas:

1. Mejora con la defecación.
2. Comienzo asociado con un cambio en la frecuencia de las deposiciones.
3. Comienzo asociado con un cambio en la consistencia de las deposiciones.

Los criterios deben cumplirse durante los últimos 3 meses y los síntomas haber comenzado un mínimo de 6 meses antes del diagnóstico.

Se valora la presencia de los síntomas típicos (dolor abdominal y alteraciones en el hábito defecatorio), la normalidad de la exploración física hecha por el médico, y los resultados normales de diferentes pruebas incluyendo:

- Análisis de sangre y de heces.
- Radiografías.
- Colonoscopias y endoscopias (con y sin biopsia).
- Exploración con cápsula endoscópica.
- Pruebas de tránsito intestinal con bario
- Pruebas de intolerancia a alimentos como el gluten y los lácteos.
- Toda prueba que el especialista considera oportuna según el historial y edad del paciente.

En el diagnóstico diferencial se han de descartar numerosas patologías que cursan con síntomas parecidos.



¿A quién afecta?

El Síndrome de Intestino Irritable (SII) afecta en países occidentales a un porcentaje de población entre un 15 a un 20 por ciento, siendo su prevalencia superior en mujeres. Es una de las causas más habituales en las consultas de digestivo y motivo de absentismo laboral. Se calcula que en España lo pueden llegar a padecer hasta 4.000.000 de personas aproximadamente y suele aparecer en edades tempranas, adultos jóvenes, por lo general.

¿Cómo se cura?

El Síndrome de Intestino Irritable no tiene cura actualmente, de manera que el médico propone a la persona afectada una batería de medidas para aliviar los síntomas que incluyen tratamiento farmacológico, asistencia psicológica, dietas adaptadas y exploraciones y pruebas en el caso de cambios importantes en el estado de salud del paciente. Una buena relación médico paciente es esencial para el manejo adecuado del síndrome del intestino irritable.

¿Cuál es su gravedad?

El Síndrome de Intestino Irritable no es una enfermedad mortal, su carácter de enfermedad crónica y las características de su sintomatología afectan más a la calidad de vida de la persona, su entorno laboral, social y familiar que al estado general de su salud, la esperanza de vida de un afectado es la normal, si bien la repetición de los síntomas puede en ocasiones crear en el paciente la sensación de padecer dolencias de mayor gravedad.

¿Cómo actuar ante el SII?

La persona afectada de SII debe de tener la confianza suficiente con su médico y su entorno más inmediato para poder ofrecer datos útiles para el diagnóstico inicial y sucesivas exploraciones y/o pruebas. Dado que en muchas ocasiones cursa con trastornos de ansiedad, agorafobia e incluso depresión, las terapias de salud mental pueden ser útiles en el manejo de la enfermedad. El carácter crónico de la enfermedad lleva en ocasiones a buscar soluciones en diferentes terapias, actividades y remedios, así como a una exhaustiva búsqueda de información al respecto.

Es importante trasladar al entorno más inmediato la idea de que no es una enfermedad grave, pero en ocasiones molesta e incapacitante y sobre todo de que no se trata de un “capricho” o una forma de “llamar la atención”.

El elevado número de visitas a consultas y especialistas puede parecer en principio exagerado y en el recién diagnosticado puede influir negativamente respecto a la gravedad de la dolencia, si bien es importante que sepa que es parte de la dinámica de diagnóstico y tratamiento y las consultas interdisciplinares son habituales.

Para la persona afectada es importante saber el alcance de su dolencia así como las consecuencias derivadas de la misma de manera que pueda introducir en su vida los cambios terapéuticos que se le sugieran con plena confianza e información así como informar correctamente a su entorno.

Las características de la sintomatología clásica del SII limitan, en diferentes grados, la vida social y laboral, siendo este quizá el mayor “problema” al que se enfrenta, en parte porque no resulta fácil explicar a todo el mundo lo que se padece, y en parte porque la posibilidad de sufrir esos síntomas en público o situaciones inesperadas acaban por constituir uno de los “síntomas” clásicos del enfermo: el miedo.

Así puede recurrir a evitar la vida social, afectiva y laboral, bien en períodos de crisis bien en períodos prolongados. El cómo exponer la enfermedad, a quien y cuando son aspectos que crean en ocasiones ansiedad a las personas afectadas de SII.



¿Cuáles son los objetivos de la Asociación Española de Afectados de Síndrome de Intestino Irritable?

La **Asociación Española de Afectados de Síndrome de Intestino Irritable** (**AESII** o **aesii** en adelante) nace con el fin de agrupar a las personas afectadas de SII, sirviendo de vínculo y agente de cohesión entre ellos, así como actuar de vehículo de reclamaciones, propuestas y comunicados, a realizar tanto de forma individual como colectiva de los afectados, tanto hacia la administración pública como a cualquier organización, empresa, sociedad, asociación o colectivo en los que las personas afectadas de SII tengan participación, bien en su relación personal, laboral, social y/o jurídica.

¿Quiénes somos AESII?

Aessi se forma como ampliación necesaria de AACICAT a todo el estado español y sus ciudadanos residentes. La Asociación representa así mismo a todas aquellas personas, que libremente hayan decidido asociarse. Su Junta Directiva está formada por el grupo de trabajo inicial de creación de Aesii y está sujeta a los estatutos de la asociación.

¿Cómo usar el lenguaje apropiadamente con las noticias y comunicados sobre afectados de SII?

El SII es un síndrome de múltiples y variables manifestaciones clínicas, así estas manifestaciones clínicas y su sintomatología, deberán mencionarse en términos clínicos, evitado coloquialismos o el uso de términos populares y/o vulgarismos que puedan resultar peyorativos, hirientes o menoscabar la dignidad de las personas afectadas. El SII cursa en ocasiones con otras enfermedades incapacitantes y situaciones de dependencia y sin ser en la mayoría de los casos causa de discapacidad, la importancia de su impacto en la vida laboral y social ha de ser tomada como referencia a la hora de referirse a personas afectadas de SII. Teniendo en cuenta que la prevalencia en el sexo femenino es mayor que con el sexo masculino, las observaciones al lenguaje no sexista y de igualdad de género serán un referente en la comunicación de noticias, reportajes y entrevistas. El SII es denominado en algunas publicaciones como “colon nervioso”, término que no coincide con la realidad de la enfermedad y da una visión sesgada del origen del SII por lo que su uso se desaconseja en publicaciones, comunicados y publicaciones online.

Contacto

<http://www.aesii.es> , asociacionsii@aesii.es, asociacionsii@gmail.com .

Domicilio postal C/Francisco Pintado Fe 2 1ºB 33011 Oviedo. Asturias.