



Su gastroenterólogo le ha diagnosticado gastritis o úlcera gastro-duodenal

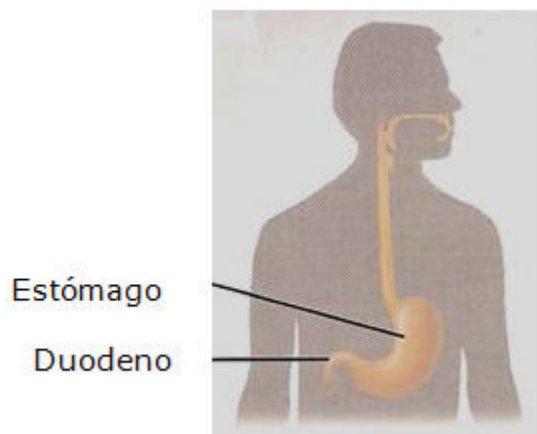
En este breve instructivo le orientará respecto de su situación.

Qué es un gastroenterólogo?

Es un médico especialista en las enfermedades del aparato digestivo. Luego de un largo entrenamiento está preparado para responder sus preguntas, realizar pruebas diagnósticas y prescribir un tratamiento indicado para su caso. Dada su experiencia en el tratamiento de muchos casos similares es quien mejor se encuentra preparado para abordar su enfermedad.

Enfermedad ulcero-péptica

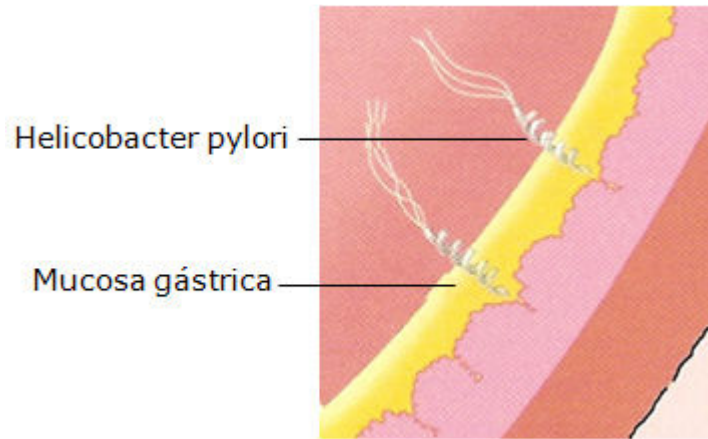
Comprende a las enfermedades también conocidas como úlcera gástrica, úlcera duodenal y algunas gastritis.



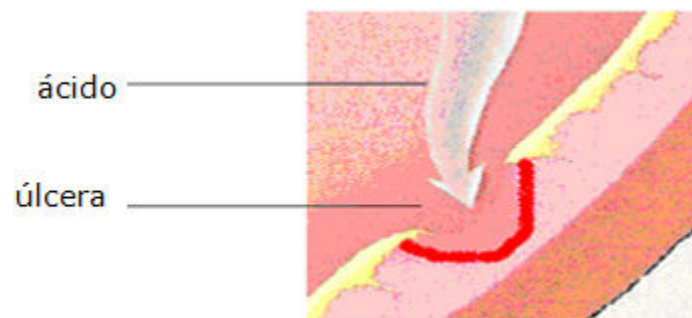
El estómago está revestido de una resistente membrana con múltiples microperforaciones por donde se secreta un poderoso ácido que inicia la digestión. Este ácido sin embargo no afecta al propio estómago debido a la protección brindada por la mencionada membrana mucosa. Si esta función protectora se altera, el ácido dañará las paredes del estómago provocando lesiones de diversa profundidad y gravedad (úlceras o gastritis) que pueden sangrar, causar dolor o llevar a la anemia. (cantidad de sangre insuficiente).

Cómo se producen estas lesiones?

Cuando una bacteria llamada *Helicobacter pylori* infecta a la capa mucosa del estómago o el duodeno se produce una alteración que permite que el ácido lastime los tejidos provocando heridas (erosiones o úlceras). Su forma espiralada le permite atravesar la mucosa gástrica y permanecer durante años sin ser atacada por el ácido gástrico.



Otras se producen por el consumo de algunos medicamentos tales como los antiinflamatorios (ibuprofeno, diclofenac, etc.) o la aspirina aún en bajas dosis.



Sin tratamiento una úlcera puede sufrir complicaciones que en algunos casos podrán requerir tratamiento quirúrgico. Otras veces la cicatrización de una úlcera puede ocasionar obstrucción de la salida del estómago impidiendo el pasaje de la comida, lo que puede ocasionar vómitos y dolor.



Colonia de Helicobacter pylori

El Helicobacter pylori es capaz de infectar las paredes del estómago y dañar los mecanismos de defensa contra el ácido, de manera tal que es el propio ácido y algunos productos agresivos de la misma bacteria quienes agreden y lastiman produciendo las úlceras y gastritis. La persistencia de esta infección puede motivar la repetición de las lesiones durante la vida. Es por ello que es fundamental eliminar la bacteria para impedir nuevas lesiones en el futuro.

Qué debemos saber?

El contagio de este germen se produce probablemente de persona a persona en edades tempranas de la vida. No existen estudios concluyentes que aseguren el contagio por agua o alimentos. Sin embargo higiene y conservación de la comida es capaz de disminuir la probabilidad de infección.

Una persona infectada no infectará a sus semejantes con solo conservar una buena higiene en la preparación de los alimentos y su correcta conservación.

Su médico tiene variadas maneras de pesquisar la infección por *Helicobacter pylori*: biopsias (una muestra de tejido durante la endoscopia), estudio del aliento, análisis de sangre, etc. En caso de comprobarse, se procederá a la erradicación de la bacteria mediante antibióticos en un breve tratamiento de una semana. Una vez erradicada la bacteria, todo volverá a la normalidad.

Cómo debo cuidarme?

Si bien algunas úlceras pueden curar espontáneamente, lo más seguro es confiar en los medicamentos y algunos cambios en su modo de vida.

Existen drogas capaces de disminuir la secreción de ácido de manera tal que se permita una buena cicatrización de los daños. La toma ordenada de esta medicación permitirá la rápida curación de sus lesiones.

Es importante la dieta?

Lo importante de la dieta reside en evitar o disminuir la ingesta de alimentos que pueden ser agresivos para el estómago: alcohol, café, mate de bombilla, cítricos, tucos, guisos, grasas en general y chocolate.

Una vez finalizado el tratamiento Ud. podrá volver a su dieta habitual. Coma despacio y tranquilo. Muchas veces es más importante **cómo** come y no **qué** come.

Algún otro cuidado?

Es fundamental tener precaución con el consumo de antiinflamatorios y aspirina en el futuro. En caso de ser necesaria la administración de estas drogas, será recomendable consultar a su gastroenterólogo quien le recomendará las medidas a tomar para proteger a su aparato digestivo.

Si bien el estrés puede empeorar un poco las cosas, esta enfermedad puede producirse en personas tranquilas.

El cigarrillo dificulta la correcta cicatrización de estas lesiones y será conveniente evitarlo lo máximo posible.



Entonces, sin el Helicobacter estoy curado?

Sí, las posibilidades de tener esta infección una vez curada son muy bajas. Recuerde que hay otras causas de úlcera y gastritis a las que todos estamos expuestos.

Finalmente, una dieta equilibrada seguida cotidianamente y una vida sana le permitirán disfrutar de una comida más pesada sin mayores consecuencias.



Recuerde ante la menor duda consulte a su gastroenterólogo