

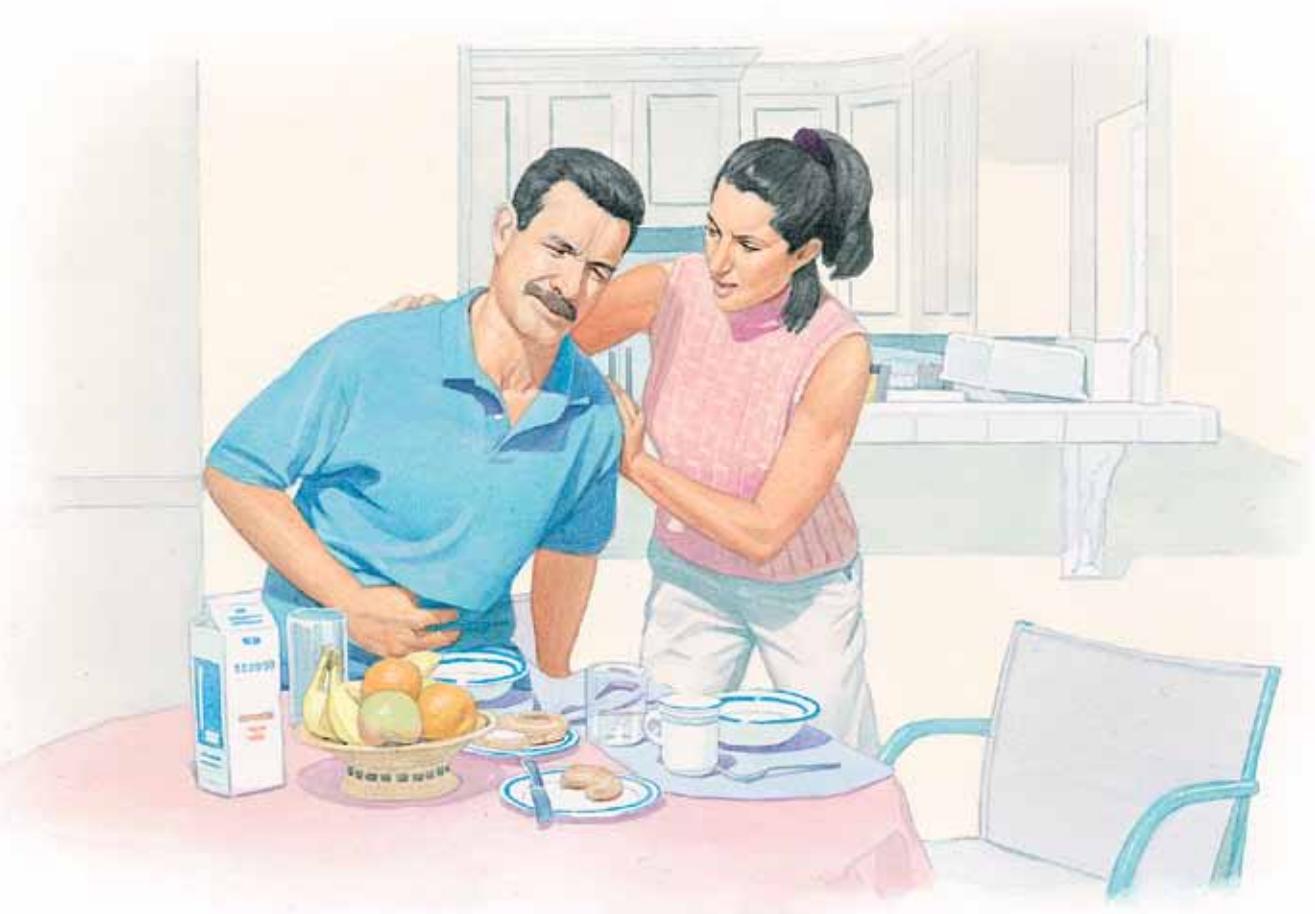
Resección intestinal limitada

Una cirugía para combatir la enfermedad de Crohn



¿Qué es la enfermedad de Crohn?

La enfermedad de Crohn es la inflamación (irritación e hinchazón) del tracto digestivo. La enfermedad de Crohn puede presentarse en cualquier lugar, desde la boca hasta el ano. En la mayoría de los casos, afecta la última parte del intestino delgado. Los síntomas pueden incluir espasmos o diarrea, generalmente después de las comidas. Nadie conoce la causa exacta de la enfermedad de Crohn. Pero es posible tratarla. Colabore con su médico. Juntos pueden controlar la enfermedad de Crohn para que pueda disfrutar de una vida plena.



Sus opciones de tratamiento

El médico le explicará las opciones de tratamiento. Tratamientos tales como medicamentos y cambios de estilo de vida pueden ayudarle a mantenerse activo/a. Si estas opciones no funcionan como usted necesita, existe la alternativa de la cirugía. Una intervención quirúrgica puede servir para aliviar los síntomas. Tenga en cuenta que la enfermedad de Crohn se considera una afección crónica. Por lo general, esto implica que no tiene cura, ni siquiera con una intervención quirúrgica. Eso no quiere decir que no pueda llevar una vida plena.



En este folleto

El funcionamiento del sistema digestivo	4
La enfermedad de Crohn y el tracto digestivo	5
Medicamentos.....	6
Manejar la vida cotidiana	8
La nutrición	9
Considerar una cirugía	10
Su experiencia quirúrgica.....	12

El funcionamiento del sistema digestivo

El tracto digestivo comienza en la boca y termina en el ano. Después de que usted mastica y traga la comida, el estómago la convierte en líquido. Luego, éste pasa al intestino delgado. Allí se absorben los nutrientes. Después, el intestino grueso elimina el agua y las sales del líquido. Esto contribuye a formar heces sólidas. Las heces se almacenan en el recto. Finalmente, éstas abandonan el cuerpo a través el ano.

Un sistema digestivo saludable

El esófago lleva el alimento de la boca al estómago.

El estómago rompe la comida hasta convertirla en una mezcla líquida.

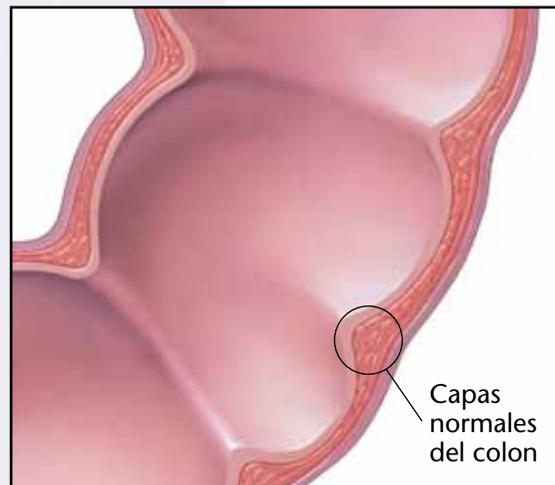
El intestino delgado absorbe los nutrientes una vez que el alimento se convirtió en líquido en el estómago.

El íleon es la parte final del intestino delgado. La comida ya digerida pasa del íleon al colon como desecho líquido.

El intestino grueso (colon) absorbe el agua y los minerales como las sales y de esa manera se forman heces sólidas.

El recto almacena las heces hasta que se evacuan los intestinos.

El ano es la abertura por la cual las heces abandonan el cuerpo.



Un intestino saludable tiene capas internas y externas que son suaves.

La enfermedad de Crohn y el tracto digestivo

La enfermedad de Crohn puede causar inflamación, llagas, infecciones y otros problemas. Puede afectar todas las capas del tracto digestivo. La inflamación puede dar lugar a espasmos, diarrea y sangre en las heces. Los síntomas pueden variar de una persona a otra.

Síntomas de la enfermedad de Crohn

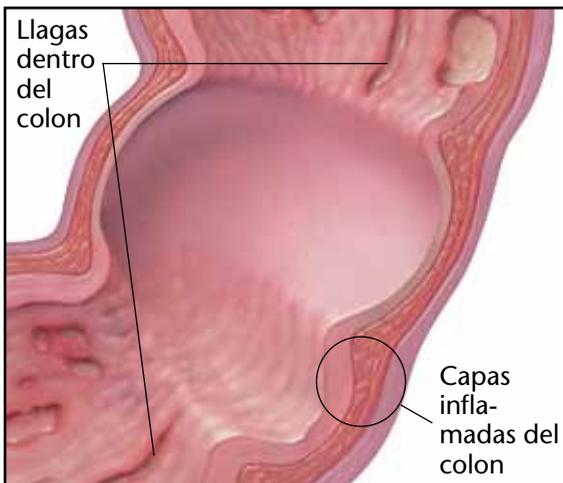
La enfermedad de Crohn puede afectar cualquier parte del tracto digestivo. Algunos de los signos y síntomas de esta afección incluyen:

- Dolor abdominal e hinchazón después de las comidas
- Dolor en la zona anal
- Fiebre y escalofríos.
- Falta de apetito y posible pérdida de peso
- Diarrea con sangre

Complicaciones de la enfermedad de Crohn

La enfermedad de Crohn puede causar otros problemas en el tracto digestivo. Por ejemplo:

- **Fistula:** Una abertura anormal dentro del tracto digestivo que puede supurar hacia otra parte del cuerpo
- **Estenosis:** Estrechamiento dentro del intestino delgado o grueso.
- **Absceso:** Masa blanca llena de pus infectado.
- **Megacolon tóxico:** Engrosamiento del colon y pérdida del tono muscular.



La enfermedad de Crohn puede afectar todas las capas del tracto digestivo.

Medicamentos

Puede que el médico le recete medicamentos para controlar sus síntomas y mejorar su calidad de vida. Los medicamentos no curarán la enfermedad de Crohn, pero pueden ayudar a evitar que la enfermedad le impida hacer su vida. Como siempre, colabore con su médico. Es posible que haya que cambiar los medicamentos o la dosis si presenta determinados efectos secundarios o si los síntomas varían.

Antiinflamatorios

Existen antiinflamatorios especiales para tratar el recubrimiento del intestino. Estos medicamentos reducen la hinchazón y la incomodidad. Sin embargo, no son como la aspirina y otros medicamentos de venta libre. Deben estar recetados por un médico.

Los antiinflamatorios más comunes para la colitis ulcerosa se denominan **compuestos 5-ASA**. Ayudan a controlar los síntomas por largos períodos de tiempo. Se pueden tomar en forma de pastillas. Pero también pueden aplicarse como enema o como supositorio (directamente en el recto).

El compuesto 5-ASA usado con más frecuencia es de la familia "sulfa". Su médico le explicará sus posibles efectos secundarios. Por ejemplo:

- Dolor de cabeza
- Estómago revuelto.
- Vómitos
- Salpullido en la piel

Los efectos secundarios menos comunes y más severos incluyen fiebre y problemas del corazón o del hígado. Los efectos secundarios graves pueden ser un signo de alergia a los medicamentos a base de sulfas. Si tiene alergia a los medicamentos a base de sulfa, es posible que deba cambiarlos. Su médico le explicará los efectos secundarios y demás detalles de los medicamentos nuevos que necesite tomar. Llame a su médico si alguno de los efectos secundarios se torna grave.



Corticosteroides

Su médico puede recetarle corticosteroide para reducir la inflamación. A diferencia de los compuestos 5-ASA, la mayoría de las veces, los corticosteroide se toman sólo por períodos cortos de tiempo. No deben consumirse en remisión (un largo período de tiempo sin síntomas graves). Si se toman durante mucho tiempo, pueden causar efectos secundarios serios. También pueden aumentar el riesgo de que contraiga diabetes (un problema con el azúcar en la sangre). Su médico controlará



Efectos secundarios a corto plazo

- Cambios de humor
- Problemas para dormir
- Aumento de peso.
- Cambios en la forma del cuerpo.
- Acné o cara hinchada.

Efectos secundarios a largo plazo

- Fracturas o pérdida de hueso.
- Problemas en los ojos.
- Vello en la cara (en las mujeres).
- Estrías
- La presión arterial alta

Otros medicamentos

Los inmunosupresores tratan la parte del cuerpo que lucha contra las enfermedades (el sistema inmunológico). Tratando el sistema inmunológico, se puede reducir la inflamación. Estos medicamentos sí pueden tomarse durante largo tiempo. Pero deberá ver a su médico con más frecuencia para controlar su salud.

Los antibióticos combaten las bacterias que pueden llevar a una infección en algunos casos de la enfermedad de Crohn. Algunos pacientes pueden tener llagas en el tracto digestivo. Las llagas supuran hacia otras partes del cuerpo. Esto puede llevar a infecciones. En algunos casos, los antibióticos también ayudan a reducir la inflamación.

Control de los efectos secundarios

Usted y su médico conversarán sobre los efectos secundarios. En la mayoría de los casos, los efectos secundarios son fáciles de manejar. Pero a veces pueden ser lo suficientemente graves como para requerir un cambio de medicación. Llame a su médico si tiene dificultades para manejarlos. También llame si presenta efectos secundarios no previstos.



Manejar la vida cotidiana

Puede llevar una vida plena aún cuando tenga la enfermedad de Crohn. Concéntrese en mantener sus síntomas bajo control. Y no permita que su enfermedad lo aisle. Planeando las cosas por adelantado y trabajando junto a su grupo de apoyo, puede encontrar formas de sobrellevar su afección. Además, puede ayudar a otros que también tengan enfermedad de Crohn.

Tenga un plan

Haga que su objetivo sea el siguiente:
La enfermedad de Crohn no evitará que haga las actividades que disfruto hacer.

Sin duda, necesitará hacer un plan para alcanzar ese objetivo. Pero tener una actitud positiva lo ayudará a sentir que usted tiene el control y no la enfermedad de Crohn. Aquí tiene otros consejos:

- Sepa dónde encontrar baños limpios
- Coma diversas comidas pequeñas en lugar de tres grandes, en especial cuando esté viajando o no tenga acceso a baños limpios.
- Si tuvo un brote recientemente, coma comidas que sabe que limitarán sus síntomas. Tenga a mano ese tipo de alimentos, tanto en casa como en el trabajo.
- Haga ejercicio todos los días
- Tome clases para reducir el estrés
- Si va a hacer un viaje largo, coménteselo al médico. Le enseñará qué hacer si tiene un brote cuando está en viaje.

Participe de un grupo de apoyo.

Unirse a un grupo de apoyo puede ayudarlo a canalizar las preocupaciones que tiene.

Hay otras personas que sintieron muchas de las cosas que usted siente. Saber que no está solo/a puede ser un gran alivio. O quizás alguien de su grupo de apoyo puede ofrecerle un consejo o una idea para afrontar su enfermedad que sea justo lo que necesitaba.

Además, no olvide lo satisfactorio que es ayudar a otro paciente con enfermedad de Crohn que lo necesita.



La nutrición

Es posible que pueda comer la mayoría de los alimentos hasta que tenga un nuevo brote. Pero al igual que cualquier otra persona, deberá tomar decisiones saludables respecto de la comida. Sin embargo, tenga en cuenta que algunas de las comidas más saludables pueden empeorar los síntomas. Mantener un registro de sus "comidas problemáticas" puede ser útil. Consulte a su médico todo lo que necesite acerca de la alimentación sana.

Evite los alimentos que le generan problemas

No existen reglas que indiquen qué comida es problemática. La mejor guía es la forma en que usted se siente cuando termina de comer. Es posible que tenga que evitar alimentos ricos en fibras o que sean difíciles de digerir. Por ejemplo, frutas y vegetales crudos. Las comidas ricas en grasas como los lácteos enteros y la carne roja, pueden empeorar los síntomas durante un brote.

Anote lo que come y cómo lo afecta. Si hay un tipo de comida que le da problemas, evítelo. También lleve un registro de las comidas que funcionan bien.

Posiblemente, el médico le indique que vea a un nutricionista para encontrar las opciones más adecuadas. El nutricionista puede ayudarlo a asegurarse de que la comida que coma sea "segura" y además le brinde los nutrientes que necesita.

Los alimentos que suelen ser "seguros"

No hay dos personas que respondan del mismo modo a todos los alimentos. Sin embargo, estas alternativas suelen ser "seguras" durante un brote:

- Atún enlatado en agua.
- Pollo sin piel
- Arroz blanco
- Papas horneadas (no coma la piel).
- Puré de papas
- Pasta sin condimentos
- Avena cocida instantánea.
- Duraznos o peras enlatados
- Compota de manzana
- Tostadas integrales
- Gelatina saborizada
- Flan de vainilla
- Natillas

Si necesita alimentación especial

En casos poco frecuentes, el intestino delgado no logra absorber los nutrientes. **La nutrición parenteral total (en inglés, TPN)** es un tratamiento que proporciona alimento mediante una **vía IV** (intravenosa). Esto le permite nutrirse sin comer y de esta forma el sistema digestivo puede descansar. La TPN también se puede utilizar para prepararse para la cirugía, si es necesario. Se puede realizar en un hospital o en el hogar con la ayuda de una enfermera.

Considerar una cirugía

Se puede llevar a cabo una intervención quirúrgica para ayudar a tratar la enfermedad de Crohn. Sirve para controlar los síntomas, tratar las complicaciones o cuando otros tratamientos fallan. Una operación le puede ayudar a sentirse mejor. Pero es muy probable que no cure la enfermedad de Crohn. Pasar o no por esta cirugía es una decisión que debe tomar con su médico.



Resección intestinal limitada

Esta cirugía se lleva a cabo para aliviar los síntomas de la enfermedad de Crohn. También se hace para tratar complicaciones, como estenosis o una fistula interna.

- La parte enferma del intestino se extirpa (resección).
- Si una fistula interna produjo un absceso (área infectada), éste se drena o se extrae.
- Las puntas del intestino se cosen entre sí. Esta conexión se denomina **anastomosis**.

Una vez que haya sanado: La evacuación de los intestinos se hará por recto y el ano.

Otras cirugías

Estenoplastia: Esta cirugía ensancha una estenosis (estrechamiento de una porción del intestino). Le harán una incisión a través de la estenosis. El intestino se ensancha quirúrgicamente y se vuelve a coser.

Cirugía de fistula anal: Esta cirugía ayuda a curar una fistula anal (una abertura anormal cerca del ano). Se puede realizar de manera ambulatoria. La fistula se abre quirúrgicamente. Esto ayuda a controlar la infección y permite que el tejido cercano y la piel sanen. En algunos casos, se coloca un catéter o **sutura** (punto) temporalmente en la fistula. Esto permite que el absceso drene.

Riesgos y complicaciones de la cirugía

La cirugía para la enfermedad de Crohn conlleva ciertos riesgos y complicaciones. El médico se los explicará. Pueden incluir:

- Infección
- Daño en los órganos que están cerca de la zona afectada
- Una anastomosis que filtre
- Coágulos de sangre
- Riesgos relacionados con la anestesia

La experiencia quirúrgica

Es necesario que sea consciente de lo que sucederá antes, durante y después de la cirugía. Tómese tiempo para prepararse. Esto puede ayudar a limitar las complicaciones. Puede que deba quedarse en el hospital una semana o más. Una vez que salga del hospital, la recuperación puede tomar hasta 6 meses, dependiendo del tipo de cirugía que haya tenido.

Preparación para la cirugía

Siga las instrucciones que le dieron, como por ejemplo:

- Si usted fuma, intente dejar de hacerlo.
- Informe a su médico qué medicamentos toma. Es posible que deba dejar de tomar algunos de esos medicamentos antes de la cirugía.
- Si así se lo indican, deje de ingerir alimentos sólidos uno o dos días antes de la cirugía. Cambie por una dieta de líquidos claros como el caldo.
- No beba ni coma nada después de la medianoche anterior al procedimiento. Esto incluye el agua, los chicles y las pastillas de menta.
- Utilice un enema o laxante según le hayan indicado antes de la cirugía.
- Si el médico le indica que tome medicamentos la mañana de la cirugía, use sólo una pequeña cantidad de agua para tomarlos.

Recuperación de la cirugía

Después de la intervención quirúrgica, un médico o enfermero le dará medicamentos para aliviar el dolor. Mientras esté en recuperación, lo controlarán de cerca.

Le indicarán que se levante y camine lo antes posible. Eso le ayudará a curarse más rápidamente. Los movimientos suaves pueden ayudar a la función digestiva. Caminar también ayuda al corazón y los pulmones. Esto evita que se formen coágulos en las piernas.

Durante los primeros días, lo alimentarán mediante una vía IV. Al principio, es posible que tenga **una sonda nasogástrica para** mantener el estómago vacío y ayudar a que el tracto digestivo sane.

Volver a la normalidad

- Manténgase activo. Pero evite los ejercicios fuertes y levantar objetos pesados durante el primer mes.
- Podrá caminar, subir escaleras, ducharse y bañarse poco después de la cirugía. De todas formas, no conduzca hasta que su médico lo autorice.
- Siga todas las instrucciones referentes a dietas especiales

Después de unos meses, sentirá que volvió a la normalidad. Para muchas personas, vale la pena la espera. Suelen tener más energía y confianza en sí mismos que la que tuvieron en años.

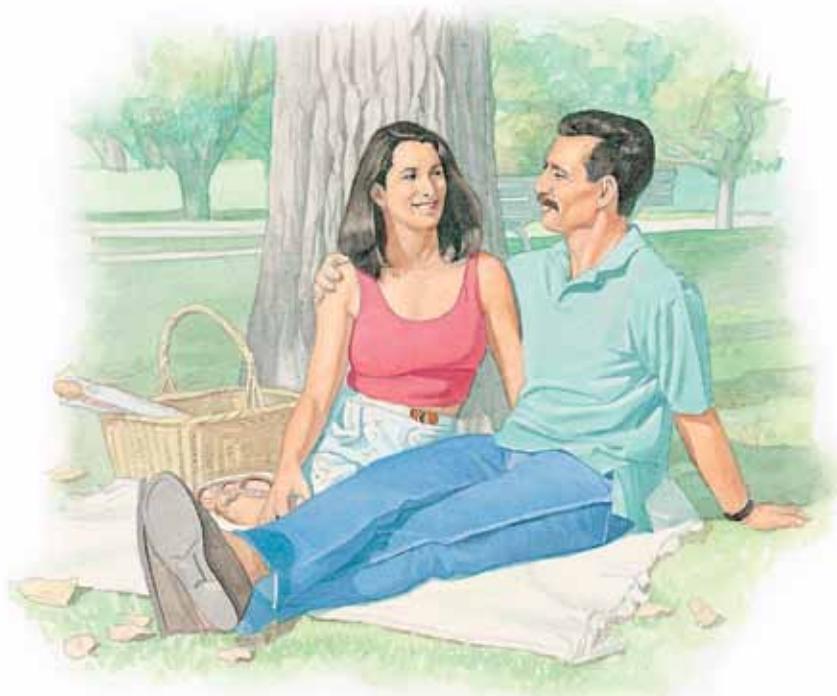
Cuándo debe llamar al médico

Llame a su médico de inmediato si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Fiebre
- Enrojecimiento, hinchazón o dolor cerca de la incisión
- Náuseas
- Constipación, diarrea o hinchazón
- Vómitos
- Dificultad para controlar la evacuación de los intestinos

Disfrutar de una vida activa

La enfermedad de Crohn no tiene porqué interferir en su forma de vida. Colabore con su médico. La cirugía y otros tratamientos pueden ayudarlo a controlar sus síntomas. Así, podrá salir y disfrutar nuevamente



KRAMES
staywell

www.kramesstaywell.com 800.333.3032

Este producto no pretende reemplazar la atención médica profesional.
Sólo un médico puede diagnosticar y tratar un problema médico.

©2010 The StayWell Company www.krames.com 800-333-3032 Todos los derechos reservados.