

DIARREA AGUDA



Asociación Colombiana
de Gastroenterología
Fundada en 1947

¿QUÉ ES?:

Se denomina diarrea aguda al aumento de la frecuencia en las deposiciones siendo de consistencia acuosa o suelta, más de tres veces al día acompañadas de síntomas entéricos como náuseas, vómito, dolor abdominal tipo cólico, tenesmo, urgencia fecal y flatulencia. Se dice que es diarrea aguda cuando dura hasta dos semanas, y diarrea prolongada si dura de dos a cuatro semanas. La diarrea puede llevar a consecuencias serias como la deshidratación severa y muerte sobre todo en niños y adultos mayores. Puede ser leve, moderada o severa. La causa más frecuente son los virus pero también puede deberse a intoxicación alimenticia por alimentos contaminados (con heces) con bacterias y parásitos intestinales. De acuerdo a su nivel de compromiso se tratará en principio con loperamida, hidratación oral con sales hidratantes o bebidas para deportistas y dieta a base de caldos caseros, galletas de soda y alimentos no condimentados hervidos u horneados.

Además pueden ser el efecto secundario de la administración de ciertos medicamentos como antibióticos, fármacos quimioterapéuticos, antiácidos que contengan magnesio y laxantes.

La forma moderada, que se presenta en viajeros acompañada de fiebre en unos casos, se trata con loperamida y antibiótico. Por lo general, no dura más de 72 horas.

La forma severa caracterizada por deposiciones sanguinolentas, con o sin fiebre, amerita estudio microbiológico para identificar la causa y proceder a instaurar el tratamiento específico.

CAUSAS Y FACTORES DE RIESGO:

- **BACTERIAS:** Son microorganismos enteropatógenos (enterococos, E.coli, estreptococos, criptosporidium, clostridium difficile, shiguelia, salmonella) provenientes de alimentos o aguas contaminadas con heces.
- **VIRUS:** Que causan enfermedades como la gripa o la influenza (rotavirus y adenoverus).
- **PARÁSITOS:** Organismos diminutos que se encuentran en los alimentos, aguas contaminadas y en la tierra (pueden acceder al organismo por la piel al caminar descalzo). Los más importantes son: Entamoeba Histolítica, giardia, áscaris, tricocéfalos, tenia, uncinarias.
- **Medicamentos:** Como los antibióticos, fármacos quimioterapéuticos
- **Problemas en digerir ciertos alimentos.**
- **Problemas en la función del colon,** causados por trastornos como el síndrome de intestino irritable.

SÍNTOMAS: (Debe consultar a su médico si los presenta:) Los más frecuentes son:

- Síntomas de deshidratación – sed, comportamiento de inquietud e irritabilidad, sequedad en la boca, ojos hundidos, reducción de la elasticidad de la piel
- Cólicos o dolor abdominal
- Necesidad urgente de ir al baño
- Pérdida del control o incontinencia
- Fiebre, escalofríos
- De acuerdo a la severidad o la causa pueden presentarse heces sanguinolentas



¿QUÉ TIPO DE EXÁMENES SE NECESITAN PARA EVALUAR SUS SÍNTOMAS Y LLEGAR A UN DIAGNÓSTICO?

- ELABORACIÓN DE HISTORIA CLÍNICA Y EXAMEN FÍSICO
- CUADRO HEMÁTICO COMPLETO – En busca de anemia o infecciones
- Coprológico
- Coprocultivo
- Antígenos específicos para el diagnóstica de la shiguella o salmonella

TRATAMIENTO:

- RESTITUCIÓN DE LÍQUIDOS, SALES Y MINERALES PERDIDOS: Abundante consumo de líquidos en forma de soluciones de rehidratación oral asociados a dieta blanda, suave y baja en grasas. O en caso de tener que hospitalizar al paciente se suministrará hidratación por vía endovenosa.
- ESTABLECER LA CAUSA: Dar tratamiento específico:
- Antiparasitarios – metronidazol; antihelmínticos
- Antibióticos: levofloxacina, ciprofloxacina, ofloxacina, azitromicina
- Hidratación ya sea oral o parenteral
- Dieta sin grasa, lácteos, condimentos

PREVENCIÓN:

- Consumo de agua hervida o embotellada
- Lavado frecuente de manos con agua y con jabón: antes de preparar los alimentos, después de ir al baño, antes de comer, al llegar de la calle
- Comer siempre alimentos frescos y que han sido almacenados adecuadamente – No volver a congelar lo que ya se ha descongelado
- Acostumbrar a niños y adultos a andar calzados
- Lactancia exclusivamente materna durante los primeros 6 meses de vida
- Vacunación contra rotavirus
- Suministrar consejería a los viajeros a zonas con riesgo – No consumir agua del grifo ni siquiera para lavarse los dientes; No comer en toldos ambulantes, no tomar agua que no sea embotellada; Consumir frutas que se puedan pelar y pelarlas personalmente; No tomar leche ni consumir lácteos sin pasteurizar; Evitar las frutas y verduras crudas.
- Uso de gel antibacterial después de ir al baño, antes de comer.