

---

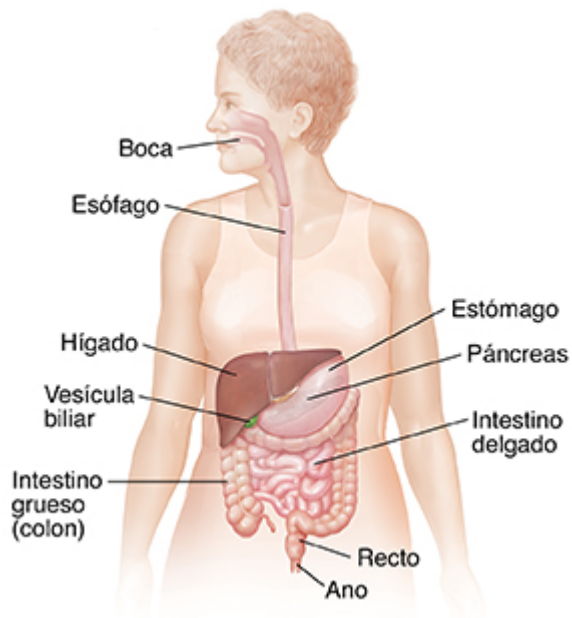
# FQ en adultos: problemas del sistema digestivo

Las personas con fibrosis quística (FQ) tienen una proteína en las células que no funciona bien. Esta proteína se denomina regulador de conducción de la transmembrana de la fibrosis quística (CFTR, por su sigla en inglés). La CFTR controla el flujo de agua y algunas sales dentro y fuera de las células del cuerpo. Cuando la cantidad de sal y agua dentro y fuera de las células cambia, la función celular se vuelve anormal. Esto afecta ciertas partes del sistema digestivo. Y puede causar ciertos problemas en personas con FQ.

## Sistema digestivo

El sistema digestivo está constituido por las siguientes partes:

- **Boca.** Recibe la comida y la rompe en pedazos, comenzando así el proceso de la digestión.
- **Esófago.** Este tubo conduce la comida desde la boca hasta el estómago.
- **Estómago.** Este órgano transforma los alimentos sólidos en una mezcla líquida.
- **Hígado.** Este órgano produce bilis para ayudar a digerir la grasa.
- **Vesícula biliar.** Bolsa que almacena bilis.
- **Páncreas.** Este órgano produce enzimas que descomponen los alimentos. También produce insulina, que ayuda al cuerpo a utilizar el azúcar.
- **Intestino delgado.** Este tubo digiere más la comida y absorbe nutrientes. La parte no absorbida pasa al colon como líquido de desecho.
- **Intestino grueso (colon).** Este tubo absorbe el agua, la sal y los minerales del desecho. Forma heces sólidas.
- **Recto.** Este tubo almacena las heces hasta que estas se expulsan del cuerpo durante la defecación.
- **Ano.** Es la abertura a través de la cual las heces salen del cuerpo.



## Problemas del páncreas

La FQ afecta el páncreas. Este órgano segrega sustancias que lo ayudan a digerir los alimentos. También controla el nivel de azúcar en la sangre.

Los problemas en el páncreas pueden ser graves. Algunas de las hormonas en el páncreas pueden destruirse. Y esto puede causar una intolerancia a la glucosa y a diabetes tipo 1. Muchas personas con FQ desarrollan diabetes.

Si tiene FQ, las secreciones del páncreas se tornan espesas. Y, luego, obstruyen los conductos dentro del páncreas. Esta obstrucción puede causar una disminución en la cantidad de enzimas digestivas que el páncreas produce. Como resultado, puede tener dificultad para absorber grasas, algunas proteínas y vitaminas liposolubles A, D, E y K. La mayoría de las personas con FQ no produce enzimas pancreáticas suficientes para digerir la comida con normalidad. Esto se conoce como insuficiencia pancreática. Usted tendrá que tomar suplementos de enzimas digestivas cuando coma. Hable con el equipo de atención médica sobre el mejor tipo para tomar y cómo tomarlos.

La mayoría de las personas con FQ necesitan tomar enzimas antes de cada comida y refrigerio. Pregúntele al equipo de atención médica qué alimentos o bebidas no requieren enzimas. Use los siguientes consejos cuando tome suplementos de enzimas:

- Tome las cápsulas con líquido y tráguelas enteras. No triture las enzimas. Si no puede tragar la cápsula entera, puede abrirla y espolvorear el contenido sobre la comida, como puré de manzana.
- Guarde las enzimas a temperatura ambiente. No las guarde en el refrigerador ni en ningún lugar que se caliente demasiado (como el automóvil).
- Las enzimas pueden caducar. Tenga en cuenta la fecha de vencimiento. Asegúrese de volver a obtener el surtido antes de que caduquen.
- Lleve enzimas con usted cuando esté fuera de casa para que pueda tomarlas cuando coma. No omita ninguna dosis.
- Si la comida va a durar más de 30 minutos, tome la mitad de la dosis de enzima al comienzo de la comida y la otra mitad a la mitad de la comida.

- Nunca modifique la dosis de enzima por su cuenta. Tómelas exactamente como le indique el proveedor de atención médica.

Hable con el proveedor de atención médica si tiene síntomas de malabsorción, como poco aumento de peso, dolor abdominal, distensión abdominal, exceso de gases o cambios en las deposiciones.

## Problemas de la vesícula biliar

La bilis de algunas personas con FQ es demasiado espesa. Fluye muy lentamente. Y puede formar piedras en la vesícula biliar. Es posible que deban extirparle la vesícula biliar. Es una cirugía común, incluso en personas que no tienen FQ. Puede digerir la comida incluso sin vesícula biliar. Pero los problemas de la vesícula biliar pueden causarle dolor y diarrea crónica con heces grandes, grasosas y de olor fuerte.

## Reflujo ácido

El páncreas produce un antiácido llamado bicarbonato. Este neutraliza el ácido del estómago durante el proceso de la digestión de la comida. En las personas con FQ, el páncreas no produce suficiente bicarbonato. Esto puede causar un exceso de ácido estomacal.

Las personas con FQ tienen más probabilidades de tener reflujo ácido. Esto se conoce también como enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE). La ERGE ocurre cuando el ácido del estómago sube hacia el esófago o incluso hasta la boca. Si padece de ERGE, puede tener acidez, náuseas y problemas al tragar. También puede causarle tos y asma. Puede hacer que coma menos y adelgace. Por la noche, puede ingresar un poco de ácido del estómago en los pulmones. Y esto puede causar problemas pulmonares. Infórmele al proveedor de atención médica si tiene síntomas de ERGE como, por ejemplo:

- Ardor en el esófago
- Hipo o eructos con mal gusto
- Se despierta por la noche ahogado o tosiendo

El proveedor de atención médica podría recetarle medicamentos para tratar la ERGE. Algunos medicamentos comunes son los inhibidores de bomba de protones (PPI, por su sigla en inglés). Estos ayudan a reducir los niveles de ácido en el estómago.

## Síndrome obstructivo intestinal distal (DIOS, por su sigla en inglés)

El DIOS es un problema que la FQ puede causar en el intestino. La FQ hace que el intestino no produzca suficiente mucosidad normal. Y es posible que se mueva más lento que lo normal. Es posible que también tenga comida sin digerir en los intestinos debido a problemas con el páncreas. Estos problemas pueden causar que heces secas obstruyan parcial o totalmente los intestinos. Es posible que tenga síntomas como los siguientes:

- Náuseas
- Vómitos con bilis verde o amarilla
- Dolor en la parte inferior derecha del abdomen

- 
- Abdomen hinchado
  - Dificultad para evacuar los intestinos
  - Sensación de hinchazón incluso después de la evacuación del intestino

Si tiene problemas de estreñimiento, tiene riesgo de padecer DIOS. El estreñimiento ocurre cuando tiene menos heces, heces más pequeñas o más duras que son difíciles de evacuar. Es posible que deba tomar un ablandador de heces o laxante. Hable con su proveedor de atención médica sobre lo que debe tomar.

## **Enfermedad hepática**

Algunas personas con FQ también pueden padecer una enfermedad hepática. Los síntomas de una enfermedad hepática son:

- Agrandamiento del hígado
- Hinchazón del abdomen
- Piel amarillenta (ictericia)
- Vómitos con sangre