

# ¿Qué es la dispepsia funcional?

La dispepsia es un conjunto de síntomas de la parte superior del abdomen que están relacionados con la digestión. Es posible que se sienta lleno con demasiada rapidez después de comer, y que sienta dolor o ardor. También es posible que presente otros síntomas. En algunos casos, la dispepsia es causada por una infección o un problema físico que se puede tratar. Pero la dispepsia funcional es un grupo de síntomas que pueden tener distintas causas en diferentes personas. Los síntomas duran mucho tiempo (crónicos). Usted tendrá que aprender maneras de manejar sus síntomas con el paso del tiempo. Esto puede incluir tomar medicamentos. También es posible que implique hacer cambios en su dieta y manejar su salud mental.

## How to say it

dihs-PEHP-see-yuh

## ¿Cuáles son las causas de la dispepsia funcional?

Los especialistas todavía están descubriendo cuáles pueden ser sus causas. Es probable que los síntomas se originen en un tubo digestivo que es muy sensible a ciertas cosas. Por ejemplo, el estrés y algunas comidas y bebidas. En algunos casos, los síntomas pueden comenzar después de una infección con bacterias, virus o parásitos. En otros casos, el movimiento (la motilidad) del tubo digestivo es anormal. O hubo cambios en la capacidad del estómago de soportar los alimentos.

## Síntomas de la dispepsia funcional

Los síntomas de tres meses o más de duración pueden incluir los siguientes:

- Sentir saciedad con demasiada rapidez
- Eruptar mucho
- Una sensación de ardor en la mitad de su pecho
- Dolor que no se alivia después de evacuar los intestinos o liberar gases
- Estómago revuelto (náuseas) o vómitos después de comer
- Sensación de hinchazón
- Pérdida de apetito

También puede tener síntomas del síndrome del intestino irritable (IBS, por su sigla en inglés). Estos pueden incluir estreñimiento o diarrea permanente.

## Tratamiento de la dispepsia funcional

Con la dispepsia funcional, pueden hacerle una endoscopia superior y los resultados suelen ser normales. Pero es posible que se recomiende este estudio, según su caso específico. Se hace para descartar otras causas posibles de los síntomas. Es posible que determinados síntomas requieran la realización de más pruebas.

Quizás su proveedor de atención médica le recete un medicamento para ayudar a aliviar sus síntomas. Es posible que usted tome uno o más de los siguientes:

- Medicamento para reducir el ácido estomacal. Es posible que tome un antagonista de los receptores de la H2. O podría tomar un inhibidor de la bomba de protones (PPI, por su sigla en inglés). Estos medicamentos reducen la cantidad de ácido que produce su estómago.
- Medicamento para aumentar el movimiento digestivo o permitir que el estómago tolere mejor los alimentos.
- Medicamentos neuromoduladores. Algunos de estos tipos de medicamentos pueden ayudar a reducir los síntomas.
- Medicamento para tratar una bacteria del estómago. Si los análisis muestran que usted tiene una bacteria en el estómago, le recetarán antibióticos.

## Cómo vivir con dispepsia funcional

Para manejar su afección con el paso del tiempo, usted también tendrá que hacer lo siguiente:

- Cambiar su dieta. Cafeína, alcohol y alimentos grasos o picantes pueden causar síntomas en algunas personas. Puede ayudar llevar un diario de cuándo aparecen sus síntomas y lo que usted estaba comiendo o bebiendo. Esto puede ayudarlo a descubrir qué alimentos y bebidas evitar.
- Concentrarse en su salud mental. La ansiedad, la depresión y el estrés también pueden causar síntomas en algunas personas. Aprender maneras de manejar su salud mental puede ayudar a aliviar los síntomas. Esto puede incluir la orientación de un consejero.

## Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame de inmediato a su proveedor de atención médica si presenta cualquiera de estos síntomas:

- Síntomas que no se alivian o que empeoran
- Síntomas nuevos
- Dificultad para tragiar
- Vómito que no se detiene
- Vómitos con sangre
- Heces negras alquitranadas o con sangre
- Descenso de peso de origen desconocido