



Mira el video

## Síndrome del intestino irritable (SII)



### Descripción general

Esta enfermedad crónica afecta a su intestino grueso. Con este problema, los intestinos son hipersensibles. Es posible que necesite ir al baño frecuentemente y con urgencia. Eso puede resultar incómodo y embarazoso. Puede interferir con su vida diaria.

### Causas y disparadores

Los médicos no saben a ciencia cierta la causa exacta del SII. Puede estar relacionado con un problema en la forma en que el cerebro se comunica con el sistema digestivo. Puede estar relacionado a problemas con las contracciones musculares que ayudan a que los alimentos pasen por el tracto digestivo. La genética puede jugar un papel en el SII. Puede estar relacionado con las bacterias existentes en sus intestinos. El síndrome del intestino irritable puede ser disparado por una variedad de alimentos. También puede ser provocado por eventos estresantes de la vida. Los disparadores pueden variar de persona en persona.

### Síntomas

Los síntomas pueden incluir dolor abdominal y calambres. Es posible que tenga distensión abdominal y exceso de gases. Puede tener diarrea o estreñimiento. Es posible que haya mucosidad en sus deposiciones. Estos síntomas pueden ir y venir.

### Tratamiento

Las opciones de tratamiento incluyen medicamentos y cambios en el estilo de vida. Es posible que se beneficie con el ejercicio. Reducir sus niveles de tensión y evitar aquellos alimentos que disparan su SII, también puede resultarle de beneficio. Su proveedor de atención médica puede crear un plan de cuidados que sea el adecuado para sus necesidades.