

# Colitis ulcerativa (UC)

## ¿Qué es la colitis ulcerativa?

La **colitis ulcerativa (UC, por sus siglas en inglés)** es una enfermedad del colon, o intestino grueso. El colon es donde los líquidos se reabsorben y los productos de desecho se preparan para su eliminación. La colitis ulcerativa produce **inflamación** (hinchazón) y **úlceras** (llagas) en el revestimiento del recto y el colon (por lo general en una sección continua del colon) que empieza en el recto. La UC es un tipo de **enfermedad inflamatoria intestinal** (IBD, por sus siglas en inglés), nombre general que se da a las enfermedades que causan inflamación de los intestinos. La IBD es diferente de la enfermedad de Crohn, la cual se propaga con más profundidad dentro de las capas de tejido.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas varían según la gravedad de su condición y por lo general incluyen uno o más de los siguientes:

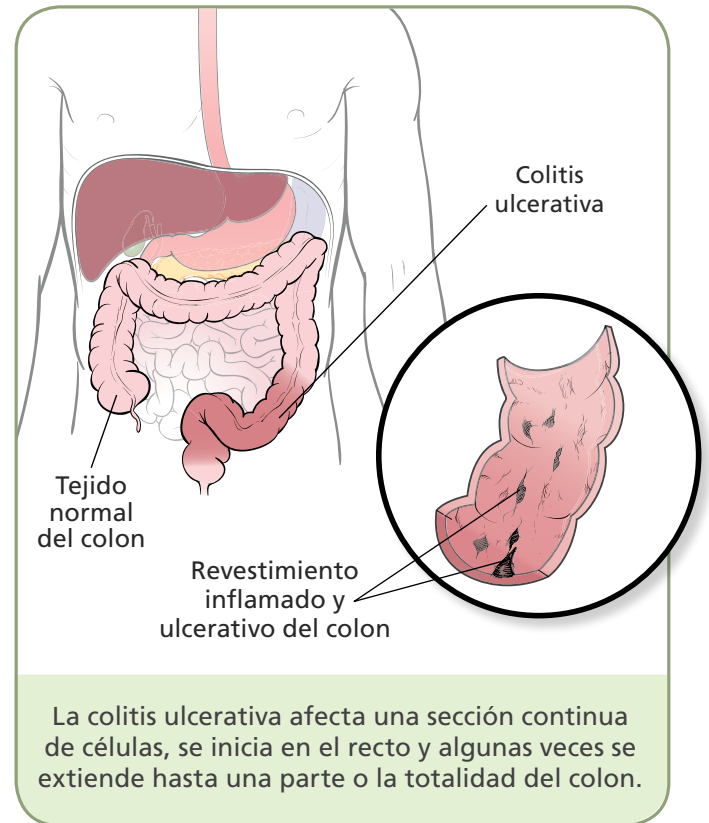
- Dolor abdominal
- Deshidratación
- Diarrea con sangre
- Sangrado rectal
- Anemia
- Lesiones en la piel
- Pérdida de peso
- Dolor articular
- Pérdida del apetito
- Fatiga

Los síntomas pueden ir y venir, y en ocasiones desaparecen por meses hasta años a la vez.

## ¿Cuál es la causa de la UC?

Los médicos no están seguros de las causas de esta enfermedad, pero la mayoría concuerda que esta **NO** es causada por sensibilidad a ciertos alimentos ni por estrés. Sin embargo, estos factores pueden desencadenar síntomas en una persona que ya padece de la enfermedad.

Sabemos que los pacientes con UC presentan reacciones anormales del sistema inmune que matan las células saludables en el revestimiento del colon. Entonces la inflamación y las úlceras se forman alrededor de las células muertas.



No queda claro lo que causa esta reacción anormal, pero usted podría correr mayor riesgo con base en:

- **Sus antecedentes familiares.** Es más probable que padezca UC si un familiar cercano la padece.
- **Su origen étnico.** Es más probable que desarrolle esta enfermedad si es de descendencia judía de Europa Oriental (askenazí).
- **Su edad.** La UC puede empezar en cualquier edad, pero por lo general se inicia entre los 15 y 30 años. Con menos frecuencia, puede empezar entre las edades de 50 y 70 años.
- **El medioambiente.** La UC es más común entre personas que viven en áreas urbanas y países industrializados.

## ¿Cómo se diagnostica la UC?

- Una **colonoscopia** es la mejor forma de saber si usted padece de UC. Durante una colonoscopia, se utiliza un tubo delgado y flexible con una cámara en el extremo (un **colonoscopio**) para mirar dentro de su colon. Ahí, el médico puede ver si hay inflamaciones o sangrados, y puede tomar muestras de los tejidos (biopsias) para analizarlas en un laboratorio.
- Las **pruebas de sangre** se utilizan para detectar señales de anemia (conteo bajo de glóbulos rojos) o infecciones en el recto o colon.
- Una **muestra de heces (popó)** también puede mostrar señales de sangrado o infección en el colon o el recto.
- El **enema de bario** le permite al médico ver todo el colon por medio de rayos X. El interior del colon es recubierto con un líquido blanquecino que contiene bario. El bario facilita ver cualquier problema en su colon.

## ¿Cómo se trata la UC?

- **Medicamentos.** Los médicos utilizan distintas clases de medicamentos para controlar la inflamación. Encontrar el mejor para usted podría llevarse un tiempo.
  - Los **medicamentos antiinflamatorios** disminuyen la inflamación de las úlceras.
  - Los **inmunosupresores** disminuyen la reacción de su sistema inmunitario a las bacterias. Estos también pueden disminuir los síntomas y la inflamación.
  - **Otros medicamentos** pueden aliviar el dolor, la diarrea, los desequilibrios nutricionales o las infecciones.
- **Hospitalización.** Algunos pacientes con diarrea fuerte y sangrados llegan a deshidratarse y deben ser hospitalizados. En el hospital, los proveedores de atención médica detendrán la diarrea y el sangrado, le darán fluidos y nutrición, y ajustarán sus medicamentos.
- **Cirugía.** Si otros tratamientos no reducen los síntomas o si los efectos secundarios de los medicamentos son muy fuertes, su médico le podría recomendar una cirugía. Eventualmente, cerca del 25% al 40% de los pacientes llegan a necesitar de la cirugía. Por lo general, esto significa la extirpación total del colon y el recto.

Después de esto, es probable que necesite usar una bolsa adherida a su abdomen para recoger las heces (**bolsa de colostomía**). Otra opción: el médico puede hacer una bolsa para adherirla al ano y que le permite a usted deponer de forma regular. Puesto que el colon normalmente absorbe agua, extirparlo puede significar que usted tenga varias deposiciones líquidas cada día.

## ¿Qué puedo hacer?

**Vigile su dieta.**

- Limite los productos lácteos o trate de tomar sustitutos libres de lactosa.
- Sea cuidadoso con la fibra. Esta podría empeorar sus gases y diarrea. Puede ayudarle comer frutas suaves y vegetales cocidos.
- Consuma comidas pequeñas y beba mucha agua.
- Limite los alimentos que empeoran sus síntomas.

**Mantenga el estrés bajo control.** El estrés puede afectar su digestión y empeorar los síntomas. Pídale a su médico que le ayude a establecer un plan de ejercicios.

**La actividad física.** Pregunte a su médico cómo comenzar un programa de ejercicios. La actividad física puede ayudar a aliviar el estrés y mejorar la salud gastrointestinal.

**Busque apoyo.** Pida a su médico una referencia de un terapeuta de salud mental o un psicólogo con conocimiento de IBD. Piense en unirse a un grupo de apoyo de personas que también enfrentan la enfermedad inflamatoria intestinal. Aprenda más sobre esta enfermedad en:

- IBD Support Foundation ([ibdsf.org](http://ibdsf.org))
- Crohn's and Colitis Foundation ([crohnscolitisfoundation.org](http://crohnscolitisfoundation.org))

## ¿Cuándo debo llamar a mi médico?

Compruebe con su médico si usted tiene:

- Dolor abdominal o sangre en las heces
- Diarrea constante que no mejora con medicamentos sin receta médica
- Fiebre inexplicable de 101 °F (38°C) o más que dura varios días

*Ulcerative Colitis (UC)*

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.