





ENFERMEDADES
GASTROINTESTINALES Y
CARDIOVASCULARES

Trastornos del estómago

- El término "dispepsia se aplica a las molestias o el dolor persistente en el abdomen superior. Las molestias pueden atribuirse a causas orgánicas como el reflujo esofágico, gastritis o úlceras pépticas, afectación biliar o cualquier otro trastorno identificable".120

- La gastritis y las úlceras pépticas pueden aparecer como consecuencia de la alteración de la integridad de la mucosa gástrica por una infección, un compuesto químico o una causa neurológica.¹²²
- La causa de gastritis más común originada por una infección es la que ocasiona la bacteria *Helicobacter pylori*, y debe tratarse lo antes posible con fármacos, debido a que si la infección avanza puede generar úlceras pépticas y cáncer. Esta bacteria existe en el estómago en cantidades adecuadas y, dependiendo del paciente, no genera daño.

Enfermedades del intestino delgado y grueso

- Las flatulencias (gases), el estreñimiento, la diarrea y la esteatorrea (presencia de grasa en sangre) no son enfermedades, son síntomas que suelen aparecer cuando existe alguna enfermedad.

- Estos síntomas pueden aparecer a diario como consecuencia de infecciones, alimentación y hábitos inadecuados, y excesos alimentarios.
- Las enfermedades más comunes del intestino delgado son:
 - 1) Celiacía/intolerancia al gluten
 - 2) Infecciones
 - 3) Intolerancia a la lactosa

- La celiacía o intolerancia al gluten es un trastorno inflamatorio del intestino delgado que se debe a una respuesta autoinmunitaria inadecuada frente a la ingesta de gluten por personas intolerantes al gluten.¹²³

- El tratamiento médico y nutricional para este padecimiento consiste en eliminar de la dieta diaria todo lo que contenga gluten.

La intolerancia a la lactosa

- es el padecimiento más común, y se refiere a la intolerancia al azúcar de la leche; precisamente, su tratamiento es eliminar de la dieta la lactosa, es decir, no consumir lácteos y sus derivados en la dieta diaria.

