

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jul 14, 2020

Enfermedad diverticular

La enfermedad diverticular es una afección común que puede provocar calambres dolorosos en el abdomen. Comer más fibra a veces puede ayudar. También hay tratamientos que pueden mejorar los síntomas.

Qué sucede?

Muchas personas tienen pequeñas bolsas de tejido que sobresalen de la pared intestinal. Los médicos llaman a estas bolsas **divertículos**. Si tiene síntomas debido a estas bolsas, su médico puede decir que tiene **enfermedad diverticular**.

Si estas bolsas se inflaman o infectan, esto se denomina **diverticulitis**. A veces, la diverticulitis puede provocar problemas más graves, como un orificio en el intestino o una obstrucción que impide defecar.

Los divertículos son un poco como una cámara de aire que atraviesa los puntos débiles de un neumático. Puedes tener solo una de estas bolsas. Pero la mayoría de las personas con enfermedad diverticular tienen más de una. Algunas personas tienen cientos.

Aunque a veces se pueden obtener estas bolsas en otros lugares, como en el estómago, aquí solo nos fijamos en los divertículos de la última parte del intestino grueso (el colon). Es posible que escuche que esto se llama **enfermedad diverticular del colon**.

Nadie sabe exactamente por qué las personas contraen divertículos. Pero es más probable que los consumas si no comes suficiente fibra. La fibra es la parte de las frutas, verduras y cereales que el cuerpo no puede digerir.

Cuáles son los síntomas?

La mayoría de las personas con divertículos no saben que tienen estas bolsas, ya que no suelen causar problemas. Muchas personas solo descubren que tienen divertículos cuando se hacen pruebas para otras afecciones que afectan sus intestinos.

Cuando los divertículos causan síntomas, los problemas más comunes son calambres dolorosos en la parte inferior del abdomen, generalmente en el lado izquierdo.

El dolor puede aparecer y desaparecer, o puede ser constante. A menudo comienza después de haber comido y mejora cuando expulsa gases o heces. Otros síntomas incluyen:

Enfermedad diverticular

- distensión
- estreñimiento o diarrea
- sangre en las heces. El sangrado puede ser abundante. Si ve sangre en sus heces, debe consultar a su médico de inmediato, ya que esto también puede ser un signo de una afección más grave.

Si una o más de estas bolsas se inflaman o infectan (lo que se denomina **diverticulitis**), es posible que tenga otros síntomas, como los siguientes:

- Dolor intenso y constante en la parte inferior del abdomen, probablemente en el lado izquierdo
- fiebre alta
- Náuseas y vómitos.

Los síntomas de la enfermedad diverticular y la diverticulitis pueden parecerse a los síntomas de muchas otras afecciones. Su médico lo examinará y puede analizar su sangre para detectar signos de inflamación e infección.

Dependiendo de sus síntomas, es posible que también le hagan otras pruebas, como una tomografía computarizada (un tipo de radiografía) o una colonoscopia. Durante una colonoscopia, los médicos utilizan un tubo delgado y flexible con una luz y una cámara en el extremo para observar el interior del colon.

qué tratamientos funcionan?

Si los divertículos no causan problemas

Si descubres que tienes divertículos durante las pruebas para otra afección y no tienes ningún síntoma, entonces no necesitas ningún tratamiento. Su médico puede simplemente sugerirle que coma muchos alimentos ricos en fibra, como frutas y verduras.

Si los divertículos causan síntomas leves

Si los divertículos causan síntomas leves, como algunos calambres, es probable que el médico te recomiende lo siguiente:

- Añadir más fibra a tu dieta. Esto podría implicar comer más alimentos ricos en fibra y posiblemente tomar un suplemento de fibra. También debe beber muchos líquidos.
- Tomar un tratamiento con antibióticos, si su médico cree que usted puede tener una infección.

Si tiene diverticulitis

Si los divertículos están inflamados o infectados, el médico te recomendará lo siguiente:

- tomar antibióticos. Es probable que tome comprimidos de antibióticos durante unos días. Si no mejoras, es probable que necesites tratamiento en el hospital con antibióticos a través de un goteo (una infusión intravenosa o IV).

Enfermedad diverticular

- Tomar analgésicos para hacer frente a cualquier molestia. Estos pueden ser analgésicos de venta libre, como el paracetamol, o medicamentos más fuertes que requieren receta médica.
- seguir una "dieta baja en residuos" hasta que sus síntomas mejoren. Esto significa comer alimentos que se digieran y absorban fácilmente, dejando que poco salga del cuerpo en las heces. Algunos ejemplos son el pan blanco, el arroz blanco, los zumos de verduras y frutas sin pulpa y los productos lácteos. Todos estos son alimentos bajos en fibra.

Si tiene complicaciones de la diverticulitis

La diverticulitis a veces puede provocar otros problemas (complicaciones), como

- sangrado abundante
- Un saco de pus infectado (un absceso) que se forma en el intestino
- una obstrucción en el intestino, o
- Una abertura anormal (llamada fístula) que se forma entre el intestino y otro órgano (como la vejiga).

Estas complicaciones pueden requerir cirugía para extirpar la parte afectada del intestino. Sin embargo, a veces otros tratamientos pueden ayudar. Por ejemplo, un absceso pequeño a veces se puede tratar con antibióticos y un absceso más grande se puede drenar.

Qué me va a pasar?

Sus síntomas pueden ser leves y es posible que tenga períodos prolongados en los que no tenga ningún problema. O bien, su afección puede ser más grave, con síntomas casi constantes.

Si ha tenido diverticulitis y se ha recuperado sin someterse a una cirugía, tiene una probabilidad de 1 en 3 de tener otro ataque dentro de cinco años. Los segundos ataques suelen ser más graves que los primeros ataques y son más difíciles de tratar.

Si tienes ataques repetidos, el médico puede sugerirte una cirugía para extirpar la parte afectada del intestino. Esto ayudará a prevenir más ataques.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2026. Todos los derechos reservados.

