

Dispepsia Funcional



Se conoce como dispepsia a la presencia de dolor o ardor en el abdomen alto, llenura molesta después de comer, sensación de estar satisfecho sin haber terminado de comer la cantidad usual de comida, eructos excesivos, náusea o vómitos escasos. Se presenta de manera recurrente o persistente, por más de 6 meses.

Se considera dispepsia funcional si no tiene lesión asociada, como por ejemplo: úlcera péptica, enfermedad de los movimientos gastrointestinales, gastritis aguda o la existencia de un cáncer gástrico por su alta frecuencia en Costa Rica.

Puede existir dispepsia por la presencia de una bacteria en el estómago llamada *Helicobacter pylori*. Por esto es importante la realización de una gastroscopia para descartar o diagnosticar estas enfermedades, y descartar también la existencia de esta bacteria por medio de un test de aliento, o un examen de heces específico para esa bacteria, o por una biopsia del estómago.

Tratamiento: el que el médico señale.

Recomendaciones dietéticas:

- Excluir comidas o medicamentos que pueden precipitar los síntomas como anti-inflamatorios no esteroideos, alcohol, cafeína y chocolate.
- Comer porciones pequeñas y baja en grasa, a intervalos regulares
- Consumir comidas probióticas como yogurt

Recomendaciones psicológicas:

- Psicoterapia, algunas veces la dispepsia, puede ser causada por estrés.

Bibliografía:

National Library of Medicine, or "Vancouver style" (International Committee of Medical Journal Editors): DynaMed [Internet]. Ipswich (MA): EBSCO Information Services. 1995 - . Record No. T114754, Functional Dyspepsia; [updated 2018 Dec 05]. Available from <https://www.dynamed-com.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr/topics/dmp~AN~T114754>. Registration and login required.