

No se trague el dolor

Una gran cantidad de visitas al servicio de urgencias se debe a problemas abdominales.

Los Institutos Nacionales de Salud publicaron un estudio que confirma que las dolencias gastrointestinales representaron el 11 % del total de visitas al servicio de urgencias entre 2016 y 2019, mientras que poco menos del 17 % de esos pacientes fueron ingresados en el hospital. Esto se alinea con el porcentaje de visitas relacionadas con problemas abdominales en todas las instalaciones de OSF HealthCare. Desde el 1 de abril de 2023 hasta marzo de 2024, hubo 36,340 visitas al servicio de urgencias relacionadas con problemas abdominales, alrededor de un 9 % de las visitas totales.

El Dr. Samuel Vázquez es cirujano general en OSF HealthCare. Muchos de los pacientes que trata sufren de dolor de estómago agudo que termina siendo algo más grave.

“Las razones más comunes por las que las personas ingresan a la sala de urgencias son que están sufriendo un ataque de vesícula biliar o de apéndice”, señala el Dr. Vázquez. “Si ya ha pasado por una cirugía, corre riesgo de sufrir obstrucciones intestinales, por lo que puede sufrir dolor abdominal agudo, junto con vómitos y náuseas. Las hernias son la razón más común. La situación es que, normalmente, está levantando algo, cortando el césped, etc., y le empieza a doler, y el dolor no desaparece”.

Razones para buscar ayuda

Si tiene dolor abdominal agudo, náuseas, vómitos y fiebre, hay razones para hablar con su proveedor médico. Según la gravedad de los síntomas, podría derivar en una visita al servicio de urgencias.

No se trague el dolor, actúe rápido

El Dr. Vázquez afirma que el tiempo es esencial. Si se presentan síntomas graves, trátelos de inmediato.

“Cuando se trata de problemas quirúrgicos agudos, como hernia, obstrucción intestinal, ataques de vesícula biliar o apendicitis, el momento más fácil y mejor para atenderlo es cuando se presenta por primera vez”, indica el Dr. Vázquez. “Podemos tratarlo unos días más tarde, pero esto hace que todo sea más difícil”.

Aumento de casos durante el verano

Las temperaturas más cálidas suelen ir acompañadas de un aumento de las actividades divertidas al aire libre. Sin embargo, el Dr. Vázquez dice que también hay una correlación entre los meses de verano y el aumento de visitas al servicio de urgencias por problemas estomacales.

“Especialmente por hernias, porque todo el mundo está al aire libre haciendo trabajos de jardinería, deportes, etc.”, afirma el Dr. Vázquez. “Asimismo, durante las vacaciones, es mucho más frecuente ver patologías de la vesícula biliar porque todo el mundo come fuera de casa y no come lo que come normalmente. Tienden a tener estos ataques”.

Consejos de prevención

El Dr. Vázquez señala que hay cosas que se pueden hacer a diario para reducir las probabilidades de acudir al servicio de urgencias por problemas estomacales. Evite fumar, coma más saludable, coma menos alimentos procesados y haga ejercicio para mantener un estilo de vida saludable en general.

Aunque los ejercicios abdominales fortalecen los músculos que rodean el abdomen y la ingle, también pueden provocar hernias, sobre todo al levantar mucho peso.