

DATOS SOBRE LA ALTERACIÓN SE HAN POPULARIZADO EN REDES SOCIALES:

El temido SIBO, un trastorno digestivo “de moda” sobrediagnosticado

JANINA MARCANO

Si recientemente ha escuchado la palabra SIBO, podría ser porque se ha vuelto una sigla muy popular por estos días en redes sociales.

El sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado (SIBO, por sus siglas en inglés) es un tema que aparece en millones de *reels*, según el hashtag #SIBO en Instagram y en millones de videos de TikTok.

En estas plataformas se puede observar cómo los usuarios relatan lo que para muchos de ellos se ha convertido en una “pesadilla”.

Dolor de estómago, hinchazón después de comer y gases, así como estreñimiento, son algunos de los síntomas que describen, al tiempo que cuentan que les han diagnosticado SIBO.

“Todos tenemos bacterias y otros microorganismos en nuestro tubo digestivo, pero en esta condición habría, en teoría, más de lo esperado”, explica Francisco Tortorolo, gastroenterólogo de Clínica Dávila.

“Se propone que esto pudiese eventualmente favorecer o agravar diversos síntomas digestivos como la diarrea crónica, la distensión abdominal y la disminución en la absorción de algunos nutrientes”, añade el médico.

Especialistas en el tema coinciden en que el verdadero fenómeno que estaría ocurriendo es un sobre-diagnóstico de esta alteración en varios países, incluido Chile.

Catalina Farias, gastroenteróloga de Clínica Dávila Vespucio, plantea que esto estaría pasando probablemente “en relación con información en las redes sociales”.

Coincide Tortorolo: “Al haber más información disponible en internet, algunos pacientes han leído o escuchado sobre esto y preguntan al respecto”.

El médico agrega: “Considero que si hay un sobrediagnóstico, tanto debido a los exámenes disponibles, que tienen limitaciones, como al sospechar típicamente con los síntomas”.

Esteban Glasinovic, gastroenterólogo de Clínica Alemana, tiene un punto de vista muy similar: “Probablemente lo que está ocurriendo es que las redes sociales han hecho que se tenga más conocimiento del tema o que la gente esté más atenta a esto. Pero no está demostrado formalmente que hayan aumentado los casos de personas que tienen la alteración en el último tiempo”.

Según advierten los especialistas, si bien el SIBO existe, no todos los cuadros gastrointestinales con síntomas similares responden a esta afección.

“Hay gente que tiene intolerancia a la lactosa o a ciertos alimentos que pueden producir molestias pa-

Médicos especialistas creen que no hay un aumento real de los casos de esta dolencia intestinal que se ha hecho famosa en internet en el último tiempo. Debido a ese fenómeno, explican, habría más pacientes consultando y autodiagnosticándose. Además, por el momento no existen pruebas de detección fiables, lo que también podría estar influyendo en diagnósticos erróneos.



La hinchazón abdominal es un síntoma común entre pacientes con SIBO. Sin embargo, este malestar puede deberse a otras patologías, por lo que se recomienda la consulta médica.

“No está demostrado que estén aumentando los casos de SIBO, aunque el tema sea más popular en redes sociales. Lo recomendable es consultar a un especialista para estar seguros de que esa sea la causa de los síntomas”.

Esteban Glasinovic
Gastroenterólogo de Clínica Alemana

recidas a los del SIBO. Entonces, como se está buscando mucho más porque la gente consulta más y el tema está de moda, los mismos pacientes o los médicos pueden estar atribuyendo estos síntomas al SIBO, pero podría ser otra cosa”, plantea Glasinovic.

Pruebas confiables

Ana María Madrid, jefa del Servicio de Gastroenterología del Hospital Clínico Universidad de Chile, alerta sobre otro punto: la falta de pruebas de detección fiables.

Según explica la especialista, actualmente hay al menos dos opciones para el diagnóstico, como la toma de una muestra de líquido del intestino delgado o un examen menos invasivo llamado “test de aire aspirado”.

Sin embargo, no existe un con-

cepto claro en la comunidad médica sobre cómo leer o interpretar los resultados, señala Madrid.

Lo anterior se traduce en “que se está diagnosticando mal y por eso la gente percibe que hay más personas que presentan SIBO, pero esto no está demostrado”.

Las causas que llevan a desarrollar esta alteración gastrointestinal son múltiples, señala Farias.

“No existe una causa única. Se ha planteado que hay factores de estilo de vida y hábitos como causas principales, como el tabaquismo, el abuso de antibióticos, de lácteos y de alimentos procesados”, dice la experta.

Predisposición

Sobre este punto, Glasinovic comenta: “Por otro lado, hay gente que tiene predisposición. Hay pa-

cientes que tienen trastornos de los movimientos del intestino, como que se vuelve más lento, y ahí pueden proliferar las bacterias. También hay alteraciones anatómicas o enfermedades como parkinson o patologías pancreáticas que pueden predisponer al intestino a acumular bacterias”.

El gran problema asociado a un posible sobrediagnóstico del SIBO, advierten los entrevistados, es la automedicación y los cambios de dieta que los pacientes aplican.

“El tema se ha enfocado de manera errónea en las redes sociales y muchas personas están dejando de comer muchos alimentos y restringiendo muchísimo su dieta por supuestamente tener SIBO”, alerta la doctora Madrid.

Concorda Glasinovic: “Esto no

Reconocer y consultar

Según explican los especialistas, cuando hay un sobrecrecimiento de múltiples bacterias en el intestino delgado, este se inflama y puede perder su capacidad de absorber los nutrientes, desencadenando a su vez varias dolencias relacionadas con el SIBO.

El principal síntoma de esta alteración es el aumento de los gases y, dependiendo de cuál afecte al paciente, se desarrollan malestares distintos, como puede ser diarrea, hinchazón o estreñimiento severo.

Los entrevistados ven con preocupación que en las redes sociales se ha disparado el contenido sobre el SIBO, con influencers o creadores de contenido explicando su caso, e incluso recomendando productos para tratar los síntomas.

Ante ello, los médicos recomiendan consultar a un especialista frente a la detección de algún síntoma, en lugar de exponerse a la automedicación, la cual podría empeorar los síntomas y poner en riesgo la salud, advierten.

se debe autodiagnosticar y mucho menos automedicarse si no se ha estudiado bien lo que le está ocurriendo al paciente, como ver si no se está pasando por alto otra patología que puede ser de mayor consideración o más grave. Además, todo medicamento mal indicado puede tener efectos adversos”.

Ante un diagnóstico certero, el tratamiento habitual consiste en antibióticos indicados por un especialista, explican los expertos.

“Generalmente, se utilizan uno o dos antibióticos. Hay casos especiales poco comunes en que se ha propuesto utilizar en forma rotativa y recurrente estos fármacos, al tener condiciones que perpetúan el SIBO y que sean muy sintomáticos”, explica Tortorolo.

“No obstante, es muy infrecuente que esta condición sea lo único o lo principal, y que dando solamente tratamiento al SIBO se acaben todos los síntomas de forma duradera. Lo habitual es que se requieran otras medidas que deben abordarse en conjunto con el paciente, como cambios en estilo de vida y alimentación, normalización del tránsito intestinal, manejo del intestino irritable y/o dispepsia, entre otros”, agrega el médico.

Y puntualiza: “El tratamiento (farmacológico) de un eventual SIBO sería, por tanto, una medida agregada o adicional dentro de un conjunto de acciones”.