

Salud

Estudio revela claves para enfrentar el síndrome de dumping tras cirugías bariátricas

La investigación profundiza en las causas, síntomas y tratamientos de esta condición, destacando el rol de la alimentación, la microbiota y del acompañamiento profesional

La creciente realización de cirugías bariátricas en Chile y el mundo ha traído consigo nuevos desafíos para el seguimiento clínico y nutricional de los pacientes. Uno de ellos es el síndrome de dumping, una complicación que se manifiesta cuando los alimentos pasan demasiado rápido al intestino delgado y provocan síntomas digestivos y metabólicos que pueden afectar la calidad de vida.

Esta condición fue analizada en profundidad en el estudio "Dumping Syndrome After Bariatric Surgery: Advanced Nutritional Perspectives and Integrated Pharmacological Management", publicado en la revista *Nutrients*.

El artículo reúne a investigadores de múltiples instituciones de América Latina: Universidad Católica de la Santísima Concepción (UCSC), Universidad Andrés Bello (UNAB), Clínica General del Norte (Colombia), Universidad de la Costa (Colombia), Universidad Simón Bolívar (Colombia), Universidad del Zulia (Venezuela), y Universidad Arturo Prat (UNAP). En esta oportunidad, la UCSC estuvo representada por la académica Dra. Paola Barboza, doctora en Educación, magíster en Actividad Física y Salud, y jefa de la carrera de Pedagogía en Educación Básica con Menciones.

Según la investigadora, "el objetivo principal de la investigación fue examinar de manera comprensiva la etiología, los mecanismos fisiopatológicos, los criterios diagnósticos y los más recientes avances terapéuticos respecto al síndrome de dumping". Como académica del área de Educación Física, la Dra. Barboza subraya la importancia de comprender esta condición debido a que muchos pacientes bariátricos son derivados posteriormente a programas de actividad física.

¿QUÉ ES EL SÍNDROME DE DUMPING?

El estudio determina que el síndrome de dumping aparece cuando, tras una cirugía bariátrica, especialmente el bypass gástrico en Y de Roux, el estómago pierde su capacidad de regular la salida de los alimentos. Esto provoca un vaciamiento acelerado que genera dos tipos de síntomas:

- Dumping temprano (30-60 minutos): náuseas, diarrea, dolor abdominal, sudoración o palpitaciones.
- Dumping tardío (1-3 horas): bajadas bruscas de azúcar, mareos, debilidad o confusión.

"Tras la cirugía, los alimentos llegan demasiado rápido al intestino, especialmente los azúcares y carbohidratos, lo que desencadena molestias digestivas o hipoglucemias", explica la especialista de la UCSC.

ta de la UCSC.

La investigación confirma que la alimentación es el pilar del manejo. Las recomendaciones más efectivas son: comer 5 a 6 comidas pequeñas al día, separar líquidos y sólidos con 30 minutos de diferencia, preferir carbohidratos de bajo índice glicémico y fibra soluble, moderar grasas y masticar lentamente, y recostarse tras la comida en casos seleccionados.

"La alimentación es crucial porque permite controlar directamente el estímulo que desencadena los síntomas", enfatiza la académica.

El artículo también recoge evidencia emergente que demuestra que la microbiota intestinal cambia profundamente tras la cirugía, pudiendo influir en los síntomas del síndrome de dumping.

Alteraciones en bacterias como *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, *Akkermansia muciniphila* o *Faecalibacterium prausnitzii* podrían empeorar o, por el contrario, estabilizar la respuesta metabólica postprandial.

"Intervenir la microbiota mediante prebióticos, probióticos o dietas personalizadas podría transformarse en una herramienta terapéutica en el futuro", señala Barboza.

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES

El estudio destaca que quienes se sometan o evalúen someterse a una cirugía bariátrica deben:

- Conocer los síntomas del síndrome de dumping.
- Seguir un plan alimentario es-

tructurado y acompañado por profesionales.

- Mantener un control multidisciplinario que incluya nutrición y actividad física adaptada.

- Considerar tratamientos farmacológicos o intervenciones adicionales solo si las medidas dietéticas no son suficientes.

"Es esencial integrar la educación, la nutrición y el entrenamiento seguro para mejorar la calidad de vida de quienes pasan por una cirugía bariátrica", concluye la académica.

