

HECES FLOTANTES

Los alimentos que comemos se digieren en el organismo y los materiales de desecho resultantes se mueven al intestino grueso, donde se convierte en heces, con la ayuda de las bacterias intestinales. En casos normales, las heces son ligeras y medianas de color marrón, con una consistencia de pasta dental regular. Deben ser expulsadas sin ninguna tensión y una vez que toquen el agua, poco a poco se hunden. Cualquier cambio en los aspectos de color, consistencia y otros cambios de las heces puede ser una indicación de un problema de salud, especialmente del sistema digestivo. Una de tales condiciones es heces flotantes, que pueden estar asociadas con diversas condiciones médicas.

¿Por qué las heces flotan?

Es muy raro que una persona común y corriente revise el inodoro y consulte a un profesional de la salud para posibles problemas de salud, a menos que esté teniendo algunos síntomas obvios. De hecho, la mayoría de nosotros no somos conscientes del hecho de que los cambios de color de las heces o la consistencia puede ser un indicio de algún problema de salud. Es un hecho que explica por qué se llevan a cabo pruebas de heces para el diagnóstico de ciertas enfermedades. Sin embargo, esto no significa que las heces flotantes es siempre una indicación de las enfermedades subyacentes.

- Las heces flotantes son a menudo asociadas con infecciones gastrointestinales, que también se acompaña de otros síntomas como la diarrea. Una vez que la infección desaparece la condición volverá a la normalidad.
- En algunos casos, las heces flotantes son provocadas por la cantidad en exceso de gas en el intestino. Esto puede ser debido a un cambio en la dieta o las infecciones gastrointestinales.
- La mala absorción de los nutrientes y las grasas también puede dar lugar a heces flotantes con diarrea. Los niveles excesivos de grasa en las heces (esteatorrea) puede ocurrir debido a la mala absorción. En este caso, las heces pueden tener mal olor también.
- También puede suceder que las bacterias en el intestino actúan sobre el exceso de nutrientes en la materia fecal y liberar más gas, que a su vez hace que las heces floten.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Causas subyacentes

Hay varias condiciones médicas (especialmente en relación con el sistema digestivo) que pueden alterar el color de las heces, así como su consistencia. En la mayoría de los casos, el problema se resuelve por sí solo en unos pocos días, pero algunos pueden requerir atención médica. Por ejemplo, si la condición es causada por cambios en la dieta, puede normalizarse cuando se ajusta la dieta o si la persona evita la ingesta de alimentos que desencadena esta condición. Pero, si existe cualquier enfermedad subyacente, el tratamiento es inevitable. Las siguientes son algunas de las causas que se encuentran comúnmente de heces flotantes.

- Las heces flotantes pueden ocurrir debido al **síndrome del intestino corto**, una condición en la que los nutrientes no se absorben apropiadamente (malabsorción), debido a graves enfermedades intestinales (como la enfermedad de Crohn), o la extirpación quirúrgica de una gran parte del intestino delgado. En este caso, las heces serán flotantes, con mal olor y de color pálido. La persona afectada puede también experimentar hinchazón de las piernas, fatiga y pérdida de peso.
- Otro motivo de heces flotantes es la **fibrosis quística**, un trastorno genético que provoca la acumulación de mucosidad en los pulmones y el tracto digestivo. Esta condición afecta al páncreas, que produce algunas de las enzimas importantes para la digestión de los alimentos. Los síntomas incluyen hinchazón excesiva, estreñimiento, heces flotantes y con mal olor que son de color pálido.
- Aquellos con **enfermedad celíaca** o intolerancia al gluten también pueden desarrollar heces flotantes. Algunas personas no pueden digerir el gluten que se encuentra en los alimentos como el trigo y el centeno, y la condición se conoce como intolerancia al gluten. La enfermedad celíaca afecta a la mucosa del intestino delgado, evitando así la absorción de nutrientes en la debida forma. La persona afectada puede tener diarrea / estreñimiento constante. Otros síntomas incluyen dolor abdominal, distensión abdominal y cambios en el apetito. En este caso, las heces flotantes podrían tener rastros de sangre.
- Las personas que tienen cantidades insuficientes de la lactasa que digiere el azúcar enzimas sacarasa o isomaltasa (deficiencia de disacaridasas), pueden también tener heces flotantes. Comúnmente conocido como **intolerancia a la lactosa**, esta condición es causada por la incapacidad de la persona para digerir la lactosa, que se encuentra en la leche y los productos lácteos. Si la persona afectada consume productos lácteos, se pueden desarrollar síntomas como dolor abdominal, calambres, hinchazón, diarrea o heces flotantes y fétidas.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

- Otro trastorno congénito, llamado **atresia biliar**, que se caracteriza por la obstrucción en los conductos que transportan la bilis desde el hígado hasta la vesícula biliar, también puede causar heces flotantes. Aparte de las heces flotantes y malolientes o pálidas, esta condición puede causar otros síntomas como orina muy concentrada y oscura, agrandamiento del bazo, etc. La persona también puede experimentar un ligero aumento de peso.
- Un trastorno hereditario muy poco común llamado **abetalipoproteinemia** también pueden causar esta condición. También conocido como síndrome de Bassen-Kornzweig, esta condición denota la incapacidad del cuerpo para absorber por completo las grasas del alimento. Esto da lugar a la absorción ineficiente de los nutrientes, causando con ello espumosas heces grasas y malolientes que son de color pálido.

En relación con las heces flotantes cortas, es una condición que puede ser causada por razones de menor importancia como cambios en la dieta o indigestión. Esta condición también se relaciona con la pérdida de peso. Asimismo las dietas altas en fibra pueden causar a veces heces flotantes. Algunos estudios sobre las heces flotantes sugieren que una dieta rica en calcio también puede conducir a esta condición.

Si las heces flotantes se deben a afecciones médicas subyacentes, el tratamiento de tal enfermedad será suficiente para remediar las heces flotantes. Si la condición se acompaña de sangre en las heces, fiebre o mareos se debe solicitar atención sanitaria.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.