

## **PÓLIPOS INTESTINALES**

Los pólipos intestinales son protuberancias de la mucosa intestinal que sobresalen del canal intestinal, es decir, que protruyen hacia la luz intestinal. En más del 50% de los casos se trata de adenomas benignos, es decir, protuberancias que se originan del tejido glandular de la mucosa. Pueden ser de varias formas y tamaños, estar extendidos (sésiles) o pediculados, y existir sólo uno o varios.

Los adenomas crecen muy despacio, aproximadamente un milímetro al año. Estos pólipos intestinales pueden degenerar en un tumor maligno, un carcinoma (la denominada secuencia adenoma-carcinoma), con mayor probabilidad dependiendo de su mayor tamaño.



### **Causas**

Puede haber varias causas que provoquen los pólipos intestinales, desde factores hereditarios hasta factores externos. La alimentación juega un papel muy importante en la aparición de pólipos intestinales. Este hecho explica por qué los pólipos intestinales están más extendidos en los países industrializados. Es probable, que una alimentación compuesta por una alta proporción de grasas animales y una baja proporción de fibra fomente el desarrollo de pólipos intestinales. Fumar, beber alcohol y el sobrepeso también pueden favorecer la aparición de estas lesiones.

Los pólipos intestinales pueden deberse a causas hereditarias. En una serie de enfermedades hereditarias pueden presentarse pólipos intestinales; por lo tanto, estas enfermedades están asociadas con un mayor riesgo a padecer cáncer de colon debido en parte a la genética. Entre estas enfermedades se encuentran la poliposis adenomatosa familiar (PAF), el Síndrome de Gardner, el Síndrome de Peutz-Jeghers y el Síndrome de Cowden.

### **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.

## Síntomas

La mayoría de los pólipos intestinales no muestran ningún síntoma. En función del tamaño y número de los pólipos, pueden presentarse molestias en forma de trastornos del tránsito intestinal (diarrea o estreñimiento) o dolores abdominales.

En ocasiones se presentan otros síntomas de los pólipos intestinales tales como restos hemáticos (de sangre) o aparición de moco en las deposiciones o una coloración oscura de las mismas.

## Recomendaciones Generales

La adopción de una dieta pólipo-intestinal será beneficiosa para las personas con síntomas.

Las recomendaciones básicas a seguir son las siguientes:

- Limitar el consumo de grasas saturadas y evitar los alimentos fritos.
- Incrementar el consumo de fibra, verduras, hortalizas y frutas.
- Reducir el consumo de carbohidratos refinados y de proteínas de origen animal.
- Restricción calórica.
- Evitar hábitos nocivos como fumar y beber alcohol en exceso.

## Tratamiento

En principio, el tratamiento de los pólipos intestinales trata de evitar la degeneración, eliminarlos y analizar los tejidos (histología). Este tratamiento se aplica, sobre todo, para los pólipos mayores de cinco milímetros.

En la colonoscopia pueden eliminarse los pólipos intestinales: a través del mismo canal de trabajo del endoscopio, el pólipo puede engancharse en un pequeño nudo y, así, extirparlo desde su base. Normalmente, el tratamiento endoscópico no provoca ningún dolor.

Si los pólipos intestinales son muy grandes (más de 3 -5 cm. de diámetro) o aparecen en el marco de una enfermedad hereditaria en grandes cantidades, hay que llevar a cabo una cirugía para extirparlos en lugar del tratamiento endoscópico.

## Complementos alimenticios

**Multi A-Z (HealthAid):** Un complejo multivitamínico con minerales que incluya magnesio y calcio protege contra los pólipos intestinales y contra el cáncer de colon. Asimismo, su aporte de vitamina A, C y E ayudarán a proteger los recubrimientos membranosos.

**ColiProbio (HealthAid):** De acuerdo con una revisión de 2008 publicado en el "World Journal of Gastroenterology," la combinación de prebióticos y probióticos

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.

tiene un efecto sinérgico que es propicio para reducir el riesgo de pólipos en el colon y el desarrollo posterior de cáncer de colon.

**Curcuma Corsol® (Nutrinat Evolution):** Varios estudios sugieren que la cúrcuma puede ayudar a prevenir los pólipos de colon. Sus propiedades antiinflamatorias y antioxidantes ayudarán a prevenir su evolución a cáncer.

**Fibra de cascara de Psyllium (cápsulas o polvo) (HealthAid):** Ayuda a prevenir la acumulación de toxinas en el colon y de esta forma prevenir la formación de pólipos y su progresión a procesos tumorales.

**Omega 3 Plus (Nutrinat Evolution):** Los ácidos grasos Omega 3 ayudan a reducir la progresión de cáncer, especialmente en las primeras etapas.