

¿Sabía usted que la mayoría de las personas con úlcera tienen **Helicobacter pylori** en el estómago?

¿Qué es la úlcera péptica?

Se llama úlcera a una "herida profunda" en la superficie del Aparato digestivo. La úlcera recibe el nombre de péptica cuando está situada en el estómago o el duodeno, ya que éstos son los órganos sobre los que actúa el jugo Gástrico (secreción péptica del estómago). La úlcera péptica no siempre está abierta. A temporadas, más frecuentemente en primavera y otoño (aunque esto a veces no es así) la úlcera se abre y en unas semanas se vuelve a cicatrizar.

¿Por qué se produce la úlcera péptica?

La úlcera se produce por la acción del jugo gástrico, que es ácido y tiene sustancias capaces de destruir las proteínas. En condiciones normales, la superficie del estómago y el duodeno resisten la acción del jugo gástrico sin problemas. Pero si algo debilita las defensas de la superficie

del estómago o el duodeno o hace una pequeña brecha, el jugo gástrico puede ejercer una acción nociva y abrir la úlcera. Los principales factores que pueden debilitar las defensas de la superficie del estómago y el duodeno son la infección por la bacteria *Helicobacter pylori* y los antiinflamatorios.

Helicobacter es una bacteria peculiar porque sólo subsiste en el estómago y no produce por sí sola demasiados problemas. Sin embargo, ocasiona una inflamación en el estómago para defenderse de ella (una gastritis) que hace que en algunas personas la superficie del estómago y el duodeno sea más vulnerable a la acción del jugo gástrico. La aspirina y los antiinflamatorios pueden producir pequeñas erosiones en la superficie del estómago y del duodeno directamente y además interfieren con los mecanismos de defensa.

Decálogo de recomendaciones

1. La úlcera es una enfermedad crónica; el dolor ocurre a temporadas. No se confíe porque tenga largas temporadas sin molestias.
2. Acuda al médico si tiene dolor. Tomar antiácidos puede aliviar el dolor, pero no protege de las complicaciones.
3. La mayor parte de las úlceras se relacionan con la infección por *Helicobacter pylori* o antiinflamatorios.
4. La infección por *Helicobacter* se diagnostica fácilmente y el tratamiento es muy eficaz.
5. Si toma aspirina o antiinflamatorios, consulte a su médico sobre la necesidad de tomar tratamiento para prevenir la úlcera.
6. La úlcera no se cura haciendo dietas especiales.
7. El tabaco y el alcohol dificultan la cicatrización de la úlcera. Evítelos.
8. La mejor forma de diagnosticar una úlcera es mediante una endoscopia.
9. Las complicaciones de la úlcera pueden ser graves. No piense que la úlcera consiste sólo en episodios de dolor que van y vienen.
10. Siga las indicaciones de su médico; éste será el mejor camino para resolver los problemas que le produce la úlcera.

