

“Mi vida cambió”: Los testimonios de pacientes de SIBO, la afección que abrió un nuevo debate en las redes

01/08/2023



“¿Por qué todo el mundo de repente tiene SIBO?”, es una de las preguntas que más se lee en las redes sociales. Casi como un efecto dominó, cada vez más personas creen tener **sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado** después de que otros les detallaran los síntomas. Sin ir más lejos, **Araceli González** reveló este fin de semana a través de historias de Instagram su reciente diagnóstico, pero en realidad la actriz se suma a una interminable lista de personas que dicen padecer este síndrome que pareciera estar de moda, aunque es un viejo conocido de los gastroenterólogos.

A partir de la creciente difusión del tema, los expertos indicaron que en el último año **aumentó la cantidad de**

pacientes que, ante la aparición de ciertas dolencias, asisten al consultorio creyendo que tienen esta afección. “Aparecieron muchas celebrities ‘diagnosticadas’ y está arrasando el tema. En el día tuve cuatro pacientes que **teóricamente tenían SIBO y ninguna lo tenía, pero creían que sí porque lo vieron en las redes**”, señaló **Fabio Nachman** (MN 96066), jefe del Servicio de **Gastroenterología del Hospital Universitario Fundación Favaloro**, en diálogo con TN.

En tanto, **Oscar Laudanno**, presidente de la **Sociedad Argentina de Gastroenterología** (SAG), afirmó que cada vez más pacientes **“piden directamente hacerse los estudios para saber si tienen este síndrome”**.



Varias famosas e influencers hablaron de SIBO en sus redes sociales tras ser diagnosticadas. (Foto: Capturas Instagram)

“Está muy presente el tema y, si no preguntan al principio, **el tema sale siempre** durante la consulta. Las redes y los medios lo hicieron bastante presente”, indicó. De todas formas, advirtió: “Los problemas digestivos son muy comunes, pero **¿significa que todos tienen SIBO? No**”.

“Me detectaron SIBO”: experiencias en primera persona

Florencia Fernández fue diagnosticada hace pocos meses. Según recuerda, el malestar comenzó luego de la pandemia: **“Veía que todo lo que comía me caía mal**. Me hinchaba muchísimo, toda la zona del estómago, venía con problemas intestinales”.

La mujer de 31 años decidió **controlar un poco más las comidas** para ver si mejoraba. “Menos verduras, carne o pollo hervido o al horno, dejé los condimentos fuertes y no sentí mejorías. Era cada vez peor y peor. Pensé que **si mejoraba el ejercicio** podía funcionar, pero tampoco. Incluso pensé a sospechar que era el agua que tomaba”, dijo a este medio.

Cuando fue al médico, los análisis le daban bien, pero determinaron que debía someterse a una batería de **estudios para ir descartando**: colonoscopia, endoscopia, test de celiaquía y un test de aire aspirado. Allí fue cuando se topó con el positivo de sobrecrecimiento bacteriano y se lanzó a hacer el tratamiento.



(Foto: Pixabay) Por: **LaylaBird | Getty Images**

Unos meses antes de conocer el diagnóstico no había podido disfrutar de sus vacaciones con sus amigas porque se sentía mal y cuando les contó punto por punto los dolores que tenía, inmediatamente **el algoritmo captó y le sugirió videos que hablaran de SIBO en todas sus redes sociales**, algo que también ayudó a que más gente conozca el síndrome.

“Es bastante incómodo y no es por propia elección. **Te tenés que cuidar si o si porque después la pasas mal**, realmente te afecta mucho cuando pasa no solo la incomodidad, sino tener dolor y te da otros problemas”, afirmó y enfatizó: “Es frustrante y también es difícil saber qué es lo que lo generó. Hay que tener paciencia y seguir los pasos, es prueba y error”.

Magalí Chiarelli suele subir videos de su rutina a **TikTok** y uno de los que más visualizaciones tuvo fue cuando contó que la diagnosticaron. **“Empecé con síntomas hace casi cuatro años**. En su momento, me hice análisis y me daban bien, no se hablaba todavía de esto. El problema es que cada vez fue peor. Me hicieron estudios de sangre y celiaquía y me salían negativo. Me mandaron una dieta que bajé tanto de peso que no me inflamaba porque estaba muy flaca, pero subí de peso y me volví a inflamar”, relató la joven.

Con el pasar del tiempo, los dolores se ampliaron a la cintura y a las costillas: **“Era una molestia diaria y mi vida social cambió por esta dolencia”**. Es por eso que Chiarelli se prometió a si misma que este año iba a hacer todo lo posible

por encontrar un diagnóstico.

“Quería saber qué era, pasé por muchos especialistas porque no es fácil encontrar un profesional que te escuche. La realidad es que es un proceso muy largo entre las consultas, los análisis y el tratamiento”, detalló.

Magalí empezó a notar un hinchazón extraño hasta que dio con el diagnóstico de SIBO. (Video: TikTok/maguchia)

Hace un poco más de un mes se realizó el test mencionado y le dio positivo. A partir de allí, consultó con una nutricionista que le recetó **antibióticos**: “Al tercer día te vas a sentirte mucho mejor, me dijo. Te vas a dejar de inflamar y **lo vas a acompañar con la dieta FODMAPS**”.

“Cada caso es diferente, pero se está volviendo común el tema por suerte. Estuve todos estos años sin saber qué tenía, hoy sé lo que tengo y cómo tratarlo. **Parece exagerado, pero cuando tenés un dolor tan fuerte es un cambio tremendo**”, expresó Magalí, quien además tomó la decisión de difundirlo: “Es para inspirar a todas aquellas personas que tienen un dolor, que **no se acostumbren y busquen una solución**”.

Cuáles son los síntomas del SIBO y por qué aparece

Según los especialistas, no es tan sencilla su detección porque los síntomas son bastante comunes y **suele confundirse con otros trastornos**, como la **intolerancia** a ciertos alimentos, la **celiaquía** o el **colón irritable**. El SIBO se produce cuando las bacterias que normalmente se encuentran en el colon se trasladan hacia el **intestino delgado** y comienzan a crecer allí. Normalmente, los síntomas que despierta son la **hinchazón**, la **diarrea**, los **gases excesivos** y **dolor abdominal**.

“Cuando aparece, suele haber algo por detrás que ha

predispuesto que el paciente manifieste eso en ese momento, **algo que lo disparó**. Es decir, hay que pensarlo como un **marcador de algo más**", explicó Laudanno.

En ese contexto, puede haber **varios factores predisponentes**: personas que tengan diabetes, hipotiroidismo, aquellos que tengan pancreatitis crónica o alguna enfermedad inflamatoria, quienes toman un bloqueante ácido (como el omeprazol) o antibióticos constantemente, incluso los pacientes que se hayan sometido a una cirugía bariátrica, entre otros.

A su vez, el presidente de la SAG sostuvo: "El **estrés** es una **variable a tener en cuenta** porque la parte emotiva también influye y hay una comunicación constante entre el intestino y el cerebro".

Cómo se diagnostica el SIBO y cuál es el tratamiento

Detectar el SIBO es más complejo de lo que se piensa y es por la falta de herramientas que permitan confirmar el diagnóstico concreto.

Si bien existe un **cultivo** que puede determinar si una persona tiene sobrecrecimiento bacteriano en el intestino delgado, los médicos precisaron que "es difícil de llevar a cabo" y bastante "engorroso", lo que hace que habitualmente se realice otro estudio llamado **Test de aire aspirado**.



SIBO (Foto: Pixabay) Por: **Prostock-Studio | Getty Images**

"No es el estudio ideal para eso, pero **el cultivo es más complejo** porque se tiene que hacer también una endoscopia y tampoco el resultado es fidedigno. Muchas veces el test da positivo, pero no es SIBO, es algún tipo de intolerancia alimentaria o un cuadro de constipación que genera gas

metano”, planteó Nachman.

En esa línea, manifestó que el síndrome actualmente está **sobrediagnosticado** por la falta de un test fiable. Además, aclaró que no es “nuevo”, ya que fue descubierto en 1897 por el Dr. Faber y bautizado como “síndrome del asa ciega”.

Asimismo, Laudanno agregó: “El test disponible tiene sus pro y sus contras, ya que **puede tener falsos positivos y falsos negativos**. Por eso es fundamental hablar con el paciente, revisar y analizar en profundidad. También a veces se dice que es SIBO, pero en realidad es una disbiosis (una alteración en la flora intestinal) que es algo más amplio”.

El test dura varias horas y se realiza con un aparato llamado **cromatógrafo** que mide el hidrógeno que el paciente exhala luego de la administración de un líquido con azúcar. “Cada 15 minutos tenés que soplar una pipeta durante un período. A partir de eso se evalúa la curva. Lo esperable es que **esa curva aumente antes de los 90 minutos y ahí uno puede interpretar que puede haber un sobrecrecimiento**”, puntualizó el Director de la carrera de Gastroenterología de la Universidad Favaloro.

Generalmente, el tratamiento implica **antibióticos** y se suele sumar **un cambio en la dieta**, baja en carbohidratos fermentables (FODMAP), para que el resultado sea más efectivo.

Sin embargo, Laudanno enfatizó en la importancia de encontrar el factor que despertó el síndrome: **“Si no se trata la causa que lo predispuso, el SIBO se puede volver crónico. De cualquier manera, nadie se muere de esto”**.

Fuente: TN