

Diarrea

La diarrea es un incremento de la materia fecal que aparece normalmente acompañada de abundante agua. Se manifiesta a través de una mayor actividad intestinal que aumenta el volumen de las heces y la frecuencia de las evacuaciones. En la mayoría de las personas, la diarrea se debe generalmente a infecciones en el tracto digestivo (el estómago, el intestino delgado y el grueso) ocasionada por bacterias, parásitos, hongos y virus.

Entre las personas positivas al VIH, la diarrea es un síntoma común, sobre todo si el recuento de células CD4 es bajo. Su gravedad es variable y puede ir desde heces blandas a completamente líquidas. Otros síntomas característicos son el dolor abdominal, la pérdida de apetito y la pérdida de peso, por lo que es de vital importancia que, si la diarrea no ha remitido en muy pocos días, se acuda al médico.

Anteriormente, los médicos solían pensar que en muchos casos la diarrea en personas con SIDA avanzado estaba provocada por los efectos del virus del VIH sobre el intestino. Actualmente, esta idea se ha desechado y se considera que son diversas las causas que la provocan. En primer lugar, la diarrea puede aparecer como efecto secundario de algunos fármacos antirretrovirales tales como nelfinavir (Viracept), ritonavir (Norvir), ddI en tabletas (Videx), abacavir (Ziagen) y antivirales como foscarnet (Foscavir) e interferón alfa (Roferon o Intron). En segundo lugar, como ya se ha mencionado, puede estar ocasionada por infecciones de bacterias, parásitos, hongos y virus. Por último, existen otras muchas causas de naturaleza variada que pueden provocar también la aparición de la diarrea.

Diagnóstico

Determinar las causas reales que originan la diarrea puede ser un poco difícil. Pero, lo más recomendable es que tu médico comience por descartar todas las posibles causas hasta encontrar la más probable. Para hacerlo y orientar así mejor el diagnóstico, sería oportuno realizar un análisis con una muestra de heces recientes.

Algunos agentes infecciosos se alojan en el tejido intestinal (mucosa), pero en algunas ocasiones no se pueden detectar en las heces. En ese caso, como última medida, el médico debería realizarte una biopsia, que no es más que la toma de una pequeña muestra del tejido intestinal o bien por vía oral hacia el estómago o hacia el intestino delgado (endoscopia) o bien por vía rectal hacia la parte baja de los intestinos, es decir el recto o el colon (sigmoidoscopia o colonoscopia). Si no te encuentran ningún agente infeccioso, pero estás bajo algún tratamiento médico, es posible que tu doctor determine que ésa es la causa de la diarrea.

No obstante, el médico no debe descartar ninguna otra posibilidad. En su análisis, necesita conocer qué has comido y bebido en los días anteriores y/o durante el curso de la diarrea, ya que algunas comidas o bebidas pueden provocarla.

Tratamiento

El tratamiento efectivo debe basarse en tres aspectos importantes:

La causa, los síntomas y los efectos

Las infecciones intestinales más comunes que causan la diarrea se deben a agentes parasitarios y bacterianos, entre los cuales cabe citar: el *Cryptosporidium*, el *Microsporidium*, la *Shigella*, el *Campylobacter* y la *Salmonella*. Otras infecciones oportunistas que pueden causar la diarrea, además de afectar a otras partes del cuerpo, están provocadas por el Citomegalovirus (CMV) y el *Micobacterium avium intracelulare* (MAI). Estos últimos, aprovechando que el sistema inmunitario está muy afectado a consecuencia del SIDA, consiguen entrar en el cuerpo humano e infectarlo.

Pero si tu diarrea está ocasionada por los fármacos antirretrovirales que estás tomando, como algunos inhibidores de la proteasa (IP), lo más probable es que tu médico reduzca la dosificación o, en su defecto, te proponga un cambio en la terapia. Sin embargo, en ocasiones no es necesario cambiar porque algunos de estos fármacos se pueden combinar o no con alimentos, bebidas y/o complementos alimenticios específicos (por ejemplo, el calcio) que faciliten su mejor absorción y, por ende, eviten sus efectos gastrointestinales. Tu médico debería personalizar el tratamiento al máximo.

Consecuencias de la diarrea no tratada

La consecuencia inmediata más grave de la diarrea es la deshidratación provocada por la pérdida constante de líquidos, minerales y vitaminas, imprescindibles para el buen funcionamiento del organismo. Al poco tiempo, si la deshidratación no se detiene, aparece pérdida de peso y caquexia ocasional. Finalmente, si persiste la diarrea, el proceso de deshidratación puede provocar incluso la muerte.

Como hemos visto, la diarrea puede llegar a resultar un problema grave si no se trata a tiempo. Lo más importante es, en primer lugar, cortar la diarrea cuanto antes y restablecer el nivel de líquidos y minerales para evitar problemas mayores. Por eso, lo más recomendable es que acudas al centro sanitario más cercano y solicites asistencia médica. Si tienes problemas con el idioma, no sabes a qué centro médico debes acudir o, simplemente, tienes miedo por no tener permiso de residencia, dirígete a cualquier asociación de asistencia a inmigrante y plantéales el problema. Pueden ayudarte.

