

## **SIBO, un síndrome muy popular que no conviene autodiagnosticarse**

**Como indican los expertos de Quirónsalud Bizkaia, además de los síntomas, hay que considerar otros factores como son las alteraciones fisiopatológicas, las anomalías anatómicas del intestino, los hábitos de vida y la alimentación**

Vídeo. El sobrecrecimiento bacteriano del intestino delgado (SIBO) se ha convertido en un término cada vez más familiar en el ámbito de la salud. Sin embargo, su creciente popularidad ha dado lugar a una serie de mitos y malentendidos que pueden llevar a autodiagnósticos erróneos y tratamientos inadecuados.

El Dr. Juan Antonio Arévalo, jefe del Servicio de Aparato Digestivo de Quirónsalud Bizkaia, alerta sobre los peligros del autodiagnóstico: "El SIBO es un síndrome complejo con múltiples causas subyacentes. Los síntomas, como dolor abdominal, hinchazón y alteraciones intestinales, pueden ser comunes a muchas otras afecciones. Es fundamental acudir a un especialista para recibir un diagnóstico preciso y un tratamiento adecuado". En el desarrollo del SIBO juegan un papel fundamental la alimentación y los hábitos de vida, así como las alteraciones fisiopatológicas a nivel gastrointestinal o las anomalías estructurales anatómicas del intestino (estrecheces, fístulas, etc.) que favorecen el aumento de estas bacterias.

Para comprobar si la afección que padece el paciente es SIBO, se realiza un test de aire expirado, una prueba no invasiva que consiste en medir las alteraciones de hidrógeno y metano en aire exhalado. Previamente, el paciente ha de tomarse un "preparado de glucosa o de lactulosa", que por la presencia excesiva de microbios fermenta en el intestino y provoca la aparición de hidrógeno y metano. Por eso, el especialista de Quirónsalud explica que, si están presentes, constituyen la prueba definitiva del sobrecrecimiento bacteriano.

"Tras de este primer paso, hay que corregir las posibles deficiencias nutricionales asociadas al SIBO, que pueden provocar déficits de vitamina como la vitamina B12, la vitamina B1 y la vitamina B6", destaca el doctor Arévalo. Por último, el objetivo es volver a equilibrar la microbiota, que es el conjunto de microorganismos (bacterias, hongos, arqueas, virus y parásitos) que reside en el cuerpo y que son responsables, entre otras cosas, del funcionamiento y absorción de nutrientes. "La piedra angular del tratamiento del SIBO va a ser a base de antibióticos, que podemos combinar con modificaciones dietéticas y probióticos", finaliza el especialista en aparato digestivo.

### **Datos de contacto:**

Andrea Mercado  
Hospital Quirónsalud Bizkaia  
639434655

Categorías: [Nacional](#) [Medicina](#) [Nutrición](#) [Sociedad](#) [País Vasco](#) [Servicios médicos](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>