

HEMORROIDES

¿Qué son las hemorroides?

Las hemorroides o almorranas son un **almohadillado compuesto de vasos sanguíneos y fibras elásticas**, que situado en la parte interna del ano ayuda a mantenerlo cerrado. Cuando este tejido desciende fuera del ano o se inflama, se producen las hemorroides. Es un problema tan frecuente que más de la mitad de la población padecerá algún síntoma a lo largo de su vida.

¿Cuáles son sus factores predisponentes?

Puede haber cierta predisposición hereditaria, y las puede favorecer la postura erguida durante largos períodos de tiempo. Pero el **estreñimiento**, y también el **embarazo y el parto**, son circunstancias claramente relacionadas con ellas ya que las congestionan y dilatan, ayudando a su exteriorización.

¿Qué síntomas producen?

Existen dos tipos de hemorroides: externas e internas. Mucha gente padece de ambas.

Las **hemorroides externas** se desarrollan bajo la piel; sus síntomas derivan de una trombosis de las venas que las componen, habitualmente tras un esfuerzo importante para evacuar o una diarrea, lo que produce intenso dolor.

Las **hemorroides internas** están dentro del recto. En los iniciales, el único síntoma es la **hemorragia** de sangre roja viva al limpiarse, o que gotea o sale como un chorro al acabar de defecar. Progresivamente, además de este síntoma, al que se puede asociar también **picor o escozor**, las hemorroides salen del ano mientras se defeca (**prolapso**), pero vuelven hacia dentro posteriormente gracias a su elasticidad. Cuando ésta se pierde, las hemorroides no vuelven al sitio espontáneamente, sino que hay que ayudarlas, lo que supone un grado más avanzado. Finalmente, en algunos casos las hemorroides están permanentemente fuera del ano. El dolor sólo aparece ante complicaciones, como la trombosis o asociación a otros problemas como la fisura anal.

¿Qué hacer ante un sangrado por el ano?

Aunque las hemorroides son causa muy frecuente de sangrado, éste es también síntoma de procesos más graves, como enfermedades inflamatorias intestinales, y sobre todo de pólipos y cáncer de colon y recto. Así pues, hay que acudir al **coloproctólogo** que indicará las pruebas diagnósticas necesarias.

¿Predisponen al cáncer las hemorroides?

En absoluto. No existe ninguna relación entre ambas. Sin embargo, los síntomas pueden ser similares, por lo que se hace necesaria una consulta especializada.

¿Cómo tratar las hemorroides?

- Si los síntomas son leves, indicaremos el **aumento en fibra de la dieta** (legumbres, cereales, frutos secos, frutas y verduras), asociado a incremento en la toma de líquidos, para obtener una deposición blanda. Hay que evitar bebidas con cafeína, alcohol y picantes. Pasar largos ratos en el aseo (p.ej. leyendo), favorece también su congestión y debe evitarse.

- También son beneficiosos los **baños de asiento de agua templada**, y las cremas o pomadas, aunque no deben ser empleadas más que durante unos días con el fin de evitar efectos secundarios. Algunas medicaciones mejoran la circulación de la zona y son también útiles.

- En grados algo más avanzados, en el *Centro Europeo de Cirugía Colorrectal* efectuamos **técnicas en la consulta**, que pueden resolver definitivamente el problema, como la esclerosis, la aplicación de infrarrojos o la **ligadura elástica**, consistente en colocar una anilla de goma sobre la hemorroide, que la estrangula, impidiendo su flujo sanguíneo. Pueden efectuarse sin molestias y de forma completamente ambulatoria.

- Los casos graves requieren **cirugía**. En la actualidad existen diversas técnicas, dependiendo su elección de las características de cada paciente. Las efectuamos bajo **anestesia local y sedación** y requieren **pocas horas de ingreso hospitalario**.

-Desarterialización hemorroidal y pexia. Es una de las técnicas más novedosas, y consiste en la **ligadura o sellado** con láser de los vasos sanguíneos que alimentan a las hemorroides, fijando a la vez la mucosa rectal para que no se exteriorice fuera del ano. Podemos emplear una tecnología especial con una sonda Doppler que localiza exactamente los vasos sanguíneos. Las molestias postoperatorias son mínimas aunque se indica en casos no muy avanzados.

-Hemorroidectomía. Es la extirpación de las hemorroides, con múltiples variantes. Para mejorar las molestias postoperatorias, empleamos **técnicas que producen mínimo traumatismo en los tejidos**, sin suturas y mediante instrumentos de coagulación y sellado vascular.

-Fijación con grapadora (Técnica de Longo). Es una técnica también reciente, que **no extirpa las hemorroides sino que las hace ocupar su posición original en el recto**. Se emplea para ello una grapadora especial. Restringimos su uso a los casos en que existe gran prolapso de la mucosa anal.

¿Qué hacer en el postoperatorio?

La extirpación clásica de las hemorroides ha tenido mala reputación por el dolor postoperatorio. Sin embargo, **las nuevas técnicas y la prevención con infiltraciones anestésicas y pautas adecuadas de analgésicos y antiinflamatorios**, así como baños de asiento templados y ocasionalmente alguna crema, reducen las molestias notablemente. Es importante no hacer esfuerzos para evacuar, para lo que aumentamos la fibra en la dieta, asociada a preparados comerciales y a la toma de líquidos en abundancia.

En la actualidad, la elección de técnicas mínimamente agresivas, nos permite obtener muy buenos resultados en cuanto a molestias postoperatorias, con **escasa alteración de la vida social y laboral**.

