



Iniciativa para sensibilizar sobre un trastorno que es causa de importante absentismo escolar en todo el mundo



[El dolor abdominal funcional](#) afecta al 30 % de los niños en edad escolar y es uno de los trastornos más habituales que se consulta a los pediatras.

Genera una mala calidad de vida para el niño, lo que puede afectar negativamente también a sus familias, asociándose a absentismo escolar y a trastornos comórbidos de salud mental, como depresión y ansiedad.

Por ello la Sociedad Europea de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (ESPGHAN) en colaboración con las sociedades de Pediatría y las sociedades nacionales de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica (PGHAN) en Europa, anuncian el lanzamiento de una nueva campaña para concienciar sobre este trastorno con material educativo como folletos, vídeos y pósteres.

¿Qué es el dolor abdominal funcional?

Es un trastorno benigno, de causa no conocida, pero insidioso que afecta a la vida diaria del niño y de toda su familia. Es importante conocer que aunque pueda resultar preocupante y causar un dolor considerable, no es peligroso y no implicará daños a largo plazo.

¿Qué síntomas produce?

Existen unos criterios (llamados de Roma IV) que establece el diagnóstico, los síntomas que debe incluir son:

- Dolor abdominal episódico o continuo que dura al menos 4 días al mes, durante al menos 2 meses.
- El dolor no se produce solamente durante la comida o la menstruación.
- No se puede explicar con otro trastorno clínico.

Los niños también pueden quejarse de dolor de cabeza, mareos, cansancio, dolor en las extremidades y náuseas coexistentes.

¿Cómo se diagnostica?

Su pediatra le realizará una historia clínica y exploración adecuadas, pudiendo indicar, en ocasiones, la realización de análisis de muestras de heces y sangre para excluir cualquier otro problema gastrointestinal.

La investigación de los niveles de ansiedad del paciente también puede ser beneficiosa para el diagnóstico ya que al menos el 50 % de los niños con dolor abdominal funcional presentan altos niveles de ansiedad.

¿Qué se debe hacer?

Si sospecha que su hijo puede tener dolor abdominal funcional, es aconsejable comunicarse con el pediatra para obtener un diagnóstico, apoyo y recomendaciones.

El dolor abdominal funcional suele resolverse con el paso del tiempo, por lo que el objetivo del tratamiento es aliviar los síntomas y ayudar a los niños a volver a su vida diaria.

Algunas cosas que puede hacer para ayudar a aliviar los síntomas en casa son:

- Dieta: una dieta equilibrada y permanecer hidratado favorecen la salud de los intestinos y mejoran el bienestar.
- Actividad: animar a continuar con las actividades normales como ir a la escuela, hacer deporte y pasar tiempo con familiares y amigos. Las actividades pueden distraer del dolor y aliviar los síntomas, mientras que el ejercicio físico puede mejorar la función del intestino y los niveles de estrés.
- Sueño: dormir mal puede empeorar los síntomas. Si el niño tiene problemas para dormir, se debe tratar de ayudarlo mejorando sus patrones de sueño.
- Apoyo emocional: el dolor abdominal funcional puede desencadenar y estar desencadenado por estrés y otros síntomas de salud mental. Hablar con su hijo sobre lo que le causa estrés y desarrollar estrategias para manejarlo puede ser beneficioso, además de tranquilizarlo asegurándole que el dolor no es grave y es temporal.
- Salud mental: si su hijo padece algún trastorno de salud mental, como ansiedad o depresión, es importante buscar ayuda para superarlo. Considere la posibilidad de buscar un terapeuta para que le ayude a manejar su trastorno.

Para más información: <https://www.aeped.es/noticias/nueva-campana-concienciar-sobre-dolor-abdominal-funcional-en-ninos>

Artículo publicado el 15-4-2024, revisado por última vez el 15-4-2024

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/iniciativa-para-sensibilizar-sobre-un-trastorno-que-es-causa>