

El biofeedback enfocado en la reeducación del paciente, una herramienta eficaz para mejorar el componente somático de los trastornos digestivos funcionales

- Hasta el 50% de los pacientes que acuden a consulta de Aparato Digestivo presentan síntomas que no corresponden a una enfermedad orgánica, lo que indica que se corresponden con trastornos digestivos funcionales
- En los trastornos digestivos funcionales se produce un mal control del sistema nervioso sobre el tubo digestivo, aquí hay un componente visceral, cuyo control es involuntario, y un componente somático, que afecta a músculos controlados voluntariamente
- Las técnicas de biofeedback se centran en la reeducación del paciente mediante métodos que trabajan la parte somática de estos trastornos mejorando así síntomas como la incontinencia anal, la distensión abdominal o el estreñimiento

9 de junio de 2025. Aproximadamente la mitad de los pacientes que acuden a consulta por síntomas digestivos no presentan una enfermedad orgánica identificable mediante los métodos diagnósticos convencionales. A estos casos se les denomina trastornos digestivos funcionales o trastornos de la interacción intestino-cerebro, donde no hay lesiones visibles ni inflamaciones, sino alteraciones en el funcionamiento del aparato digestivo.

Lo que ocurre con este tipo de trastornos es un mal control del sistema nervioso sobre el tubo digestivo, incluyendo nervios viscerales (involuntarios) que pueden estar demasiado sensibles o responder de forma anómala. Pero, además, se ha identificado un componente somático que afecta a músculos controlados voluntariamente, como el periné, el diafragma o la musculatura abdominal, y que también influye en síntomas frecuentes como el estreñimiento, la incontinencia anal o la distensión abdominal.

Atendiendo a esto, en los últimos años han ganado protagonismo las técnicas de biofeedback, que son métodos terapéuticos basados en una reeducación del paciente mostrándole cómo funcionan sus músculos y enseñándole a controlarlos correctamente.

Estos fueron los puntos principales que se trataron en la ponencia “Tratamiento con biofeedback no instrumental en los trastornos funcionales digestivos”, de la Mesa SEPD /ASENEM/ AM que tuvo lugar durante la celebración del [84º Congreso de la SEPD](#), celebrado del 5 al 7 de junio en Bilbao, de la mano del Dr. Fernando Azpiroz, experto de la Sociedad Española de Patología Digestiva (SEPD), Investigador principal del Institut de Recerca Vall d’Hebron (Barcelona), Investigador CIBEREHD y Profesor de la Universidad Autónoma de Barcelona.

Las técnicas de biofeedback “han demostrado ser eficaces para el tratar el componente somático de los trastornos de la función digestiva” y entre ellos se encuentran la incontinencia anal, “muy frecuente, especialmente, en mujeres que han tenido varios

partos a lo largo de su vida. La incontinencia se asocia con una alteración en su calidad de vida”, declara el experto. Otro ejemplo es la distensión abdominal, “es característico que los pacientes se levantan por la mañana con el vientre normal y se van distendiendo progresivamente a lo largo del día”.

Por otro lado, también se dan casos en los que las personas padecen estreñimiento, que puede ser simple o con intestino irritable, y en la mayoría de ellos se produce este síntoma porque los músculos del periné no funcionan correctamente. “Normalmente la maniobra defecatoria consiste en una compresión abdominal asociada a una relajación anal. Algunos pacientes al intentar evacuar realizan una relajación anal defectuosa, o incluso una contracción paradójica, lo que les dificulta la evacuación. En estos casos se pueden emplear técnicas de reeducación que ayuden al paciente a solucionar el defecto expulsivo”, afirma el Dr. Azpiroz. De hecho, incluso existen tics digestivos como la rumiación o la aerofagia que también responden bien a técnicas de reeducación.

“El componente somático de los trastornos de la función digestiva puede ser primario, como causa de los síntomas digestivos o secundario, es decir, desencadenado por los síntomas viscerales. De hecho, en algunos casos la corrección del componente somático mediante biofeedback puede mejorar los síntomas viscerales”, añade.

El problema de los tratamientos de biofeedback es que “el acceso a este tipo de técnicas de tratamiento es limitado, porque son técnicas que requieren personal entrenado y equipamiento específico” lo que provoca que muchos pacientes con este tipo de alteraciones no lleguen a obtener el beneficio de este tratamiento.

El objetivo de la ponencia fue presentar una nueva perspectiva de biofeedback no-instrumental, es decir, guiado manualmente por el operador, que no requiere equipamiento especial y se puede realizar en la propia consulta. “Algunas de esas técnicas (para el tratamiento de la incontinencia anal y la distensión abdominal) han demostrado ya su efectividad en estudios controlados y otras (tratamiento del defecto expulsivo, rumiación y aerofagia) están todavía en fase de desarrollo. El interés de esta metodología es su aplicabilidad, que permitirá descargar la actividad de los centros de referencia y de esta forma quedar disponibles para los pacientes refractarios”, señala.

Trastornos funcionales digestivos: concepto, diagnóstico y otros tratamientos

Los trastornos funcionales digestivos, también llamados trastornos de la interacción intestino-cerebro, son síntomas gastrointestinales provocados por factores de hipersensibilidad visceral y alteración de la motilidad, que pueden estar relacionados con alteraciones de la microbiota, la función mucosa e inmunitaria y trastornos del procesamiento del sistema nervioso central¹.

Algunos de los ejemplos más frecuentes son el síndrome del intestino irritable (SII), el estreñimiento funcional, la distensión abdominal, la dispepsia funcional, la incontinencia fecal o la aerofagia, entre otros.

La característica principal de estos trastornos es la ausencia de alteraciones inflamatorias o estructurales en los órganos digestivos. Sin embargo, su impacto en la calidad de vida es considerable, provocando no solo malestar físico, sino también afectación emocional, ansiedad o incluso aislamiento social.

Normalmente, el diagnóstico suele ser clínico y se basa, en gran medida, en la historia clínica del paciente, un examen físico y la posible realización de pruebas complementarias como radiografías o endoscopias.

Aunque las técnicas de biofeedback representan una estrategia terapéutica novedosa en este campo, el tratamiento de los trastornos digestivos funcionales suele requerir un

abordaje multifactorial. Este puede incluir cambios en el estilo de vida, como seguir una dieta equilibrada, realizar ejercicio físico regular o aprender técnicas de manejo del estrés, así como tratamiento farmacológico con antiespasmódicos, moduladores del sistema nervioso central o probióticos, según la sintomatología.

Por todo ello, el diagnóstico y tratamiento de estos trastornos requieren una evaluación integral y un enfoque personalizado que se adapte a las necesidades de cada paciente.

Sobre la SEPD

La SEPD (Sociedad Española de Patología Digestiva) es una organización científica y profesional sin ánimo de lucro que agrupa a más de 3.340 médicos especialistas en Aparato Digestivo. Su misión es fomentar la investigación, formación y divulgación en el ámbito de las enfermedades digestivas, promoviendo la prevención y el diagnóstico temprano de enfermedades, incluyendo el cáncer digestivo. Más información en www.sepd.es

Congreso SEPD

El 84º Congreso de la SEPD se celebró del 5 al 7 de junio en Bilbao. El objetivo de esta cita es proporcionar a los especialistas digestivos la mejor formación con ponencias impartidas por expertos de primer nivel, las últimas investigaciones en la especialidad y la formación práctica de mayor nivel. Más información en <https://congresosepd.com/>

@sepdigestiva #SEPD2025

Bibliografía

1. Manual MSD. *Trastornos de la interacción intestino-cerebro*. <https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos-gastrointestinales/abordaje-del-paciente-con-trastornos-digestivos/trastornos-de-la-interacci%C3%B3n-intestino-cerebro>

PARA MÁS INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS:

Montse Llamas (636 820 201) mllamas@alaoeste.com

Sonia Joaniquet (663 848 916) sjoaniquet@alaoeste.com