

1 de cada 3 pacientes con una enfermedad inflamatoria intestinal presenta desnutrición relacionada con la enfermedad

- **La enfermedad inflamatoria intestinal (EII) es crónica, pero cuenta con avances en terapias farmacológicas que permiten controlar los brotes y mantener más tiempo periodos de remisión. La nutrición es una parte esencial del tratamiento integral de la EII.**
- **Esta patología puede aparecer en cualquier etapa de la vida, aunque es más frecuente entre los 15 y los 30 años y a partir de los 50 años. En España, la incidencia se sitúa en alrededor los 16 casos por cada 100.000 habitantes/año.**
- **Los endocrinólogos aconsejan seguir una alimentación equilibrada basada en la dieta mediterránea y evitar las pautas dietéticas restrictivas en fases de estabilidad.**
- **El factor nutricional es esencial en el abordaje de la EII. Se recomienda realizar de forma periódica el cribado del estado nutricional.**

Madrid, 19 de mayo de 2025.- La **Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN)** destaca, en el marco del **Día Mundial de la Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII)**, que se celebra cada 19 de mayo, que es esencial visibilizar esta patología, que puede ser 'silenciosa', lo que conlleva un riesgo significativo de desnutrición y tiene también un gran impacto a nivel físico, emocional y social.

La Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII) es una enfermedad crónica que afecta principalmente al tracto digestivo y se caracteriza por un proceso inflamatorio subyacente, aunque también puede extenderse a otros órganos y sistemas del organismo. Además, existen dos tipos: la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa, que se diferencian en la extensión de la inflamación y en la localización del tracto digestivo afectado. En la enfermedad de Crohn, la inflamación y extensión pueden afectar a cualquier parte del tubo digestivo y en todas las capas de la pared intestinal, mientras que, en la colitis ulcerosa, la inflamación se limita al colon y recto e incide solo en las capas más superficiales.

La EII puede aparecer en cualquier etapa de la vida, aunque es más frecuente entre los 15 y los 30 años y, a partir de los 50 años, registra también una elevada incidencia. Por sexos, no existe una gran diferencia, aunque algunas formas de presentación pueden ser más comunes en hombres o mujeres en función de la edad y el tipo de enfermedad.

En Europa, se estima que más del 0,3% de la población tiene una enfermedad inflamatoria intestinal, lo que representa más de 2,5 millones de personas. En España, la incidencia se sitúa en alrededor los 16 casos por cada 100.000 habitantes/año, una cifra que ha aumentado en las últimas décadas, especialmente en los países con una

mayor occidentalización de los hábitos de vida. Ante estas cifras, el **Dr. Juan Manuel Guardia Baena, miembro del Área de Nutrición de la SEEN**, enfatiza que la nutrición es una parte esencial en el tratamiento integral de la enfermedad intestinal inflamatoria: *“No existe una ‘dieta universal’ ni una ‘dieta mágica’, por lo que es fundamental desterrar falsos mitos y creencias erróneas sobre la alimentación”*.

En este sentido, el médico especialista en Endocrinología y Nutrición sostiene que, en fases de remisión y estabilidad de la enfermedad, el paciente debe seguir una alimentación equilibrada basada en la dieta mediterránea y evitar los alimentos procesados, y en el caso de las personas con obesidad, hacer énfasis en los cambios en el estilo de vida para favorecer una disminución de peso controlada y realizar adaptaciones dietéticas individualizadas, especialmente en fases activas o cuando existen complicaciones digestivas. Además, en ocasiones, es necesario valorar el uso de tratamiento médico nutricional especializado mediante suplementos orales nutricionales u otras opciones, como la nutrición enteral o parenteral, si fuera pertinente por la afectación intestinal.

El factor nutricional, esencial en el abordaje de la EII

El papel del médico especialista en Endocrinología y Nutrición, especialmente desde el área de la nutrición clínica, es esencial para prevenir, detectar y tratar la desnutrición relacionada con la enfermedad (DRE), que puede estar presente hasta en un tercio de los pacientes en el momento del diagnóstico, y con el tiempo de evolución, puede aumentar el riesgo de desnutrición antes de las cirugías o durante la implementación de tratamientos complejos. Además, los especialistas en Endocrinología y Nutrición contribuyen a optimizar el estado nutricional y pueden ayudar a mejorar el pronóstico global, ya que también atienden otras patologías que los pacientes pueden presentar a nivel metabólico como la diabetes mellitus, osteoporosis, dislipemias, obesidad, etc.

Los síntomas más frecuentes son dolor abdominal, diarrea, sangrado rectal, pérdida de peso, fatiga y, en algunos casos, fiebre. Asimismo, en fases más avanzadas o en pacientes con formas más graves, pueden aparecer manifestaciones fuera del intestino, denominadas extraintestinales, como alteraciones músculo-esqueléticas, renales, oftalmológicas, vasculares o a nivel sistémico. Además, en palabras del endocrinólogo, en el abordaje de la EII se dispone de tratamientos farmacológicos en los que cada vez se avanza más y permiten controlar los brotes y mantener en el tiempo periodos de remisión. *“El objetivo es mejorar la calidad de vida y prevenir complicaciones, por lo que el estado nutricional es un factor determinante para conseguirlo”*, enfatiza el Dr. Guardia Baena.

Individualizar los tratamientos, uno de los retos para el abordaje de la EII

El Dr. Guardia Baena afirma que, en los últimos años, se ha avanzado en el conocimiento de los mecanismos inmunológicos relacionados con la EII y en el desarrollo de nuevas terapias farmacológicas disponibles en este campo como las terapias biológicas. *“Desde el punto de vista nutricional, se está poniendo en valor la desnutrición relacionada con la enfermedad (DRE) y su abordaje multidisciplinar, así como la sarcopenia como nuevo marcador clínico en la EII”*, indica. Asimismo, en

relación a los retos que tienen los profesionales sanitarios en este ámbito, se encuentran individualizar los tratamientos y asegurar una atención integral que contemple la nutrición como uno de los ejes fundamentales, así como mejorar la transición asistencial entre las etapas pediátrica y adulta y abordar los aspectos psicológicos que, con frecuencia, acompañan a la enfermedad.

Aula Virtual de la SEEN

Por su parte, la SEEN impulsa diversas iniciativas formativas y divulgativas, entre las que se encuentran el [Aula Virtual de Nutrición](#), donde se aloja un módulo específico sobre la enfermedad inflamatoria intestinal, que cuenta con el aval del Grupo Español de Trabajo en Enfermedad de Crohn y Colitis Ulcerosa (GETECCU), que también dispone de una plataforma educativa, G-Educainflamatoria. En el módulo se proporciona información general sobre esta enfermedad y se abordan aspectos fundamentales como el cribado y la valoración nutricional, se reflejan recomendaciones dietéticas y se abordan también otros factores relacionados con la EII, como la adherencia terapéutica y el papel del ejercicio físico, entre otros. Además, estos contenidos están orientados tanto a pacientes como a profesionales.

Asimismo, la SEEN promueve la investigación en el ámbito de la nutrición clínica, a través de proyectos que cuentan con su aval, fomenta la formación continuada mediante cursos específicos sobre patologías que pueden afectar al estado nutricional, como la EII, y colabora también en campañas informativas y de concienciación para mejorar el manejo global de estas enfermedades.

Sobre SEEN

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta principalmente por médicos especialistas en Endocrinología y Nutrición y por otros titulados del ámbito biomédico que trabajan en el campo de la Endocrinología, Diabetes, Nutrición y Metabolismo para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, la SEEN está formada por 2.474 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y/o nutricionales.

Gabinete de prensa

**BER
BES**

BERBES - 91 563 23 00

Vanessa Martín / Isabel Torres/ Ana Serrano

vanesamartin@berbes.com; isabeltorres@berbes.com; anaserrano@berbes.com