

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Oct 04, 2024

Pancreatitis crónica

La pancreatitis crónica es una afección **a largo plazo**. Causa inflamación (hinchazón) del páncreas que no se puede revertir. Esta inflamación causa dolor abdominal y otros problemas.

Puede usar nuestra información para hablar con su médico sobre qué tratamientos son adecuados para usted.

Qué es la pancreatitis crónica?

La pancreatitis crónica ocurre cuando el páncreas se daña con el tiempo debido a **la inflamación** (hinchazón).

El páncreas es una glándula que se encuentra justo detrás del estómago. Le ayuda a descomponer los alimentos para usarlos como energía. Si el páncreas se daña, no funcionará tan bien como debería. El daño también puede afectar a otras estructuras u órganos alrededor del páncreas.

La pancreatitis crónica suele estar relacionada con años de **consumo excesivo de alcohol**. Suele ocurrir en personas de 36 a 44 años. Sin embargo, otras cosas que pueden hacer que la afección sea más probable incluyen:

- tabaquismo
- Tener una afección llamada enfermedad celíaca
- Sus genes: la pancreatitis puede ser hereditaria (hereditaria)
- Comer una dieta de alto contenido en grasas y proteínas.

La pancreatitis crónica relacionada con el consumo de alcohol ocurre en adultos. Pero la pancreatitis crónica **hereditaria** puede ocurrir en niños, generalmente entre los 10 y los 14 años.

En algunos casos, las personas contraen la afección sin ninguna razón obvia. A esto se le llama pancreatitis crónica **"idiopática"**. Este tipo de pancreatitis también puede ocurrir en personas jóvenes, generalmente cuando tienen entre 19 y 23 años. Si esto sucede, la afección se conoce como pancreatitis crónica "idiopática juvenil". En las personas mayores,

Pancreatitis crónica

la afección se denomina pancreatitis crónica "idiopática senil". Esto suele suceder en personas de 56 a 62 años.

La pancreatitis crónica a veces puede causar otros problemas, entre ellos:

- Diabetes.
- Insuficiencia pancreática exocrina. Esto sucede cuando su intestino no digiere correctamente los alimentos porque el páncreas está funcionando menos bien.
- Calcificaciones pancreáticas. Estos son cálculos en el páncreas que se forman debido a la acumulación de calcio.
- Pseudoquistes pancreáticos. Son acumulaciones de líquido que se forman fuera del páncreas.
- Obstrucciones. La inflamación puede causar obstrucciones que afectan el flujo de líquido del hígado o impiden que el estómago se vacíe correctamente.
- Hemorragia gastrointestinal (sangrado en el abdomen).
- Cáncer de páncreas. Esto es poco común en personas menores de 45 años, excepto en la pancreatitis crónica hereditaria.
- Una mayor probabilidad de fracturas.

La pancreatitis crónica es muy diferente a la pancreatitis aguda.

- En la pancreatitis **aguda**, la inflamación es de corta duración y reversible. El dolor abdominal suele ser intenso y aparece de repente.
- En la pancreatitis **crónica**, la inflamación causa daño irreversible en el páncreas. El dolor abdominal suele ser sordo y se presenta en ataques repetidos, o es más duradero.

Cuáles son los síntomas de la pancreatitis crónica?

El síntoma principal de la pancreatitis crónica es un dolor sordo en la parte superior del abdomen que se extiende a la espalda. Este dolor suele mejorar cuando te sientas y te inclinas hacia adelante. Empeora aproximadamente media hora después de comer.

Otros signos y síntomas son menos comunes. Entre ellos se incluyen:

- Ictericia (coloración amarillenta de la piel). Esto puede suceder si la pancreatitis crónica bloquea el flujo de líquido desde el hígado.
- Tener mucha grasa en las heces. Pueden tener mal olor y ser difíciles descargar. A esto se le llama esteatorrea. Puede suceder si el páncreas ya no funciona correctamente para ayudar a descomponer los alimentos en el intestino.
- Hinchazón y exceso de gases. Esto también puede pasar si la digestión no funciona tan bien.
- Micción frecuente, sed y cansancio. Estos podrían ser signos de prediabetes.
- Pérdida de peso y desnutrición (una afección grave que puede ocurrir si su cuerpo no recibe la nutrición adecuada). Esto sucede en parte porque las personas tienen miedo

Pancreatitis crónica

de comer en caso de que el dolor empeore. Pero también puede suceder si su intestino está absorbiendo los alimentos menos bien o debido a la diabetes.

- Náuseas y vómitos.

Si su médico cree que podría tener pancreatitis crónica, primero le recomendará que se haga una tomografía computarizada o una resonancia magnética del abdomen.

Estas exploraciones pueden mostrar pequeños bultos o calcificaciones (cálculos) en el páncreas.

Sin embargo, puede ser difícil saber si tienes pancreatitis crónica si se encuentra en sus primeras etapas. Si los resultados no son claros, su médico le hará un seguimiento para ver cómo se desarrollan sus síntomas. O pueden hacer algunas pruebas adicionales, como análisis de sangre y heces, pruebas genéticas y una biopsia del páncreas.

Qué tratamientos funcionan para la pancreatitis crónica?

No existe cura para la pancreatitis crónica, pero los tratamientos pueden ayudar con los síntomas y otros problemas. Estos tratamientos tienen como objetivo:

- reducir el dolor y la esteatorrea (grasa en las heces)
- evitar que pierda demasiado peso
- ayudarle a obtener la nutrición adecuada
- controlar la diabetes y otras complicaciones
- ayudar a mantener o mejorar su calidad de vida.

Los tratamientos incluyen cambios en su estilo de vida, alivio del dolor, medicamentos para ayudarle a obtener nutrición de sus alimentos y, en algunos casos, endoscopia o cirugía.

Cambios en el estilo de vida

Si fuma, bebe alcohol o ambos, su médico le aconsejará encarecidamente que **deje de hacerlo**. Esto no revertirá el daño al páncreas, pero podría evitar que la afección empeore. Evitar el alcohol también puede ayudar a reducir los ataques repetidos de dolor de la pancreatitis crónica. Este es el caso incluso si su afección no fue causada por el alcohol para empezar.

Nutrición

La nutrición es muy importante para controlar la pancreatitis crónica. Esto se debe a que la afección afecta la forma en que el cuerpo digiere los alimentos, especialmente las grasas. Con menos grasa, tu cuerpo no puede absorber adecuadamente las vitaminas importantes.

Un dietista le ayudará a planificar una dieta bien equilibrada que no sea baja en grasas. Es posible que le sugieran que coma alimentos ricos en proteínas y energía. Esto debe hacerse a través de comidas pequeñas y regulares, de una manera "pequeña y frecuente".

Pancreatitis crónica

Es posible que te administren tratamientos llamados **enzimas pancreáticas**. Estos son medicamentos que le ayudan a digerir los alimentos que consume.

La mayoría de las personas con pancreatitis crónica pueden lograr una buena nutrición con una dieta normal y el reemplazo de enzimas pancreáticas. Además de esto, solo algunas personas requieren suplementos nutricionales. Estos suplementos se toman por vía oral para ayudarle a satisfacer sus necesidades nutricionales. Hay diferentes opciones disponibles y su dietista le ayudará a recomendarle cuál es la mejor para usted.

Si tiene diabetes, también hay otras formas en que deberá controlar su nutrición. Por ejemplo:

- Comer más alimentos ricos en fibra y almidón con las comidas
- Reducir la ingesta de azúcar con las comidas, las colaciones y las bebidas
- Incluir una fuente de proteínas con tus comidas.

Su dietista podrá darle consejos nutricionales más específicos si tiene diabetes.

Dolor intenso y nutrición

Si tiene dolor intenso, es posible que deba recibir tratamiento en el hospital para ayudar a controlar su dolor y asegurarse de que está recibiendo la nutrición adecuada. Por lo general, esto se realiza con alimentación por sonda, combinada con una dieta baja en grasas. Las personas que se someten a este tratamiento normalmente experimentarán un aumento de peso y menos dolor.

Existen diferentes tipos de alimentación por sonda. Puede ser a través de: un pequeño tubo que va desde la nariz hasta el estómago, o un tubo que va directamente al estómago o al intestino delgado.

Si su médico cree que podría beneficiarse de este tratamiento, le explicará los beneficios y riesgos, y le recomendará un tipo específico de alimentación por sonda.

Alivio del dolor

Es posible que puedas controlar el dolor con analgésicos simples como el paracetamol o el ibuprofeno. Pero si estos no ayudan, su médico podría darle analgésicos más fuertes. Siga siempre los consejos de su médico cuando tome estos medicamentos. El uso regular de analgésicos más fuertes puede provocar tolerancia. Pasa cuando su cuerpo se acostumbra al medicamento y necesita una dosis más alta, o un medicamento diferente, para ayudar con el dolor.

Si el dolor persiste y los analgésicos no ayudan, el médico podría recomendar diferentes tratamientos para ayudar, como los siguientes:

- **Dosis bajas de antidepresivos.** Estos medicamentos generalmente se usan para tratar afecciones como la depresión y la ansiedad. Pero en algunas personas ayudan con el dolor.

Pancreatitis crónica

- **gabapentinoides.** Estos son medicamentos que generalmente se usan para tratar la epilepsia, pero en algunas personas pueden ayudar con el dolor. Su médico podría sugerir combinar esto con ciertos antidepresivos.
- **antioxidantes.** Se trata de medicamentos que incluyen suplementos como la vitamina C y la vitamina E.
- **Bloqueo del plexo celíaco.** Este procedimiento consiste en inyectar anestésico local en un haz de nervios en la parte superior del abdomen.
- **Litotricia extracorpórea por ondas de choque.** Este procedimiento utiliza ondas de choque para romper las calcificaciones pancreáticas (cálculos).

Endoscopia

Este es un procedimiento médico que puede ayudar a tratar las complicaciones de la pancreatitis crónica. A veces también puede ayudar con el dolor. El médico puede ofrecerle una endoscopia si tienes:

- estenosis (estrechamientos que causan obstrucciones dentro y alrededor del páncreas)
- calcificaciones pancreáticas (cálculos)
- Pseudoquistes.

Si su médico le recomienda una endoscopia, le hablará sobre lo que sucede durante el procedimiento, así como sobre los riesgos y beneficios.

Cirugía

La cirugía solo es una opción si otros tratamientos no han funcionado para usted. La cirugía puede:

- Eliminar o reducir el dolor persistente
- Tratar cualquier problema que se haya desarrollado, como obstrucciones
- Proteja las partes del páncreas que no están dañadas por la inflamación.

Si su médico sospecha que podría tener cáncer de páncreas, la cirugía puede ayudar a excluirlo.

Existen diferentes tipos de procedimientos quirúrgicos disponibles para la pancreatitis crónica.

Descompresión (drenaje)

La cirugía de descompresión se puede ofrecer si tienes pseudoquistes que causan dolor persistente u otros problemas, o que están creciendo. Estas acumulaciones de líquido se drenarán durante el procedimiento.

Este tipo de cirugía también se puede usar para reducir la presión sobre el conducto pancreático (un pequeño tubo en el páncreas que transporta los jugos digestivos) o el sistema biliar (una colección de tubos que drenan líquido del hígado).

Desnervación

La denervación consiste en cortar el suministro nervioso a partes del páncreas. Su objetivo es reducir el dolor constante e intenso que se produce con la pancreatitis crónica.

Resección

La resección consiste en extirpar partes del páncreas dañado o, en casos graves, todo el páncreas. Los diferentes tipos de resección incluyen:

- Pancreatectomía distal: donde se extirpa el extremo de la cola del páncreas.
- Pancreaticoduodenectomía (procedimiento de Whipple): donde se extirpa la cabeza del páncreas.
- Pancreatectomía total: en la que se extirpa todo el páncreas. Se combina con un trasplante de sus propias células de los islotes en el hígado. Estas son células especiales que producen la hormona insulina.

Si su médico recomienda una cirugía, le hablará con más detalle sobre qué tipo se recomienda, así como sobre los riesgos y beneficios.

Qué sucederá?

El dolor de la pancreatitis crónica suele disminuir o desaparecer con el tiempo, aunque esto puede tardar varios años. Si tiene dolor que no mejora, dígaselo a su médico. Es posible que puedan ofrecerle diferentes tratamientos para ayudarlo.

No existe cura para la pancreatitis crónica, pero llevar un estilo de vida **saludable** es clave para controlar el dolor y reducir el riesgo de desnutrición. Si fumas o bebes alcohol y necesitas ayuda para dejar de fumar, tu médico puede derivarte a otros profesionales de la salud para que te apoyen.

La pancreatitis crónica a veces puede provocar otras afecciones, como diabetes, cáncer de páncreas y una mayor probabilidad de fracturas. Su médico le recomendará visitas de seguimiento anuales para monitorearlo. Por lo general, esto implicará revisar sus síntomas, solicitar análisis de sangre y heces, y verificar la salud de sus huesos. El médico también podría recomendarte que te hagas pruebas de detección periódicas para el cáncer de páncreas, especialmente si la pancreatitis es hereditaria.

Las personas con pancreatitis crónica tienden a morir más jóvenes de lo que se esperaría si no tuvieran la afección, especialmente aquellas con pancreatitis juvenil o hereditaria. Pero las investigaciones muestran que la mayoría de las personas no mueren de pancreatitis crónica en sí. Las causas más comunes de muerte entre las personas con pancreatitis crónica incluyen cáncer, enfermedad cardíaca o complicaciones de la afección.

El dolor y el estrés de la pancreatitis crónica pueden ser difíciles de manejar emocionalmente. Obtener **apoyo** puede ayudar, al igual que hablar con otras personas con la afección. Hay varias organizaciones benéficas y organizaciones que pueden ofrecer información, consejos y la oportunidad de conocer a otras personas con la afección. Es posible que tu médico también pueda ayudarte a encontrar grupos de apoyo en línea.

Pancreatitis crónica

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

