

Cirujano digestivo advierte de los peligros del enema de café: "Puede causar perforaciones de colon con peritonitis"

cope.es/actualidad/sociedad/noticias/cirujano-digestivo-advierde-los-peligros-del-enema-cafe-puede-causar-perforaciones-colon-con-peritonitis-20230706_2800358

July 6, 2023

El especialista en Cirugía General y Digestiva del Centro Médico-Quirúrgico de Enfermedades Digestivas, Eugenio Freire, ha advertido de que no hay ninguna evidencia científica que respalde la eficacia de los enemas de café y, de hecho, advierte de que pueden causar hasta perforaciones del colon con peritonitis y con septicemia, "una infección muy grave que puede causar incluso la muerte".

En este sentido, Freire ha explicado, en declaraciones a Europa Press, que un enema o lavativa es "un procedimiento descrito desde la Antigüedad que consiste en introducir un líquido en el recto y en el sigma, que es la última parte del colon, con fines higiénicos, para limpiarlo con objetivos médicos en caso de estreñimiento crónico o también para la realización de algunas pruebas diagnósticas".

No obstante, últimamente, 'influencers' que nada tienen que ver con el mundo sanitario están creando contenido sobre las 'bondades' de utilizar enemas de café para adelgazar, e incluso enseñan a hacer esta técnica paso a paso. "Necesitamos un irrigador intestinal, aceite de coco y un café ecológico de excelente calidad", expone una 'TikToker' en uno de los vídeos - denunciado en Twitter por el farmacéutico Guillermo Martín (@Farmaenfurecida)-.

En este caso, la joven muestra el proceso paso a paso, así se ve como hierve agua, vierte dos cucharadas de café molido e introduce la mezcla en el irrigador. No es un contenido único, en las distintas redes sociales (Youtube, Instagram y TikTok) se encuentran videos parecidos con el mismo objetivo.

"No existe suficiente evidencia científica a favor del uso de enemas de café como algo positivo para la salud", ha insistido Freire. De hecho, dependiendo de cómo se utilicen los enemas, pueden entrañar riesgos de diferente magnitud.

Por ejemplo, el café muy caliente puede causar quemaduras en la mucosa del colon. "Además, como la mucosa del recto del colon sirve para administrar medicamentos, por ahí se pueden absorber sustancias en la sangre", ha indicado el experto.

Entonces, si el enema de café contiene mucha cantidad, este puede causar trastornos del equilibrio hidroelectrolítico del cuerpo. También ha insistido en que, según con qué instrumento se aplique el enema, puede ocasionar perforaciones. "Hay que tener mucho cuidado y no utilizar este tipo de enema", ha advertido.

Preguntado sobre el origen de esta moda, el doctor ha opinado que "hay defensores de la medicina alternativa que están a favor del uso del enema de café porque le atribuyen propiedades antioxidantes, desintoxicantes y hasta anticancerígenas, y piensan que reduce la inflamación". Sin embargo, advierte de que "nada de esto se ha logrado demostrar". Además de "no tener sentido", para Freire es una práctica que "puede considerarse de riesgo para la salud".

En suma, el doctor recuerda que, a veces, estos consejos de utilización de enemas pueden volverse "virales" en las redes sociales. Con todo, alerta de que "hay que tener cuidado" con este tipo de consejos, máxime si no provienen de una "fuente confiable, como una fuente médica o sanitaria".

TIPOS DE ENEMAS

Por último, el especialista ha repasado los tipos de enemas que se usan normalmente con fines médicos. Por un lado, se encuentran los de tipo evacuante, que actúan de inmediato, en unos 15 o 20 minutos, y con los que se tratan el estreñimiento y la retención fecal. "Se utilizan cuando la deposición se queda seca, dura, impactada. Suele ser común en mujeres embarazadas y en personas con anemia que a veces toman mucho hierro como suplemento", ha explicado el experto.

Además, Freire también ha mencionado los "enemas de retención", en los que se suelen introducir sustancias como el sulfato de bario "para hacer pruebas de rayos X y ver un mapa de la anatomía del recto y del colon".

Así las cosas, se pueden utilizar varios tipos de sustancias para la realización de esta técnica, tales como emulsiones de aceite y de glicerina, sobre todo en los casos de estreñimiento. También se pueden utilizar soluciones salinas o jabonosas, cuando se quiere limpiar el colon para realizar ciertos procedimientos médicos, como por ejemplo una colonoscopia o cirugías en las que se necesita que la ampolla rectal esté limpia.