

Experto español habla del "mito" corte de digestión



Desde el punto de vista médico y científico, el mal llamado 'corte de digestión' es una fábula, una invención provocada por la errónea asociación realizada por el saber popular entre sus causas y sus efectos. "El corte

de digestión como tal es un mito. Porque no tiene ninguna relación el proceso digestivo con lo que entendemos comúnmente por un corte de digestión, ese cuadro de síncope que se produce cuando hay fundamentalmente un cambio brusco de temperatura", afirma Javier Amador Romero, especialista en Medicina Familiar y Comunitaria y coordinador del Grupo de Digestivo de la Sociedad Madrileña de Medicina de Familia y Comunitaria (SoMaMFyC).

Sin embargo, aunque la denominación y la relación causa-efecto estén equivocadas, este problema está detrás de algunos de los ahogamientos que se producen cada año en España -372 en el año 2018, según datos de la Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo (RFESS)-. "El nombre técnico de lo que llamamos corte de digestión es hidrocución y realmente es un síncope por un cambio brusco de temperatura corporal. Se produce cuando estamos expuestos a altas temperaturas en el ambiente, porque hace mucho calor o nos da mucho el sol, y a continuación nuestra piel y nuestras vías respiratorias entran en contacto de forma brusca con agua fría, que suele considerarse a menos de 18°. Ese cambio repentino de temperatura provoca una bajada también súbita de la frecuencia cardíaca y, al mismo tiempo, una inhibición de nuestro centro respiratorio. Y al final, perdemos nuestro nivel de consciencia, produciéndose un síncope similar al vasovagal, aquel que aparece como resultado de una bajada brusca de la tensión arterial o cuando nos extraen sangre para una analítica. El problema es que si perdemos el conocimiento dentro del agua podemos ahogarnos y ese es, en realidad, el gran peligro del mal llamado corte de digestión, que, como he dicho, nada tiene que ver con nuestro proceso digestivo", señala Javier Amador.

Gonzalo Guerra Azcona, director médico y jefe del equipo quirúrgico de Centro Médico Quirúrgico de Enfermedades Digestivas (CMED), explica que "después de una comida, nuestro

organismo prioriza el aparato digestivo; es decir, envía más sangre a este sistema para que nuestra vascularización pueda absorber los nutrientes y hacer la digestión. Si hacemos alguna actividad que conlleve que esa sangre tenga que irse a otro lado, por ejemplo, un ejercicio físico intenso o la inmersión en agua fría, quitamos sangre de esa digestión y hacemos que el proceso se pueda complicar”.

De este modo, aunque la causa no sea propiamente la digestión, una comida copiosa sí es un factor de riesgo para la aparición de la hidrocución. “Una comida muy abundante y con ingredientes como grasas, fritos y recetas muy condimentadas tiene un proceso de digestión más costoso y lento. En cambio, si tomamos hidratos de fácil absorción (pasta, patatas, etc), algo de proteína, verdura o fruta, son alimentos que tienen una digestión más fácil y rápida y que, de este modo, minimizan la posibilidad de sufrir estos llamados cortes de digestión”, clarifica el responsable de CMED. -

>>Vea más...