



¿Qué son
la enfermedad de
Crohn y la colitis
ulcerosa?

Índice

| | |
|--|----------|
| Introducción a la enfermedad inflamatoria intestinal | 1 |
| ¿A quién le da EII? | 1 |
| Causas | 2 |
| Factores de riesgo | 2 |
| Diagnóstico..... | 2 |
| | |
| Lo que necesita saber sobre la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa..... | 3 |
| Enfermedad de Crohn..... | 3 |
| Colitis ulcerosa | 4 |
| | |
| Vivir con EII..... | 5 |
| Cómo cumplir con el tratamiento..... | 6 |
| Cambios en el estilo de vida..... | 6 |
| Actividad física..... | 6 |
| Salud emocional | 7 |
| Buena nutrición..... | 8 |
| Cirugía..... | 9 |
| Embarazo | 10 |
| Cuidado continuo | 10 |
| | |
| Referencias..... | 12 |
| Recursos | 13 |

Esta publicación es únicamente para fines informativos. No está destinada a sustituir los consejos, diagnósticos o tratamientos médicos profesionales. Siempre busque el consejo de su médico u otro proveedor de servicios de salud calificado si tiene alguna pregunta sobre una afección médica. Nunca ignore el consejo de los profesionales médicos ni se demore en pedirlo por algo que haya leído en esta publicación. Si cree que podría tener una emergencia médica, llame a su médico o al 911 de inmediato. AllianceRx Walgreens Prime no recomienda ni avala ninguna prueba, médico, producto, procedimiento, opinión ni demás información específica que pueda haberse mencionado en esta publicación. El uso que usted haga de cualquier información proporcionada en esta publicación es exclusivamente bajo su propio riesgo.

La entidad responsable de elaborar esta publicación y proporcionarla como un servicio es AllianceRx Walgreens Prime.

Introducción a la enfermedad inflamatoria intestinal

Aprender a manejar su enfermedad inflamatoria intestinal (EII) puede parecer desafiante, especialmente al principio. Pero comprender su diagnóstico puede ayudarle a tomar el control de su salud. No hay una cura para la EII. Pero hay varias opciones de tratamiento que pueden ayudarle a manejar los síntomas. En este folleto se le da información sobre la EII, qué esperar después del diagnóstico y cómo manejar los síntomas para llevar una vida plena y activa.

La EII se refiere a afecciones crónicas, o a largo plazo, que afectan el tracto gastrointestinal (GI). Estas afecciones pueden mejorar o empeorar con el tiempo. El tracto GI es la parte del cuerpo que digiere los alimentos. También absorbe los nutrientes y expulsa los desechos. El tracto GI incluye la boca, el esófago, el estómago, el intestino delgado, el intestino grueso y el ano.

Los dos tipos de EII son la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa. Ambas causan inflamación en el tracto GI. La enfermedad de Crohn puede afectar cualquier parte del tracto GI y todas las capas de los intestinos. La colitis ulcerosa solo afecta el revestimiento del intestino grueso, que incluye el colon y el recto.^{1,2}

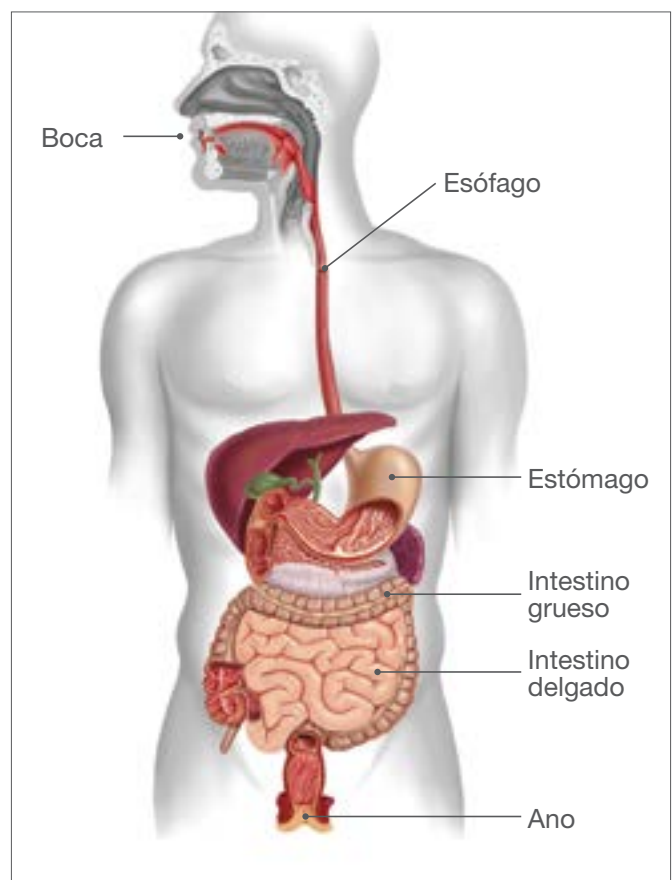
¿A quién le da EII?

Se estima que, en los Estados Unidos, 1.6 millones de personas sufren de EII. Puede presentarse a cualquier edad, pero generalmente se diagnostica entre los 15 y los 35 años de edad. Tanto hombres como mujeres pueden padecer EII.³

Cualquier persona puede presentar EII. Es más frecuente en aquellos que⁴:

- tienen antecedentes familiares de EII
- son caucásicos o judíos de ascendencia europea
- viven en ciudades
- viven en países desarrollados

El tracto GI



Introducción a la enfermedad inflamatoria intestinal (cont.)

Causas

Se desconoce la causa exacta de la EII. Los expertos creen que la causan diversos factores, entre los que se incluyen los siguientes³:

- ambiente
- genes, que definen los rasgos heredados, como el color de ojos
- problemas del sistema inmunológico

Normalmente, el sistema inmunológico busca y ataca a intrusos, como bacterias malas o virus que pueden causar enfermedades. También le ayuda al cuerpo a recuperarse de una enfermedad. Pero no siempre funciona correctamente. En las personas con EII, el sistema inmunológico ataca por error a bacterias inofensivas, alimentos y otros materiales que se encuentran en el intestino. Esto puede causar hinchazón en el tracto GI.

Factores de riesgo

Los factores de riesgo para la EII incluyen³:

- antibióticos, que pueden afectar los niveles de bacterias en el tracto GI
- apendectomía, o cirugía para quitar el apéndice (factor de riesgo para la enfermedad de Crohn)
- fumar cigarrillos (factor de riesgo para la enfermedad de Crohn)
- antecedentes familiares
- medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) como aspirina, ibuprofeno o naproxeno

Algunos estudios sugieren que la dieta, el uso de hormonas y de ciertos medicamentos, el estrés y bajos niveles de vitamina D podrían elevar el riesgo de EII.^{5,6}

Diagnóstico

Su médico probablemente le diagnosticó EII con base en sus síntomas, un examen físico y pruebas.^{7,8} Las pruebas para el diagnóstico de la EII a menudo incluyen:

- análisis de sangre
- radiografías u otros estudios imagenológicos del cuerpo
- análisis de muestras de materia fecal para detectar sangrado o infección

Su médico probablemente también examinó su tracto GI por medio de procedimientos como los siguientes^{7,8}:

- Biopsia. Se extrae una pequeña porción de tejido de la parte afectada del tracto GI para realizar pruebas.
- Colonoscopia. Se usa un tubo delgado y flexible con una cámara para ver todo el colon.
- Sigmoidoscopia flexible. Se usa un tubo delgado y flexible con una cámara para ver el extremo del colon.
- Endoscopia superior. Se usa un tubo delgado y flexible con una cámara para ver la parte superior del sistema digestivo, que incluye el estómago y el intestino delgado.

Lo que necesita saber sobre la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa



Comprender su diagnóstico puede ayudarle a manejar mejor su salud. La enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa son afecciones crónicas que no tienen cura. Pero, comenzar el tratamiento poco después del diagnóstico puede ayudarle a manejar sus síntomas para que pueda llevar una vida plena y activa.³

Enfermedad de Crohn

¿Quién desarrolla la enfermedad de Crohn?

Incluso hasta 780,000 estadounidenses padecen la enfermedad de Crohn. Esta afecta a hombres y mujeres por igual. Se diagnostica con mayor frecuencia en personas de entre 15 y 35 años de edad.³

Signos y síntomas

La enfermedad de Crohn es una afección crónica. Puede mejorar o empeorar con el tiempo. Si bien no hay una cura, los medicamentos pueden controlar los síntomas. La enfermedad de Crohn está activa cuando los síntomas están presentes. Esto se también se conoce como una exacerbación. La remisión es cuando los síntomas desaparecen. Los síntomas de la enfermedad de Crohn pueden diferir en cada paciente. Los síntomas pueden variar de leves a graves.

Los síntomas GI más frecuentes incluyen los siguientes¹:

- dolor y cólicos abdominales
- estreñimiento
- diarrea
- sensación de evacuaciones intestinales incompletas
- sangrado rectal
- necesidad urgente de defecar

Otros síntomas de la enfermedad de Crohn también pueden incluir¹:

- fatiga (cansancio)
- fiebre
- cambios menstruales
- sudores nocturnos
- falta de apetito
- pérdida de peso

Colitis ulcerosa

¿Quién desarrolla colitis ulcerosa?

Aproximadamente 907,000 personas en los Estados Unidos tienen colitis ulcerosa. Al igual que la enfermedad de Crohn, se diagnostica con mayor frecuencia en personas de entre 15 y 35 años de edad. Es más frecuente en hombres que en mujeres. Además, en comparación con las mujeres, los hombres presentan una mayor probabilidad de que se les diagnostique colitis ulcerosa en las décadas de los 50 y 60 años de edad.³

Signos y síntomas

Al igual que la enfermedad de Crohn, la colitis ulcerosa es una afección crónica. Puede mejorar o empeorar con el tiempo. Si bien no hay una cura, los medicamentos pueden controlar los síntomas. Los síntomas de la colitis ulcerosa pueden incluir²:

- dolor y cólicos abdominales
- retraso en el crecimiento en niños
- diarrea
- fatiga
- deposiciones sueltas con sangre
- falta de apetito
- necesidad urgente de defecar
- pérdida de peso

Vivir con EII

No hay una cura para la EII. Pero existen muchas maneras de tratar los síntomas. Un médico que se especializa en problemas GI, conocido como gastroenterólogo, puede ayudarle a dirigir su tratamiento.

Los objetivos principales del tratamiento de la EII incluyen⁹:

- disminuir la inflamación en el tracto GI
- mejorar la calidad de vida
- inducir la remisión o detener los síntomas
- mantener la remisión o prevenir exacerbaciones
- reducir el riesgo de complicaciones en el tracto GI u otras partes del cuerpo

Trabaje junto con su médico para buscar el mejor tratamiento para usted. El médico podría pedirle que lleve un registro de sus síntomas en un diario. Por ejemplo, podría registrar cuántas deposiciones tiene cada día y de qué tipo. O bien, podría llevar un registro de su peso.

El tratamiento puede controlar los síntomas. Pero habrá momentos en los que los síntomas regresen. Hay muchos factores que pueden desencadenar estas exacerbaciones, incluidos los siguientes¹⁰:

- ciertos alimentos
- ciertos medicamentos, como AINE o antibióticos
- fumar cigarrillos (para pacientes con enfermedad de Crohn)
- no tomar sus medicamentos según las indicaciones del médico
- estrés

La EII también puede causar otras complicaciones. Estas pueden presentarse en el tracto GI u otras partes del cuerpo. Las complicaciones pueden incluir³:

- absceso o acumulación de pus en el tracto GI
- anemia, que puede causar fatiga
- artritis o articulaciones hinchadas
- problemas óseos, como huesos frágiles
- cáncer de colon
- problemas oculares, como hinchazón o irritación



- fistulas o túneles anormales en los intestinos causados por úlceras
- cálculos renales
- enfermedad hepática
- malabsorción y desnutrición que podrían causar deficiencias de vitaminas o minerales, o afectar el crecimiento en los niños
- llagas en la boca
- estrechamiento del intestino que puede causar obstrucción
- perforación del intestino u orificios en el revestimiento intestinal
- problemas de la piel, como llagas, úlceras o erupciones
- megacolon tóxico, un ensanchamiento peligroso y rápido del colon
- úlceras en el tracto GI

Algunas complicaciones pueden requerir atención urgente. Prepárese. Consulte a su médico para preguntarle sobre las complicaciones de la EII antes de que se presenten. Sepa cuándo necesita buscar atención médica inmediata.

Cómo cumplir con el tratamiento

Los medicamentos pueden ayudar a manejar los síntomas de la EII. Los tipos principales de fármacos que se usan para tratar la EII son³:

- aminosalicilatos
- antibióticos
- terapias biológicas
- corticosteroides
- inmunomoduladores

No existe un tratamiento único que funcione para todas las personas con EII. Los tratamientos se prescriben específicamente para cada individuo. Trabaje junto con su médico para encontrar el tratamiento que mejor le funcione a usted. Este podría cambiar con el tiempo. Su médico podrá ajustar el tratamiento recetado según sea necesario.

Sin importar qué medicamentos se elijan para su tratamiento, debe tomarlos exactamente de la forma que le indique su médico, a los horarios indicados y en las dosis correctas. No deje de utilizar sus medicamentos sin preguntarle primero a su médico. Si su rutina de tratamiento comienza a resultarle demasiado difícil, pídale a su médico o a su farmacéutico que le ayuden a manejar sus medicamentos. Cumplir con el tratamiento como corresponde es clave para controlar los síntomas y mejorar su salud.

Cambios en el estilo de vida

Junto con los medicamentos, los cambios en su estilo de vida pueden ayudarle a manejar la EII.^{11,12} Algunos de estos pueden ser cambios pequeños en su rutina diaria. Por ejemplo, podría empezar por ubicar los baños antes de una salida. O podría empezar por llevar un cambio de ropa interior y papel higiénico dondequiera que vaya.

Otros cambios en el estilo de vida pueden ser objetivos más grandes. Por ejemplo, fumar puede hacer que empeore la enfermedad de Crohn.³ También puede causar una gran variedad de otros problemas de salud. Dejar de fumar puede reducir los síntomas GI y mejorar su salud. Si fuma, hable con su médico sobre las maneras de dejarlo.

Los hábitos que le ayudan a mantenerse activo, manejar el estrés y alimentarse bien pueden ayudarle a sentirse mejor cada día. Estos cambios también pueden ayudar a mejorar los síntomas de EII.



Actividad física

Mantenerse activo es bueno para su salud. Esto puede ayudarle a mantener un peso saludable y a reducir el esfuerzo que tienen que hacer sus articulaciones. También podría ayudar con los problemas en las articulaciones causados por la EII. El ejercicio también es una buena manera de aliviar cualquier estrés que podría empeorar los síntomas de la EII.¹¹ Muchos tipos de actividad podrían ser útiles, entre los que se incluyen:

- actividad aeróbica, como caminar o nadar
- ejercicios de fortalecimiento, como levantamiento de pesas
- rutinas de estiramiento y de rango de movimiento, como yoga o tai chi

Hable con su médico sobre los tipos de ejercicio que podrían ser adecuados para usted.

Salud emocional

A veces puede ser difícil vivir con EII. Es posible que se sienta enojado, ansioso o avergonzado. Esto es normal. Pero puede hacer que las cosas se sientan más estresantes de lo normal. El estrés puede hacer que sea difícil lidiar las demandas de vivir con EII. También puede desencadenar síntomas. Tome medidas para controlar el estrés:

- Averigüe qué es lo que le causa estrés. Intente llevar un diario para que le ayude a identificar las fuentes de estrés.
- Intente evitar las cosas que le generen estrés.
- Busque maneras positivas de sobrellevar su situación. Hágase tiempo para las cosas que disfruta. Relájese en un espacio tranquilo todos los días.

También puede sentirse triste o deprimido por su afección. Esto también es normal. Estos sentimientos pueden ser peores cuando recibe el diagnóstico, en las primeras etapas de la afección o durante una exacerbación. Es importante que conozca los síntomas de la depresión y que sepa cuándo pedir ayuda. Los síntomas de la depresión pueden incluir¹³:

- achaques y dolores que no desaparecen con el tratamiento
- cansancio o falta de energía
- comer demasiado o muy poco
- sentirse desesperanzado o negativo
- sentirse inquieto o irritable
- sentirse triste, vacío o ansioso la mayor parte del tiempo
- sentirse inútil, desamparado o culpable
- tener dificultad para concentrarse o tomar decisiones
- perder interés o placer en las cosas que solía disfrutar
- dormir demasiado o muy poco
- pensar en la muerte o el suicidio

Si tiene pensamientos suicidas, llame al 911 o al número local de servicios de emergencia. También puede llamar a su médico, profesional de salud mental, centro de crisis o línea directa para pedir ayuda.

Los niños y los adolescentes pueden expresar la depresión de otras formas, por ejemplo¹⁴:

- sensibilidad extrema al fracaso
- quejas frecuentes de dolores de cabeza o de estómago
- mayor enojo
- bajo nivel de energía o aburrimiento constante
- baja autoestima
- bajo rendimiento o asistencia a la escuela
- aislamiento social
- hablar sobre escaparse de la casa

Hable con su médico o con el médico de su hijo sobre la depresión. Su médico podría sugerirle terapia, un medicamento antidepresivo o ambos. Quizás también sería una buena idea que busque el apoyo de amistades y familiares. O considere unirse a un grupo de apoyo o foro de mensajes en Internet donde pueda hablar con otras personas con EII.

Buena nutrición

La mala nutrición es frecuente en pacientes con EII. Esto es especialmente cierto en pacientes con enfermedad de Crohn. Se debe a que los intestinos son menos capaces de digerir y absorber los nutrientes de los alimentos. Los síntomas de la EII también puede hacer que le resulte difícil comer bien todo el tiempo. Pero una buena nutrición es clave para la buena salud y el crecimiento normal. Esto es especialmente importante para los niños con EII.¹⁵ Hable con su médico sobre cómo mejorar su nutrición.

Su médico podría referirlo con un dietista. Juntos, pueden crear una dieta que le funcione a usted. En general, lo más importante es que siga una dieta bien equilibrada y que beba suficientes líquidos para mantenerse hidratado. No existe una única lista de alimentos que debe comer o evitar. Ciertos alimentos podrían causarle molestias a usted, pero no a otras personas con EII. Además, esto puede ir cambiando con el tiempo.

También es posible que tenga que comer de manera diferente en ciertos momentos. Por ejemplo, podría ser mejor comer porciones más pequeñas con mayor frecuencia durante las exacerbaciones. Hacer cinco comidas pequeñas (porciones del tamaño de un puño) cada tres o cuatro horas es mejor para su sistema digestivo que tres comidas grandes.¹²

Intente llevar un diario de alimentos para registrar lo que come. También puede registrar los síntomas y cuándo se presentan. Sus notas pueden ayudarle a saber qué alimentos u horas de las comidas le causan síntomas. Su registro también puede ayudar al médico o dietista a saber si está obteniendo suficientes nutrientes de su dieta.

Algunas personas con enfermedad de Crohn tienen una parte estrecha en el intestino delgado. Para estas personas, una dieta baja en fibra y baja en residuos podría ayudar a disminuir los síntomas. Esta dieta evita ciertos alimentos, como frutas y verduras crudas, nueces y semillas, que dejan material sin digerir para que pase a través de los intestinos. Esta dieta puede reducir la cantidad de deposiciones y el tamaño de las heces. Generalmente, solo se usa durante un periodo corto, hasta que los síntomas mejoren.¹² Consulte a su médico para preguntarle si esta dieta podría ayudarle.

Salud ósea

Los esteroides son un tipo de medicamento que se utiliza para tratar la EII. Si se usan durante mucho tiempo, pueden causar osteoporosis o huesos frágiles.³ Esto es cierto en el caso tanto de hombres como de mujeres. Si está utilizando esteroides, lleve un registro de su salud ósea. Es posible que su médico le ordene una densitometría ósea. Este estudio se usa para determinar la fortaleza de sus huesos. También puede valorar su riesgo de fracturarse un hueso. Puede tomar otras medidas para ayudar a prevenir la fragilidad ósea¹⁶:

- Consuma suficiente calcio y vitamina D en su dieta. Hable con su médico sobre la cantidad correcta de estos nutrientes y cómo alcanzar ese nivel.
- No fume cigarrillos.
- Realice actividad física con regularidad, según las indicaciones de su médico.
- Limite o evite el alcohol.

En niños, el tratamiento a largo plazo con esteroides también puede retrasar el crecimiento. A veces los niños se tratan con esteroides cada dos días para disminuir este efecto.¹⁷ Consulte a su médico para preguntarle cómo pueden proteger los huesos de su hijo.



Cirugía

Incluso con medicamentos y cambios en el estilo de vida, algunas personas necesitarán una cirugía para controlar los síntomas de la EII. Aproximadamente el 70% de las personas con enfermedad de Crohn

necesitarán una cirugía. Entre aquellas con colitis ulcerosa, hasta un tercio necesitará cirugía.³ En la tabla 3 se enumeran los procedimientos quirúrgicos más frecuentes para la EII.

Tabla 3. Procedimientos quirúrgicos para la EII^{4,18}

| Procedimiento | Descripción |
|--|---|
| Enfermedad de Crohn | |
| Colectomía/ proctocolectomía con ileostomía | <ul style="list-style-type: none">• En la colectomía se extirpa todo o parte del colon• En la proctocolectomía se extirpa el colon y el recto• La ileostomía crea una abertura a través del abdomen que permite vaciar los desechos del cuerpo en una bolsa conectada |
| Reparación de fístula o absceso | <ul style="list-style-type: none">• Repara conexiones anormales entre diferentes partes del tracto GI• Extrae los abscesos |
| Resección | Extrae las partes afectadas del intestino y vuelve a conectar las secciones sanas del intestino |
| Estenosoplastia | Ensancha partes estrechas del intestino |
| Colitis ulcerosa | |
| Proctocolectomía con ileostomía | Extirpa el colon y el recto, y crea una abertura a través del abdomen que permite vaciar los desechos del cuerpo en una bolsa conectada |
| Proctocolectomía restaurativa o anastomosis con bolsa ileoanal | Extirpa el colon y el recto, y crea una vía para vaciar los desechos a través del ano |

Embarazo

La EII activa y una cirugía pélvica previa para tratar la EII pueden afectar la probabilidad de que una mujer pueda quedar embarazada. El riesgo de complicaciones aumenta cuando la EII está activa durante la concepción y el embarazo. Idealmente, las mujeres con EII deben estar en remisión durante al menos seis meses antes de quedar embarazadas.³

Algunos medicamentos para la EII pueden afectar la fertilidad tanto en hombres como en mujeres. Ciertos medicamentos para la EII no son seguros durante el embarazo. Dígale a su médico si está planeando quedar embarazada o si queda embarazada mientras está tomando medicamentos para la EII. Quizás su médico necesite cambiar sus medicamentos. Las mujeres con EII que planeen amamantar a su bebé también debe preguntarle a un médico o farmacéutico qué medicamentos son seguros durante la lactancia.¹⁹

Cuidado continuo

Trabaje con su médico para llevar un registro de su avance y sus síntomas. Pueden analizar qué tan bien le están funcionando sus medicamentos y los cambios en su estilo de vida. Su médico también puede monitorear los efectos secundarios y ajustar su tratamiento según sea necesario. Cada visita puede ayudarle a cumplir con el tratamiento y a manejar mejor su EII.



Le hemos proporcionado esta información porque creemos que mientras más sepa sobre la EII, mejor preparado estará para manejarla. Además, el Equipo de Salud de la farmacia especializada de AllianceRx Walgreens Prime está aquí para brindarle apoyo personalizado y confiable, a fin de ayudarlo a manejar los efectos secundarios de los medicamentos y a cumplir con el tratamiento que su médico le haya recetado. Nos dará mucho gusto formar parte de su equipo de atención médica y ayudarlo a obtener los mejores resultados de su tratamiento.

Referencias

1. What is Crohn's disease? Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/what-are-crohns-and-colitis/what-is-crohns-disease/>. Accessed February 4, 2020.
2. What is ulcerative colitis? Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/what-are-crohns-and-colitis/what-is-ulcerative-colitis/>. Accessed February 4, 2020.
3. The facts about inflammatory bowel diseases. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.cdfa.org/assets/pdfs/ibdfactbook.pdf>. Published November 2014. Accessed February 4, 2020.
4. Inflammatory bowel disease fact sheet. Office on Women's Health Web site. <https://www.womenshealth.gov/publications/our-publications/fact-sheet/inflammatory-bowel-disease.html>. Updated April 1, 2019. Accessed February 4, 2020.
5. Ananthakrishnan AN. Environmental risk factors for inflammatory bowel disease. *Gastroenterol Hepatol (NY)*. 2013;9(6):367-374. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3736793/>. Accessed February 4, 2020.
6. Crockett SD, Porter CQ, Martin CF, Sandler RS, Kappelman MD. Isotretinoin use and the risk of inflammatory bowel disease: A case control study. *Am J Gastroenterol*. 2010;105(9):1986-1993. <http://www.nature.com/ajg/journal/v105/n9/full/ajg2010124a.html>. Accessed February 4, 2020.
7. Crohn's diagnosis and testing. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.cdfa.org/what-are-crohns-and-colitis/what-is-crohns-disease/crohns-diagnosis-testing.html>. Accessed February 4, 2020.
8. Ulcerative colitis. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases Web site. <http://www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/digestive-diseases/ulcerative-colitis/Pages/facts.aspx#6>. Updated September 2014. Accessed February 4, 2020.
9. Treatment options in IBD. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/resources/treatment-options-in-ibd.html>. Published May 30, 2012. Accessed February 4, 2020.
10. Managing flares and other IBD symptoms. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/assets/pdfs/Managing-flares.pdf>. Updated June 2019. Accessed February 4, 2020.
11. Neeraj N, Fedorak RN. Exercise and inflammatory bowel disease. *Can J Gastroenterol*. 2008;22(5):497-504. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2660805/>. Accessed February 4, 2020.
12. Inflammatory bowel disease and irritable bowel syndrome: similarities and differences. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/assets/pdfs/ibd-and-irritable-bowel.pdf>. Published July 2014. Accessed February 4, 2020.
13. Depression: signs and symptoms. National Institute of Mental Health Web site. https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml#part_145397. Updated February 2018. Accessed February 4, 2020.
14. Depression in children and teens. American Academy of Child and Adolescent Psychiatry Web site. https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/The-Depressed-Child-004.aspx. Updated October 2018. Accessed February 4, 2020.
15. Lucendo AJ, Rezende LC. Importance of nutrition in inflammatory bowel disease. *World J Gastroenterol*. 2009;15(7):2081-2088. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2678578/>. Accessed February 4, 2020.
16. Bone loss in IBD. Crohn's and Colitis Foundation of America Web site. <http://www.crohnscolitisfoundation.org/resources/bone-loss.html>. Published May 1, 2012. Accessed February 4, 2020.
17. Deshmukh CT. Minimizing side effects of systemic corticosteroids in children. *Indian J Dermatol Venereol Leprol*. 2007;73:218-221. <http://www.ijdv.com/text.asp?2007/73/4/218/33633>. Accessed February 4, 2020.
18. Surgery options for IBD. I'IBDetermined Web site. <http://www.ibdetermined.org/ibd-information/ibd-treatment/ibd-surgery.aspx>. Accessed February 4, 2020.
19. Inflammatory bowel disease. Organization of Teratology Information Specialists Mother to Baby Web site. <http://mothertobaby.org/factsheets/inflammatory-bowel-disease-pregnancy/pdf/>. Published June 2015. Updated August 2017. Accessed February 4, 2020..

Recursos

Puede resultarle útil comunicarse con estas organizaciones para obtener apoyo y recursos adicionales.*

American College of Gastroenterology (ACG)

www.patients.gi.org/topics/inflammatory-bowel-disease
301-263-9000
www.facebook.com/AmCollegeGastro/
@AmCollegeGastro

El American College of Gastroenterology (ACG) [Colegio de Gastroenterología de los Estados Unidos] es una organización clínica de los especialistas en salud digestiva. El sitio web del ACG incluye información sobre afecciones GI, que incluyen la EII, tanto en inglés como en español. El sitio también ofrece recursos para encontrar a un gastroenterólogo y otros tipos de apoyo para pacientes.

American Society of Colon and Rectal Surgeons (ASCRS)

www.fascrs.org/patients
847-290-9184
www.facebook.com/fascrs
@fascrs_updates

La American Society of Colon and Rectal Surgeons (ASCRS) [Sociedad de Cirujanos de Colon y Recto de los Estados Unidos] es un grupo de médicos que se especializan en tratar a pacientes con enfermedades que afectan el colon, el recto y el ano. El sitio web del grupo brinda información sobre enfermedades, una biblioteca de recursos para pacientes y un directorio de cirujanos.

Crohn's & Colitis Foundation of America (CCFA)

www.ccfa.org
800-932-2423
www.facebook.com/ccfafb
@CrohnsColitisFn

La Crohn's & Colitis Foundation of America (CCFA) [Fundación de Colitis y Crohn de los Estados Unidos] es una organización de voluntarios, sin fines de lucro, que se dedica a encontrar una cura para la enfermedad de Crohn y la colitis ulcerosa.

El sitio web de la CCFA incluye información sobre tratamientos, nutrición, opciones quirúrgicas y médicos. También están disponibles folletos, webcasts, información sobre ensayos clínicos y enlaces a otras organizaciones. El sitio web complementario, www.ibdetermined.org, incluye enlaces a más información y maneras de conectar con otros a través de las redes sociales y una aplicación para teléfonos inteligentes.

Inflammatory Bowel Disease Support Group

www.ibdsupport.org
www.facebook.com/ibdsupport
@IBDsupport

El IBD Support Group [Grupo de Apoyo para Personas con EII] es una comunidad en línea que organiza foros de discusión para personas con enfermedad de Crohn y colitis ulcerosa. El sitio web también incluye materiales educativos y enlaces a investigaciones y noticias sobre la EII.

MedlinePlus

www.nlm.nih.gov/medlineplus/crohnsdisease.html
(Crohn's disease)
www.nlm.nih.gov/medlineplus/ulcerativecolitis.html
(ulcerative colitis)
www.facebook.com/mplus.gov/
@medlineplus

MedlinePlus es un recurso integral de salud en línea de la Biblioteca Nacional de Medicina de los Estados Unidos. Su sitio web incluye materiales educativos sobre diagnóstico, tratamiento y apoyo para personas con EII. También incluye enlaces a las últimas noticias y ensayos clínicos sobre la EII y otras afecciones del tracto GI.

*Las organizaciones citadas se proporcionan únicamente para fines informativos. No están afiliadas a esta entidad y no le han proporcionado ningún tipo de financiación a AllianceRx Walgreens Prime para la elaboración de este folleto. AllianceRx Walgreens Prime no avala ni recomienda ninguna organización específica.

alliancerxwp.com

