

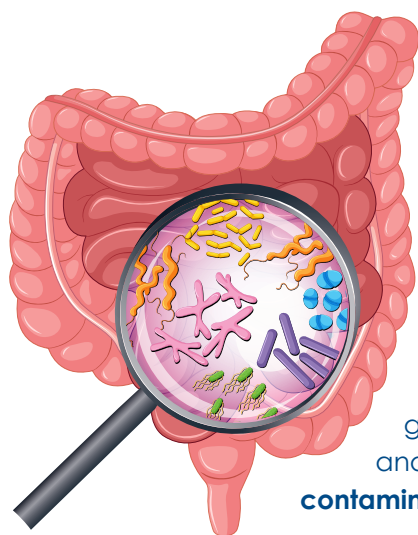
> Què és la gastroenteritis?

La **gastroenteritis** és una **inflamació** de la mucosa interna del tracte gastrointestinal que afecta tant l'**estómac** com els **intestins**. Popularment se la coneix com a grip estomacal.

Aquesta afecció s'identifica per un **canvi brusca en la consistència de les deposicions**, que es tornen líquides o semilíquides, i per un **augment en la freqüència deposicional**, ja que típicament arriba a tres o més evacuacions en un període de 24 hores (**diarrea**).

L'origen d'aquesta malaltia és habitualment **infeccions** i es transmet principalment per la **via fecal-oral**, sigui per **contacte directe entre persones o mitjançant la ingesta d'aigua i aliments contaminats**. És una malaltia **molt contagiosa**.

Els **agents causals** de la malaltia més freqüents són els **virus i els bacteris**, tot i que poden originar-la **altres patògens**.



En el cas dels **virus**, el **norovirus** destaca com la causa principal en adults de països desenvolupats, mentre que el **rotavirus** afecta majoritàriament la població infantil. Altres virus causants són l'**astrovirus** o l'**adenovirus**. Es contagia **per contacte amb persones infectades o superfícies contaminades**. Aquesta afecció provoca una **alteració transitòria de la capacitat de l'intestí per regular l'absorció i la secreció de sals i aigua**, així com un **rebuig dels aliments**, la qual cosa provoca diarrea i pèrdua de líquids.

D'altra banda, **els bacteris** com la **Salmonella**, el **Campylobacter jejuni** o l'**Escherichia coli**, solen causar un **dany més agressiu**, la qual cosa de vegades genera l'aparició de moc, sang o pus a la femta. Això és el que solem anomenar **intoxicació alimentària**. Es contagia **pel fet d'ingerir aliments o aigua contaminada**.

També es pot originar per **via parasitària**, encara que és menys freqüent. Els causants són organismes com la **Giardia lamblia**.

La gastroenteritis interromp el funcionament normal de l'intestí, forçant una **eliminació excessiva de líquids i sals minerals**. Aquesta **pèrdua massiva d'electròlits** és el factor de més risc, especialment en persones vulnerables (nens, persones grans o amb malalties cròniques i defenses baixes), on la **deshidratació** es converteix en un risc especialment important.

Encara que s'estima que una persona pot patir un episodi a l'any, molts casos no es reporten perquè els símptomes solen ser lleus.

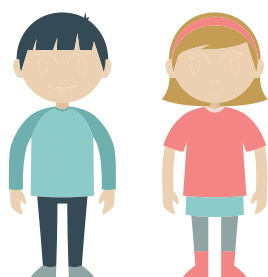


En general, el **procés és agut i dura entre tres i cinc dies**, encara que en situacions més severes la recuperació pot estendre's fins als deu dies.

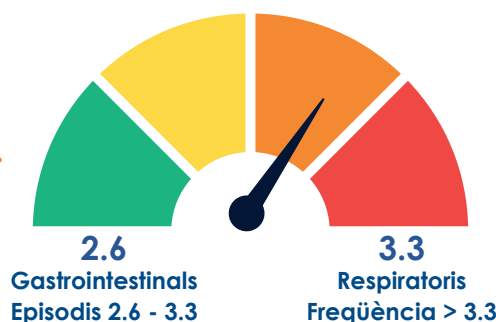
> Algunes xifres

Les malalties de l'aparell digestiu es **mantenen com la principal causa d'hospitalització a Espanya**.

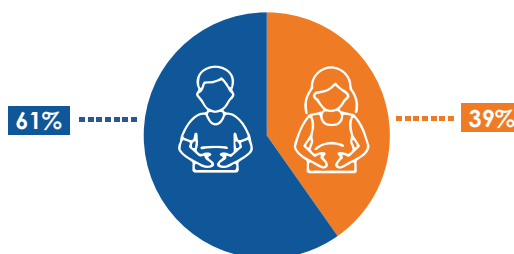
La població infantil: és el grup de més risc. A Espanya, els menors de 5 anys presenten entre **2,6 i 3,3 episodis per infant a l'any**. Només les infeccions respiratòries superen aquesta freqüència.



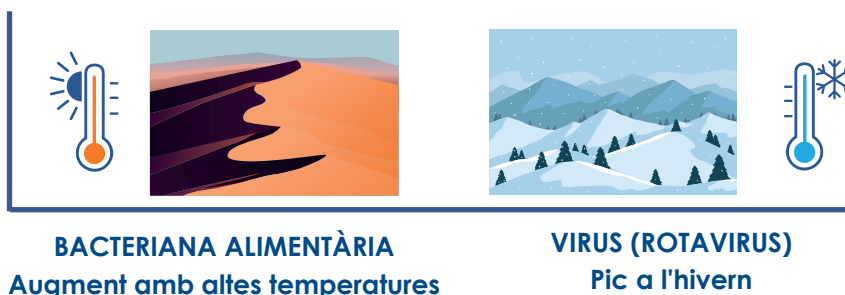
NENS / NENES
< 5 anys
Episodis / Any



Per gènere, els estudis d'ingressos hospitalaris mostren un lleuger predomini en homes (aproximadament un **61%** dels casos ingressats) més que en dones.



La gastroenteritis **presenta una marcada estacionalitat**. Els casos virals (especialment per rotavirus) mostren un pic màxim a l'**hivern** (fins al 34% dels casos), mentre que les gastroenteritis d'origen bacterià o alimentari tendeixen a augmentar amb les **temperatures altes** de l'estiu a causa de la proliferació bacteriana en aliments mal conservats.



En el context epidemiològic espanyol, les infeccions gastrointestinals representen una càrrega significativa en l'àmbit de la salut ocupacional, ja que són responsables del **91% de les baixes de curta durada** (generalment de **2 o 3 dies**). Aquesta freqüència supera fins i tot la de les infeccions respiratòries.

S'observa una incidència notable de brots de gastroenteritis d'origen no alimentari en entorns laborals tancats o semitancats. En aquests escenaris, el **norovirus** emergeix com l'agent causal de més rellevància a causa de la seva **alta transmissibilitat interpersonal**, i afecta especialment **sectors com el sanitari, l'educatiu, la indústria alimentària i l'hostaleria**.

Des de la gestió de la salut laboral, la majoria dels casos són **autolimitats**; és a dir, **es resolen de manera espontània sense fer-hi intervencions complexes**.

> Síntomes freqüents

La simptomatologia de la gastroenteritis es caracteritza per un **començament brusc** i una naturalesa habitualment **autolimitada**, amb una resolució clínica que acostuma a completar en un període inferior a una setmana. Els **síntomes solen manifestar-se entre un i tres dies després de l'exposició a l'agent infeccios i comprenen:**



Diarrea (síntoma principal): Es presenta mitjançant l'evacuació de femta tova o aquosa. L'absència de sang sol orientar cap a una infecció viral; la seva presència, per contra, suggereix una possible infecció bacteriana invasiva.



Vòmits i nàusees: Són manifestacions recurrents, especialment prevalents en quadres d'origen viral com els provocats pel norovirus.



Dolor abdominal i rampa: Generalment de tipus còlic (cargolins), aquestes molèsties solen precedir a l'evacuació i reflecteixen la resposta inflamatòria del tracte digestiu.



Febre i malestar: La febre sol ser moderada, acompanyada de vegades d'esgarriances, mal de cap o miàlgies (dolors musculars). Una temperatura corporal més alta pot ser indicativa d'una infecció bacteriana més greu.

El risc predominant en la gastroenteritis no es troba exclusivament en el procés infeccios, sinó en la **pèrdua crítica de líquids i electròlits**, on la **deshidratació** és la complicació més greu.

L'**observació** de senyals d'alarma és fonamental per a una intervenció mèdica primerenca. En adults, manifestacions com **feblesa o somnolència, irritabilitat, ulls enfonsats** o una marcada **disminució de la micció (o de color molt fosc)** requereixen atenció immediata. Així mateix, la **sequedat de les mucoses** (especialment la **boca i llengua pastosa**), la **set intensa i els marejos en posar-se dret** indiquen una alteració en la circulació sanguínia que també s'ha de vigilar. El desequilibri electrolític, especialment la baixa concentració de potassi en sang, sol traduir-se en **feblesa muscular i rampes**, fet que requereix supervisió professional.

> Detecció i diagnòstic mèdic

Per diagnosticar correctament la gastroenteritis, el professional mèdic especialista es basa en:



Història clínica (anamnesi): Es recull informació detallada sobre la durada dels símptomes, la freqüència de les deposicions i possibles escenaris en els quals ha tingut lloc l'exposició (viatges recents, contacte amb altres malalts).



Exploració física: S'avalua l'estat d'hidratació mitjançant el senyal del plec, l'estat de les mucoses i la tensió arterial.



Proves complementàries: La majoria dels casos no són necessàries. No obstant això, en quadres greus, perllongats o en pacients immunodeprimits, es poden sol·licitar.