

En condiciones normales, el tubo digestivo maneja bastante bien este aire y lo hace avanzar rápidamente para expulsarlo en forma de ventosidades, sin que se acumule ni produzca molestias.

### ¿Por qué se produce el meteorismo?

Las molestias producidas por los gases en el tubo digestivo pueden ser de muy distinta índole. La primera son los eructos frecuentes o abundantes, que en general se relacionan con un aumento del aire que tragamos al comer, lo que en su máxima expresión se denomina aerofagia.

El segundo problema es el aumento de las ventosidades.

El origen más frecuente de ello es la dieta rica en verduras y frutas, que dejan abundante sustrato a las bacterias para fermentar y generan mucho gas que debe ser expulsado.

El tercer problema es la hinchazón abdominal, que en la mayoría de los casos no se relaciona con ninguno de los dos problemas anteriores sino con un defecto en cómo hace avanzar el intestino a los gases, de forma no adecuada.

CON LA COLABORACIÓN DE:

Astra Zéneca

Janssen-Cilag

Otsuka Pharmaceuticals

Roche

Schering Plough

## ¿Sabía usted que el **aire** que hay en el tubo digestivo proviene del aire que se traga y de la fermentación por la flora intestinal?

### ¿Qué es el meteorismo?

En general, se habla de meteorismo cuando una persona tiene problemas de gases en el tubo digestivo, especialmente cuando aprecia una acumulación de los mismos con hinchazón. También se suelen incluir otros problemas, como los eructos o el aumento de ventosidades.

### ¿Por qué hay gases en el tubo digestivo?

El gas que contiene el tubo digestivo proviene de dos fuentes. La primera es el aire que se traga al comer. Aunque no lo notemos, tragamos bastante aire al comer y sólo basta pensar en los eructos del lactante después de darle el biberón. La segunda fuente de aire son los gases producidos en el colon por las bacterias de la flora intestinal al fermentar los residuos de la comida, principalmente los derivados de los vegetales.



[www.sepd.es](http://www.sepd.es)

