

PRINCIPALES TRANSTORNOS DEL APARATO DIGESTIVO

Como hemos visto, el aparato digestivo se encarga de una importante misión. Pero a veces, alguno de los órganos que lo forman presenta algún problema. Veamos cuales son las más comunes:

Caries dental:

Las caries afectan al **90% de la población mundial**, así que no es extraño que ya la hayas padecido en alguna ocasión. Las caries se producen por la **acción corrosiva de las bacterias** bucales, que **destruyen los tejidos del diente**.

Así se desarrolla una caries



Síntomas: dolor o molestias en el diente y sensibilidad intensa.

Tratamiento: Realizar un **empaste**. Es un procedimiento que consiste en **limpiar la cavidad** del diente en la que está la caries, **y rellenarla** después con un material llamado **composite**.

Prevención: mantener unas **adecuadas rutinas de limpieza diaria**.

Gingivitis:

Es una **inflamación y enrojecimiento de las encías** provocados por las bacterias que se desarrollan debido a la **acumulación de la placa y el sarro**.

Síntomas: Sangrar las encías cuando te cepillas.

Tratamiento: **Limpieza dental** por parte de un **profesional**, **y** a veces **cambiar los dientes afectados**.

Prevención: mantener unas **adecuadas rutinas de limpieza diaria**.

Gastroenteritis:

Es la **infección** más frecuente **del** aparato digestivo. Es una inflamación que afecta al **estómago** (gastro) **y** al **intestino** (enteritis) **causada por distintos virus y bacterias**.

Síntomas: **dolor abdominal, vómitos, diarreas y** a veces **fiebre**.

Tratamiento: **Hidratarse** (tomar abundantes **líquidos**, a ser posible suero) **y** llevar una **dieta suave:** arroz, yogur, plátano, pechugas y pescado cocido...

Prevención: Aunque es difícil evitarla, sí podemos tomar precauciones: **lavarse** frecuentemente las **manos**, **no comer alimentos en mal estado** o sospechosos, **lavar** bien **frutas y verduras** y tomar **sólo agua potable**.



Intolerancias:



Algunas veces, nuestro cuerpo reacciona negativamente a determinados alimentos y no los puede digerir o metabolizar. A eso le llamamos intolerancia alimentaria. Estas son las tres más comunes:

Celiaquía: Es la **intolerancia al gluten**. El gluten es la **proteína** de algunos **cereales: trigo, cebada, avena, espelta...**

Intolerancia a la lactosa: La lactosa es el azúcar que contiene la **leche**.

Intolerancia a la fructosa: El azúcar que contienen las **frutas**.

Síntomas: **Dolor continuo de tripa, diarreas frecuentes.**

Tratamiento: **Eliminar de la dieta los alimentos que contengan esas sustancias.**

En primer lugar lee el texto de los trastornos del aparato digestivo. Una vez lo hayas leído, lee los ejercicios que vienen a continuación para saber qué es lo que se pregunta. Después de eso, vuelve a leer el texto haz una lectura más concreta, y por último contesta a estos ejercicios:

1) Abre el desplegable y completa las definiciones de cada trastorno con las palabras correctas :

_____ es una infección en el estómago, el intestino o ambos, causada por distintos

A la inflamación de las encías se le llama

Cuando nuestro cuerpo reacciona negativamente a algunas sustancias decimos que tenemos

_____ es la destrucción del tejido de los dientes causado por

2) ¿Cuáles son los síntomas de cada uno de estos trastornos? Une con flechas cada enfermedad con sus síntomas:

CARIES

sangrar las encías al cepillarte los dientes

GINGIVITIS

dolor de tripa, vómitos y o diarrea

GASTROENTERITIS

dolor continuo de tripa, diarrea frecuente

INTOLERANCIAS

dolor en el diente o sensibilidad

3) ¿Qué debemos hacer si padecemos los siguientes trastornos? Une con flechas cada tratamiento con la enfermedad que corresponda:

GASTROENTERITIS

acudir al dentista para hacerse un empaste

CARIES

tomar mucho líquido y hacer dieta blanda

GINGIVITIS

dejar de comer alimentos que contengan gluten, fructosa o lactosa

INTOLERANCIAS

ir al dentista para hacerse una limpieza profesional

4) Haz clic en la respuesta correcta:

La caries y la gingivitis se producen porque no nos limpiamos los dientes a menudo: VERDADERO FALSO

El gluten es una proteína que se encuentra en:

a) la leche b) las frutas c) algunos cereales

Aunque es difícil evitar la gastroenteritis, sí podemos tomar precauciones: VERDADERO FALSO

Si no se acude al dentista lo antes posible, la caries puede destruir el diente hasta su raíz: VERDADERO FALSO