



descargar

¿QUÉ ES LA DISPEPSIA FUNCIONAL?

¿y qué tiene que ver con mi microbiota?



La dispepsia funcional (DF) es un **trastorno crónico de la interacción intestino-cerebro (TIC)** que se caracteriza por **síntomas abdominales** originados en la **parte superior del tubo digestivo**. A menudo se asocia a **factores psicológicos** y podría estar relacionada con un desequilibrio de la **microbiota intestinal**^{1,2}.

El diagnóstico de la DF se basa en los criterios de Roma V.

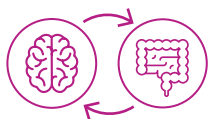


¿SABÍA QUE...? 1, 2, 3, 4, 5

una de las patologías digestivas más comunes



1 de cada 10
adultos, infradiagnosticada



Trastorno de la interacción intestino-cerebro



Trastorno crónico que se solapa frecuentemente con la gastroparesia, el reflujo, el síndrome del intestino irritable y la distensión abdominal

SÍNTOMAS Y SUBTIPOS

Ausencia de lesión tisular u orgánica.



Saciedad precoz
«Me siento lleno aunque no coma mucho.»



Sensación de plenitud posprandial
«Siento como si tuviera una piedra en el estómago.»

— al menos 2 días a la semana* —



Dolor epigástrico
«Parece que me están clavando un puñal desde el fondo de las tripas.»



Ardor epigástrico
«Tengo el estómago en llamas.»

— al menos una vez a la semana* —

Síndrome de distrés posprandial (PDS)
→ la forma más común



Los síntomas aparecen o se agravan en las 2 h siguientes a las comidas y pueden incluir dolor, ardor, náuseas, distensión abdominal y eructos excesivos.

Síndrome de dolor epigástrico (EPS)

No deben cumplirse los criterios de definición del PDS. Puede estar relacionado o no con las comidas.

*Criterios cumplidos durante los últimos 3 meses y síntomas presentes al menos seis meses.

FACTORES DE RIESGO: infección por *Helicobacter pylori*, sexo femenino, tomar ciertos analgésicos (aspirina, ibuprofeno), fumar, ansiedad o depresión, antecedentes de maltrato físico o sexual durante la infancia⁴

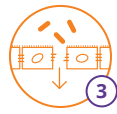
LOS MECANISMOS BIOLÓGICOS 1, 2, 4



Factores psicológicos
estrés, ansiedad, depresión



Hipersensibilidad gástrica
Relajación anormal, hipersensibilidad visceral, vaciado lento, disfunción neuronal



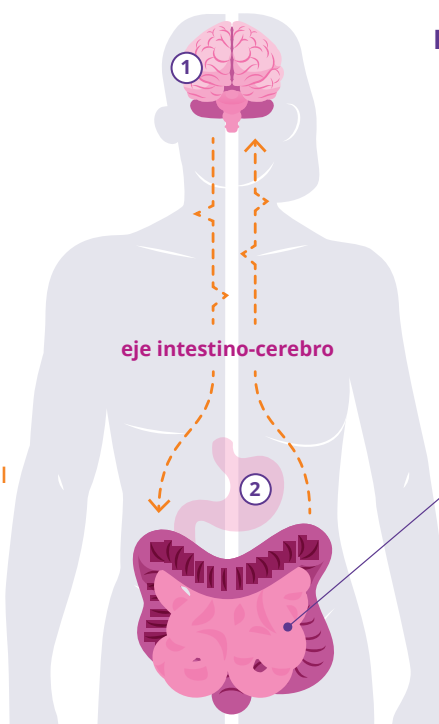
Alteración de la barrera intestinal
Aumento de la permeabilidad intestinal



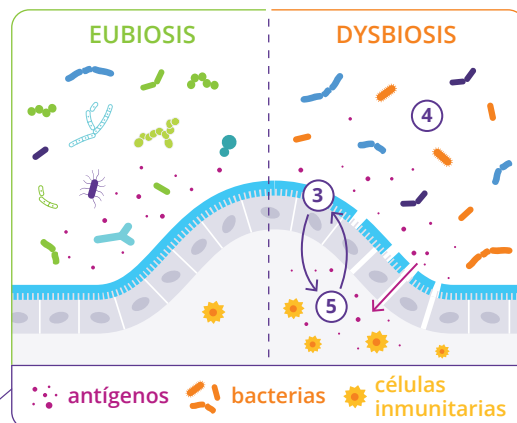
Alteración de la microbiota intestinal
Cambio en la composición y el funcionamiento de la microbiota, sobre todo en el duodeno



Activación inmunitaria intestinal
Respuesta excesiva con infiltración de células inmunitarias



IMPACTO DE LA MICROBIOTA INTESTINAL EN LA DF 1, 2, 4



→ Restauración de la **microbiota intestinal**
→ Restablecimiento de la **permeabilidad de la barrera intestinal**
→ Reducción de la **hipersensibilidad visceral**
→ Acción **antiinflamatoria**
→ Regulación de la **motilidad gastrointestinal**⁸

¿CÓMO ALIVIAR LOS SÍNTOMAS Y MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA? 2, 4, 6, 7



dieta saludable



estilo de vida saludable



medicación específica



intervenciones psicoterapéuticas
terapia cognitivo-conductual (TCC), hipnosis, psicodinámica, relajación...



probióticos



prebióticos



Infografía, fuentes

¿Qué es la dispepsia funcional? ¿Y qué relación tiene con mi microbiota?

1. [Vanuytsel T, Bercik P, Boeckxstaens G. Understanding neuroimmune interactions in disorders of gut–brain interaction: from functional to immune-mediated disorders. Gut. 2023. 72:787–798.](#)
2. [Törnblom H, Carbone F, Hasler WL, et al. Gastroduodenal Disorders. Gastroenterology. 2026;170\(6\):1240-1260.](#)
3. [Drossman DA, Chang L, Tack J, et al. Disorders of Gut–Brain Interaction and the Rome V Process. Gastroenterology. 2026;170\(6\):1083-1098.](#)
4. [Black CJ, Paine PA, Agrawal A et al. British Society of Gastroenterology guidelines on the management of functional dyspepsia. Gut. 2022 Sep;71\(9\):1697-1723.](#)
5. [Lee K, Kwong C, Yeniova AO, et al. Global prevalence of Functional Dyspepsia according to Rome criteria, 1990–2020: a systematic review and meta-analysis. Scientific Reports 2024; 14:4172.](#)
6. [Wauters L, Dickman R, Drug V, et al. United European Gastroenterology \(UEG\) and European Society for Neurogastroenterology and Motility \(ESNM\) consensus on functional dyspepsia. United European Gastroenterol J. 2021 Apr;9\(3\):307-331.](#)
7. [Corsetti M, Fox M. The management of functional dyspepsia in clinical practice: what lessons can be learnt from recent literature? F1000Research. 2017, 6\(F1000 Faculty Rev\):1778](#)
8. [Tziatzios G, Gkolfakis P, Leite G, Mathur R, Damoraki G, Giamarellos-Bourboulis EJ, Triantafyllou K. Probiotics in Functional Dyspepsia. Microorganisms. 2023; 11\(2\):351.](#)