

# Autismo y salud digestiva: una conexión clave para el bienestar

En el marco del Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, conversamos con la doctora Idelsa Polanco, gerente de gastroenterología del Hospital Pediátrico Dr. Hugo Mendoza, quien ha dedicado gran parte de su carrera a la atención de pacientes con autismo desde el punto de vista gastrointestinal. Su experiencia revela una estrecha relación entre los problemas digestivos y los síntomas conductuales en personas dentro del espectro autista.

Trastornos digestivos en el autismo: un problema frecuente y poco comprendido

Las personas con autismo presentan con frecuencia problemas gastrointestinales asociados a procesos inflamatorios, como gastritis, reflujo, estreñimiento, inflamación intestinal y aumento de la permeabilidad intestinal. Estos trastornos no solo afectan su salud física, sino que también pueden manifestarse en cambios conductuales.

“Muchos niños dentro del espectro tienen dificultades para expresar el malestar digestivo debido al retraso en el habla. En lugar de verbalizarlo, pueden mostrar conductas disruptivas como hiperactividad, llanto incesante, autolesiones o distensión abdominal. Esto puede llevar a confusión con otros trastornos neurológicos”, explica la doctora Polanco.

Microbiota intestinal y autismo: ¿existe una diferencia?

Las investigaciones han demostrado que la microbiota

intestinal de las personas con autismo presenta diferencias significativas en comparación con la población general. La doctora Polanco señala que estos pacientes suelen sufrir de disbiosis intestinal, en parte debido a una dieta muy selectiva que muchas veces carece de los nutrientes adecuados y favorece el crecimiento de bacterias perjudiciales.

Problemas digestivos y comportamiento: una relación bidireccional

El vínculo entre la salud digestiva y el comportamiento en personas dentro del espectro autista es innegable. Los trastornos gastrointestinales pueden generar incomodidad que se refleja en conductas repetitivas, rechazo a la alimentación, manipulación excesiva de la saliva y autolesiones en el abdomen o el tórax.

“Los niños con autismo suelen ser más vulnerables a infecciones por virus, hongos y bacterias debido a estos hábitos. Además, cuando el intestino es más permeable, neurotoxinas pueden alcanzar el cerebro, afectando su comportamiento y estado emocional”, advierte la especialista.

La alimentación como herramienta terapéutica

Una dieta adecuada puede marcar la diferencia en la calidad de vida de los pacientes con autismo. Identificar posibles alergias o intolerancias alimentarias y diseñar un esquema nutricional adaptado a sus necesidades puede reducir la inflamación intestinal y mejorar su bienestar general.

“El impacto de una alimentación saludable es notorio. Cuando se atiende la salud digestiva de un niño dentro del espectro autista, su comportamiento cambia: se muestra más receptivo, se concentra mejor e interactúa de manera más efectiva con su

entorno", afirma la doctora Polanco.

En el Día Mundial del Autismo, es fundamental reconocer la importancia de un enfoque integral en el tratamiento de estos pacientes. La salud gastrointestinal es un pilar clave para su bienestar y desarrollo, y entender esta conexión puede hacer la diferencia en su calidad de vida.