

---

## Cómo actuar ante un dolor abdominal funcional. Guía para docentes

### ¿Qué es el dolor abdominal funcional?

Consiste en dolores de tripa muy frecuentes y continuados en el tiempo. Tienen una frecuencia mínima de 4 veces al mes durante los últimos 2 meses. Se llama *funcional* porque no está causado por ninguna enfermedad digestiva orgánica, ni por otros problemas médicos. Eso no significa que el dolor sea imaginario, para el niño se trata de un dolor real que puede afectar a su vida diaria y produce con frecuencia absentismo escolar.

### ¿Por qué se produce?

Los mecanismos todavía no se conocen bien. Se considera que se debe a un incorrecto funcionamiento entre el sistema nervioso y el intestino. Influirían factores como una alteración de la flora intestinal, una mala regulación de los movimientos intestinales o una hipersensibilidad al dolor, pero la causa estrella suelen ser los factores estresantes.

*Es habitual que lo que la cabeza no sabe gestionar se refleje como dolor de tripa.*

### ¿Cuáles son los síntomas?

Existen 4 tipos en los que el [dolor abdominal](#) será el síntoma que siempre estará presente. Otros síntomas que pueden aparecer son:

- Migraña abdominal, que asocia [dolor de cabeza](#).
- [Síndrome de intestino irritable](#), que conlleva [diarrea](#).
- Dispepsia funcional, que incluye sensación de reflujo, náuseas, [vómitos](#) o digestiones pesadas.
- Dolor abdominal funcional no especificado de otra forma.

### ¿Cómo tratarlo en el colegio?

Lo principal en estos casos es el soporte psicológico, dando seguridad y acompañando al niño para que comprenda que no se trata de un problema grave, pero verificando su sensación de dolor para que no se sienta incomprendido.

Es importante que cuando un niño está diagnosticado de dolor abdominal funcional por el pediatra, se ponga en conocimiento del tutor, ya que es la persona de referencia que le puede acompañar y dar tranquilidad normalizando la situación.

Es frecuente que haya niños que presenten dolor abdominal los días que tienen examen o tienen que realizar una

exposición en público y el abordaje será intentar disminuir el factor estresante, realizando exposiciones graduales al mismo.

Además, lo ideal es que se mantenga en clase sin romper la dinámica. Al estar entretenido será más fácil que su cabeza no se centre en el dolor. En caso de que esto sea imposible, se le puede enviar al aseo para intentar realizar una deposición, lo que suele funcionar y aliviar el dolor. En última instancia, tranquilizarse en la enfermería antes de retomar la siguiente clase para aplicar calor o un suave masaje en la zona dolorida. Este tipo de dolor no suele mejorar con los analgésicos habituales, pero en el caso de elegir alguno, el paracetamol sería el analgésico más indicado.

El hecho de que salga de clase o del colegio suele perpetuar la tendencia a que este hábito se repita, por lo que es preferible evitarlo en lo posible.

Los pediatras solemos reforzar en consulta la importancia de que el niño debe acudir al colegio aunque tenga dolor, por tanto es importante que el docente, los padres y el pediatra trabajen en la misma línea para que el niño no encuentre discordancia de opiniones y entienda que entre todos pueden ayudarle.

También es importante buscar algún problema que pueda estar desencadenando episodios de dolor en el entorno escolar. Algún incidente con algún docente, alteración en la dinámica familiar o que el niño esté siendo víctima de [bullying](#), puede activar los mecanismos que desencadenan el dolor, y ese síntoma puede ser el primer signo de alarma que tenga el docente de que algo no está funcionando bien.

### **¿Qué síntomas de alarma podemos encontrar?**

Aunque un niño esté diagnosticado de dolor abdominal funcional, también puede tener episodios de otro tipo de dolor, por lo que debemos estar alerta ante signos de alarma. En estos casos debemos avisar a la familia para que el niño sea valorado por un pediatra. Los signos de alarma serían:

- Está pálido, mareado, frío, sudoroso o con temblor.
- Sufrió hace poco un golpe en la zona abdominal.
- Tiene [vómitos repetidos](#) que no ceden.
- El dolor es muy localizado en la zona inferior derecha, que es la localización de la [apendicitis](#).
- Tiene fiebre, diarrea frecuente e incontrolable o molestias al orinar.
- Hay [sangre en las heces](#) o los vómitos son verdosos o con sangre.

---

**Fecha de publicación:** 8-03-2024

**Autor/es:**

- [Myriam Herrero Álvarez](#). Pediatra. Hospital de Fuenlabrada. Fuenlabrada (Madrid)
- [Raquel Checa Rodríguez](#). Especialista en Gastroenterología, Hepatología y Nutrición pediátrica.. Hospital Universitario Rey Juan Carlos. Móstoles. Madrid.



---