

## FISURAS ANALES

### Patología

Una **fisura anal** es una **pequeña herida en el esfínter anal**, el esfínter que controla la salida de las heces. Puede aparecer a cualquier edad, y es la primera causa de sangrado rectal (a través del ano) en niños. Con frecuencia una fisura anal puede ser confundida por un paciente con unas hemorroides.

### Causas:

Las fisuras anales se asocian con:

- el estreñimiento
- la diarrea
- la **enfermedad de Crohn**.
- Pueden también observarse al final del embarazo o tras el parto.

### Síntomas:

Una fisura anal puede causar uno o más de los siguientes síntomas:

- desgarro visible en la piel alrededor del ano.
- un papiloma cutáneo o un bulto en la piel, junto al desgarro.
- dolor agudo en el área anal durante las deposiciones.
- estrías de sangre en las heces o en el papel de baño después de limpiar.
- ardor o picazón en el área anal.

El **tratamiento** de la fisura puede consistir en:

- Evitar el estreñimiento mediante la realización de una dieta rica en fibra y/o con laxantes que aumenten el volumen de las heces, como el plantago ovata, consumo de abundante líquido y realización de ejercicio físico regular.
- Realizar baños de asiento (con agua templada o caliente) de 10 minutos de duración, al menos 3 veces al día. No se debe añadir ninguna sustancia al agua. Sirven para relajar el esfínter anal.
- Utilizar pomadas con analgésicos o con corticoides.
- Las fisuras crónicas (de más de 6 semanas de duración) pueden requerir:
  - la utilización de medicinas que relajen el esfínter anal (pomada de **diltiazem**).
  - la inyección de **toxina botulínica** si no hay respuesta después de varios meses.
  - tratamiento con **cirugía**. La cirugía de la fisura anal suele dar muy buenos resultados, aunque puede producir incontinencia fecal (salida sin querer de las heces) en algunos pacientes.

En general el 90% de las fisuras ceden con tratamiento médico sin que se precise llegar a la cirugía.

## Consejos al paciente

En muchos pacientes con fisura anal puede haber irritación alrededor del ano. En estos casos se recomienda:

- Limpiar el ano y su alrededor después de cada deposición con agua tibia (sin jabón) o con toallitas húmedas. El papel higiénico y el uso de jabones pueden irritar más la zona.
- Dejar secar al aire o secar con una toalla sin irritar la zona.
- Aplicar una crema hidratante que no irrite.
- Puede intentarse la utilización de polvos de talco para evitar las molestias en la zona.
- Utilizar ropa interior de algodón que no vaya muy apretada sobre la zona anal

Más información:

<https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-integral-63-articulo-las-fisuras-anales-10021659>