Memorial Sloan Kettering Cancer Center

EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Información sobre las fisuras anales

En esta información se explican las causas, los síntomas y el tratamiento de las fisuras anales.

## Fisuras anales

Una fisura anal es un pequeño desgarro o rasgadura de la mucosa que reviste el conducto anal. El conducto anal es el tubo corto que conecta el recto (la parte inferior del colon) con el ano (véase la figura 1).

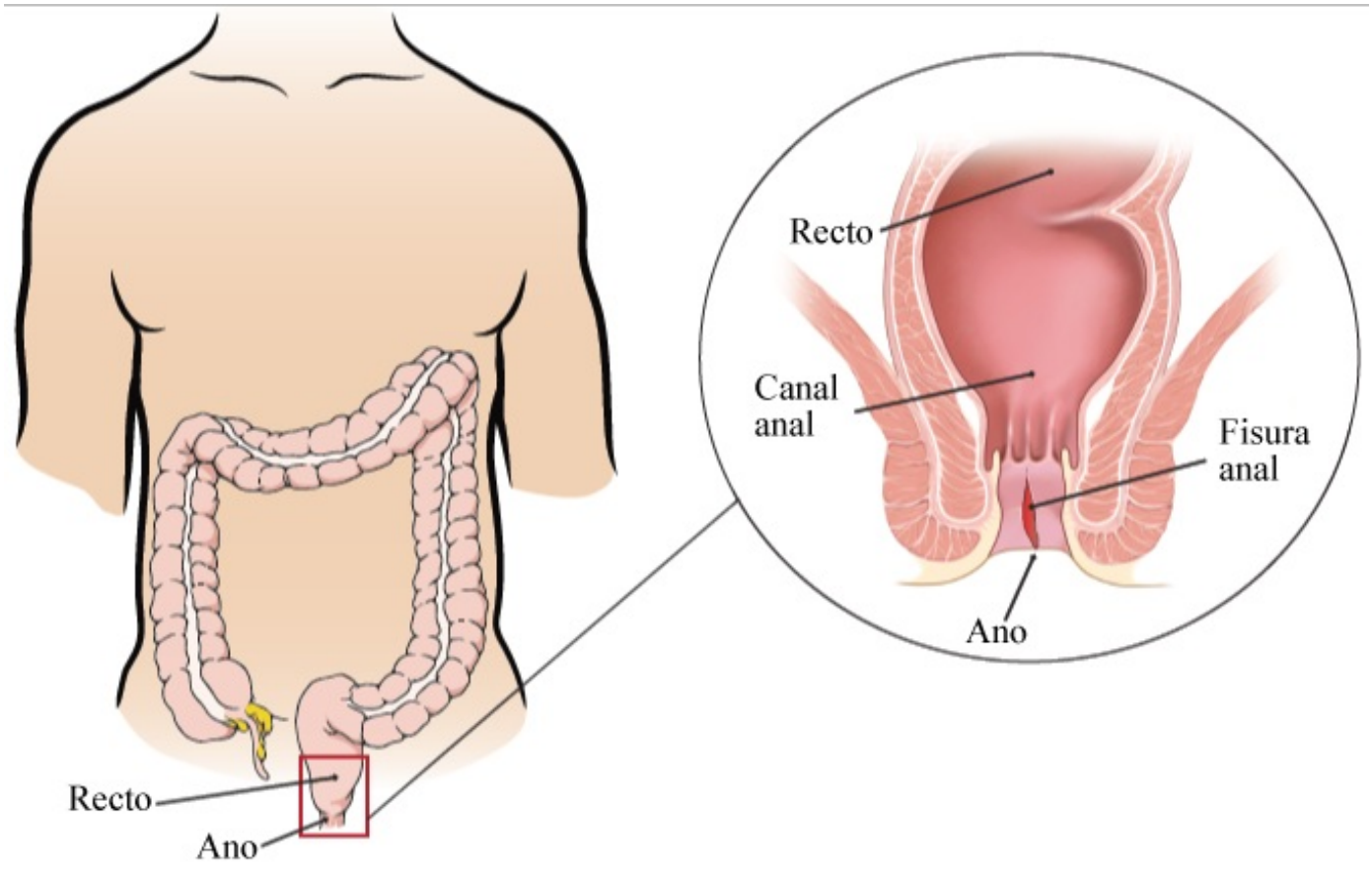


Figura 1. Fisura anal

La fisuras anales pueden hacer que defecar (hacer caca) sea muy doloroso. El dolor puede dificultar la defecación y provocar estreñimiento (defecar con

menos frecuencia de lo habitual). También pueden hacer que salga sangre por el ano.

La fisuras anales no provocan cáncer de colon ni aumentan el riesgo de que este aparezca.

# Causas de las fisuras anales

La causa más común de las fisuras anales son las lesiones de la mucosa que reviste el ano. Esto puede ocurrir cuando:

- Defeca heces grandes (caca grande)
- Defeca heces duras y secas
- Tiene diarrea (heces blandas o aguadas)
- Tiene estreñimiento
- Se esfuerza o usa la fuerza durante la defecación
- Da a luz
- Tiene sexo anal

Las fisuras anales también pueden aparecer cuando se tiene una infección o un tumor en el ano. Estas son menos comunes.

# Síntomas de las fisuras anales

Las fisuras anales pueden provocar lo siguiente:

- Un dolor agudo o escozor al defecar. Este dolor puede durar de algunos minutos a algunas horas después de la defecación. También es posible sentir como que algo se corta o se rasga al defecar.
    - A causa del dolor, uno puede contener la defecación y estreñirse.
        - Esto puede hacer que las heces sean más duras al defecar y la fisura anal empeore.
    - El dolor también puede hacer que los músculos que rodean el conducto anal tengan espasmos.

        - Estos espasmos evitan que la fisura anal se cure y causan más dolor. A esto se le llama ciclo de la fisura.
- Sangre de color rojo brillante en las heces o en el papel higiénico después de defecar.
- Un papiloma cutáneo (un pequeño bulto de piel) cerca de la fisura anal. Esto tiene más probabilidades de ocurrir si uno tiene fisuras anales crónicas (que duran más de 8 semanas).

# Tratamiento de las fisuras anales

Las siguientes son algunas formas en que uno mismo puede tratarse una fisura anal:

- Siga una dieta que tenga un alto contenido de fibras o tome suplementos de fibra (como la cáscara de psyllium o ispágula, Benefiber® y Metamucil®) para ablandar las heces. Para obtener más información, lea el recurso *Guía de alimentos con alto contenido de fibra* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/high-fiber-foods).
- Beba 8 vasos (de 8 onzas o 236,6 ml) de agua al día, para evitar que las heces sean duras.
- Tome baños calientes de asiento durante 10 a 20 minutos varias veces por día y después de defecar. Un baño de asiento es un baño caliente y llano que limpia el ano.
    - Puede usar la bañera o ir a la farmacia de su zona y comprar una tina de plástico para baños de asiento que se coloca en el inodoro.

También hay medicinas que se pueden tomar para tratar las fisuras anales. Su proveedor de cuidados de la salud le explicará los beneficios y los efectos secundarios de estas medicinas. Algunos ejemplos de estas medicinas son, entre otros:

- Tome ablandadores de heces o laxantes (medicinas que ayudan a defecar), como Docusate Sodium (Colace®) o Senna (Senokot®), para ablandar las heces. Su proveedor de cuidados de la salud le indicará cómo tomar estas

medicinas, si es necesario.

- Aplíquese alrededor del ano un anestésico local tópico (una medicina que adormece y se coloca sobre la piel), como lidocaine para aliviar el dolor.
- Aplíquese una medicina para relajar los músculos alrededor del conducto anal. Relajar los músculos que rodean el conducto anal puede contribuir a reducir la presión, aliviar el dolor y facilitar la defecación.
    - Su proveedor de cuidados de la salud le dará una receta para una de estas medicinas, por ejemplo, para una pomada tópica de diltiazem o nitroglycerin, y le dirá cómo aplicársela. Use guantes descartables cuando se aplique estas medicinas.

Si estas opciones de tratamiento no lo ayudan con la fisura anal, su proveedor de cuidados de la salud puede recomendarle otros tratamientos, como la cirugía. Su proveedor de cuidados de la salud le dará más información si los demás tratamientos son una opción en su caso.

# Prevención de las fisuras anales

Las fisuras anales se pueden prevenir evitando el estreñimiento y la diarrea. Para obtener más información sobre cómo hacerlo, lea los recursos *Cómo controlar el estreñimiento* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/constipation) y *Cómo controlar la diarrea* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/diarrhea).

También puede prevenir las fisuras anales siguiendo una dieta saludable. Para obtener más información sobre cómo seguir una dieta saludable para evitar las fisuras anales, llame al Servicio de Nutrición de MSK al 212-639-7312.

# Las fisuras anales y el cáncer de colon

A las personas que tienen cáncer de colon les pueden aparecer fisuras anales, pero estas no provocan cáncer de colon ni aumentan el riesgo de contraerlo.

Incluso cuando la fisura anal se cura por completo, puede volver a aparecer después de defecar heces duras. Esto no quiere decir que se tenga cáncer de

colon.

Si la fisura anal no mejora con el tratamiento o vuelve a aparecer, llame a su proveedor de cuidados de la salud.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.


Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center