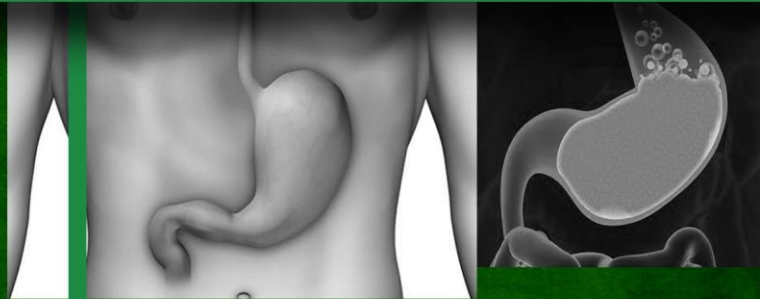
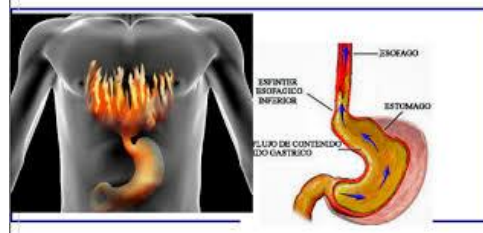


REFLUJO GASTROESOFÁGICO



Asociación Colombiana
de Gastroenterología
Fundada en 1947

¿QUÉ ES?:



El reflujo gastroesofágico puede definirse como los síntomas molestos que comprometen la calidad de vida del paciente o producen lesiones o complicaciones como resultado del flujo retrógrado del contenido gástrico hacia el esófago, orofaringe o tracto respiratorio. Los síntomas por reflujo, y las complicaciones a largo plazo pueden comprometer las actividades diarias, la productividad en el trabajo, el sueño y la calidad de vida. El síntoma más frecuente y notorio es la pirosis. Millones de personas presentan este síntoma por lo menos una vez al mes mientras que otros lo presentan a diario. Es la causa número uno de consulta al médico general y al gastroenterólogo.

Como su nombre lo indica, la pirosis es el reflujo de alimento hacia el esófago que causa una sensación quemante por detrás del esternón irradiado a la espalda, cuello o brazo, acompañada de un sabor agrio o amargo, hay regurgitación y contacto de los ácidos gástricos con el recubrimiento del esófago en repetidas ocasiones y puede llegar a producir cambios en él. Por lo general ocurre después de ingerir una comida grande o mientras se está acostado. La sensación puede presentarse por unos minutos o incluso horas.

Cuando este síntoma no mejora a pesar de que el paciente modifica su estilo de vida y toma medicamentos, o simplemente no se presta la debida atención y el síntoma sigue sin mejorar a pesar de tomar medicamentos,

USTED DEBE CONSULTAR A SU MÉDICO

Más si se acompaña de dolor al tragar, sangrado, sensación de atoramiento y pérdida de peso.

CAUSAS Y FACTORES DE RIESGO:

Entre la boca y el estómago hay un tubo llamado esófago que transporta la comida. Entre el tórax y el estómago hay un músculo en forma de carpa llamado diafragma el cual tiene un orificio que es traspasado por el esófago antes de llegar al estómago. Este orificio se abre para permitir el paso de los alimentos y se cierra para evitar que se devuelvan. Pero si no se cierra en forma adecuada, el ácido del estómago puede pasar hacia el esófago, a lo que se le llama reflujo gastroesofágico.

SÍNTOMAS

¿Qué empeora los síntomas?

- Fumar cigarrillo
- Café (tanto regular como descafeinado) y otras bebidas que contienen cafeína
- Alcohol
- Bebidas carbonatadas
- Frutas cítricas
- Productos a base de tomate
- Chocolate, menta, o pastillas de menta

- Alimentos grasos o picantes (pizza, curry, chile)
- Cebolla
- Acostarse demasiado pronto después de comer
- Sobrepeso u obesidad

TRATAMIENTO

El tratamiento está encaminado a controlar los síntomas, curar la esofagitis, prevenir la recurrencia de esofagitis y otras complicaciones. El 80% de los pacientes presentan una forma recurrente pero no progresiva de reflujo gastroesofágico que se controla con fármacos. Es importante identificar el 20 % que si tiene una forma progresiva de la enfermedad que puede llevar a complicaciones como esófago de Barrett o formación de estrecheces del esófago.

Se puede evitar la acidez haciendo algunos cambios en el estilo de vida como:

- Levantar la cabecera de la cama colocando bloques de 15 cm en las patas
- Comer 2 a 3 horas antes de acostarse
- Si hace siesta, trate de dormir en una silla
- Dejar de fumar
- Bajar de peso si hay sobrepeso
- No comer en exceso
- Comidas: con alto contenido de proteínas, bajas en grasa
- Evitar la ropa apretada y los cinturones apretados
- Evitar fármacos como el ácido acetil salicílico (Aspirina) ibuprofeno (Advil) o naproxeno. Tome acetaminofen para aliviar el dolor en caso de necesidad

Fármacos:

- Antiácidos
- Inhibidores de la bomba de protones: omeprazol, esomeprazol, lanzoprazol, pantoprazol, entre otros, disminuyen la cantidad de ácido producido en el estómago, reducen los síntomas y curan la esofagitis
- Bloqueadores (antagonistas) de H₂: disminuyen la cantidad de ácido liberado en el estómago. Ejemplo: ranitidina.
- La cirugía antirreflujo puede ser una opción para personas cuyos síntomas no desaparecen con cambios en el estilo de vida y fármacos. Puede estar indicada en pacientes con esófago de Barrett, manifestaciones respiratorias (como, tos, sibilancias o aspiración), manifestaciones en oído, nariz y garganta (como ronquera, infecciones de garganta, otitis media) o manifestaciones dentales (daño en el esmalte de los dientes). También en pacientes jóvenes, mujeres menopáusicas con osteoporosis y pacientes con defectos de la conducción cardiaca.

La pirosis y otros síntomas deben mejorar después de la cirugía pero en algunos casos puede ser necesario continuar tomando medicamentos para el reflujo. Los resultados a largo plazo de la cirugía anti-reflujo por laparoscopia muestran que a los 10 años los pacientes están libres de síntomas y sólo unos pocos toman aún fármacos inhibidores de la bomba de protones.

Si solo tiene pirosis en forma ocasional probablemente no es grave. Sin embargo, si tiene pirosis con frecuencia puede conducir a la esofagitis (inflamación del revestimiento del esófago), sangrado o dificultad para comer.

¿Se puede relacionar con enfermedad del corazón?

No. Pero algunas veces el dolor en el pecho, es un signo de enfermedad cardíaca, que puede confundirse con reflujo y por ello es mejor consultar para clarificar si la causa es o no enfermedad del corazón.

Consulte a su médico si presenta:

- Dificultad para tragar o dolor al tragar
- Vómito de sangre
- Heces con sangre roja o de color negro
- Debilidad
- Mareo y aturdimiento
- Dolor en el cuello y tórax
- Sudor cuando tiene dolor en el pecho
- Pirosis con frecuencia (más de 3 veces por semana) durante dos semanas.

Su médico le recetará medicamentos y ordenará exámenes como endoscopia para evaluar si hay lesiones como úlceras o esofagitis y otros estudios.

COMPLICACIONES

Las complicaciones pueden incluir:

- Empeoramiento del asma si padece de esta enfermedad
- Un cambio en el revestimiento del esófago que puede aumentar el riesgo de cáncer, que es conocido como esófago de Barrett
- Broncoespasmo (irritación y espasmo de las vías respiratorias debido al ácido)
- Tos o ronquera crónicas
- Problemas dentales
- Úlcera esofágica
- Estenosis (estrechamiento del esófago debido a la cicatrización)