

# Reflujo gastroesofágico

¿Sabía usted que uno de cada tres españoles sufre síntomas de reflujo gastroesofágico?



## Cuáles son los síntomas de la enfermedad

Los dos síntomas típicos de la enfermedad por reflujo son la pirosis y la regurgitación ácida, lo que suelen llamar los pacientes 'ardor' y 'acidez'. La pirosis es una sensación quemante que asciende por el pecho a veces hasta la garganta. La regurgitación ácida es la llegada a la boca de un contenido ácido o amargo. Estos síntomas son más frecuentes después de las comidas, especialmente si ésta ha sido muy copiosa o se toman alimentos que pueden hacer más débil el cardias (café, chocolate, grasas, alcohol).

Otros síntomas que pueden darse en la enfermedad por reflujo gastroesofágico son la disfagia (dificultad para tragar), el dolor en el pecho y los problemas de laringe o respiratorios (afonía, carraspera, tos, ahogos nocturnos, etc.).

## Qué es la enfermedad por reflujo gastroesofágico

El reflujo gastroesofágico es el paso del contenido del estómago hacia el esófago sin que se relacione con náuseas o vómitos. Todos tenemos ese reflujo de forma normal varias veces a lo largo del día sin que se produzca ningún problema como consecuencia de ello.

Sin embargo, cuando la cantidad de reflujo gastroesofágico es mayor de lo normal, puede dar lugar a síntomas y lesiones en el esófago, llevando a lo que se conoce como enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE).

El reflujo gastroesofágico se produce generalmente porque existe algún problema en la válvula que hay entre el esófago y el estómago. Normalmente esta válvula, llamada cardias, funciona permitiendo el paso hacia el estómago de lo que comemos y cerrándose, evitando que vuelva hacia el esófago lo que está en el estómago. Si esta válvula está muy débil o se abre espontáneamente, se produce el paso del contenido del estómago al esófago y este material que sube –sobre todo ácido– puede producir los síntomas dando lugar a lesiones, y quemaduras, en el esófago.

## Cómo se diagnostica la enfermedad por reflujo gastroesofágico

En la mayoría de los casos basta con que el médico le pregunte detalladamente por sus síntomas para saber si sufre de enfermedad por reflujo gastroesofágico. En algunos casos es necesario realizar una gastroscopia ('el tubo por la boca'), sobre todo si el médico piensa que puede existir alguna complicación o si los síntomas hacen pensar que pudiera tratarse de otro problema diferente a la enfermedad por reflujo gastroesofágico.



## Qué complicaciones pueden ocurrir

Las complicaciones de la enfermedad por reflujo provienen de las lesiones que puede producir en el esófago. Las más frecuentes son las 'quemaduras' en el esófago producidas por el ácido, lo que se conoce como esofagitis. Otras complicaciones que pueden ocurrir son la úlcera, la hemorragia, la estenosis y el esófago de Barrett.

La úlcera del esófago es una 'herida' en la superficie del esófago que ocurre cuando la esofagitis es muy intensa y la lesión profunda. La hemorragia puede ocurrir a partir de la esofagitis o de la úlcera. La estenosis es un estrechamiento del esófago que ocurre como consecuencia de la cicatrización de la esofagitis o la úlcera y da lugar a una dificultad para el paso de la comida y, en definitiva, a dificultad para tragar. El esófago de Barrett es una modificación de la superficie del esófago como consecuencia del reflujo gastroesofágico; si hay mucho reflujo, la superficie del esófago cambia a una superficie parecida a la del estómago, que es más resistente al ácido. Sin embargo, este cambio es peligroso porque tiene un pequeño riesgo de que con el tiempo se desarrolle cáncer de esófago sobre él.

## ¿Hay tratamiento?

En casi todos los pacientes con enfermedad por reflujo gastroesofágico se puede conseguir aliviar los síntomas y curar las lesiones utilizando fármacos. Su médico puede prescribirle aquel fármaco que mejor se ajuste a sus problemas y, sobre todo, indicarle cómo ha de tomarlo.

En caso de sufrir síntomas de forma ocasional, puede ser de ayuda modificar aquellos hábitos que precipitan los síntomas, y si sufre síntomas por la noche puede ser muy útil elevar la cabecera de la cama. En algunos pacientes puede recurrirse a la cirugía para solucionar el problema.





reflujo  
gastroesofágico



Francisco Silvela 69, 2º C  
28028 Madrid  
Tel.: 914 021 353  
Fax: 914 027 691  
fundacion@saludigestivo.es

[www.saludigestivo.es](http://www.saludigestivo.es)

Avala:



Con la colaboración de:



## Recomendaciones

- 1 Acuda al médico si tiene síntomas, especialmente si son frecuentes. La automedicación con antiácidos puede aliviar los síntomas, pero no siempre es la mejor alternativa y, desde luego, no evita las complicaciones.
- 2 Tome la medicación que le prescriba el médico como se lo indique; éste será el mejor camino para solucionar la enfermedad por reflujo de la forma más eficaz.
- 3 Si los síntomas cambian o aparecen otros nuevos, acuda de nuevo a consultar al médico.
- 4 Evite las comidas copiosas y realice las comidas a sus horas.
- 5 En general, son preferibles las comidas pobres en grasas y ricas en proteínas. Si hay alimentos concretos que le produzcan los síntomas, evítelos.
- 6 Evite fumar y tomar licores.
- 7 Después de las comidas, deje pasar dos horas antes de acostarse.
- 8 No use ropa ajustada.
- 9 Evite el sobrepeso.
- 10 Si tiene síntomas por la noche, eleve la cabecera de la cama.