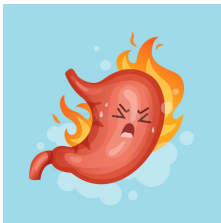


## ¿Qué es la acidez estomacal o ERGE?

El reflujo gastroesofágico es un fenómeno físico mediante el cual el ácido del estómago regresa al esófago. Los síntomas de acidez estomacal se presentan cuando una excesiva cantidad de reflujo ácido regresa al esófago.

Muchos describen la acidez estomacal como una molestia en forma de ardor localizada por detrás del esternón, que sube hacia el cuello y la garganta, y algunas personas hasta sienten el sabor agrio o amargo del ácido en la parte posterior de la garganta.

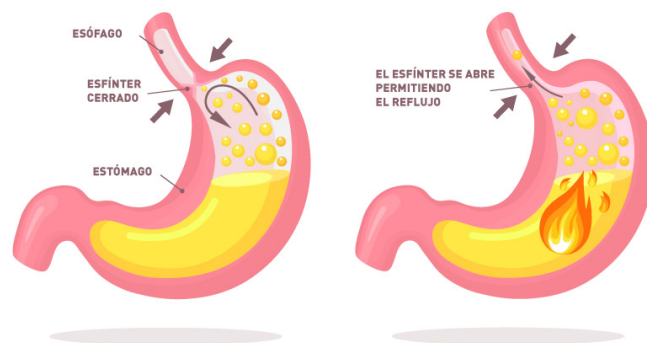


Ocasionalmente, todos sufrimos de acidez estomacal; sin embargo, si ésta se presenta con una frecuencia de dos o más veces por semana, si siente que la comida se le queda pegada, y si advierte sangre o pérdida de peso, podría tratarse de un problema más grave conocido como enfermedad de reflujo gastroesofágico o ERGE.

## ¿Que provoca la acidez estomacal o ERGE?

Cuando el revestimiento del esófago entra en contacto con muchos jugos gástricos durante un período prolongado, muchas personas presentan acidez estomacal. Los jugos gástricos se componen de ácido, enzimas digestivas, y otros materiales perjudiciales; y el contacto prolongado de estos jugos gástricos ácidos con el revestimiento esofágico lesiona al esófago, produciendo una molestia en forma de ardor. En condiciones normales, una válvula muscular localizada en el extremo inferior del esófago, llamada esfínter esofágico inferior o “EEI”, mantiene el ácido en el estómago y fuera del esófago. En la enfermedad de reflujo gastroesofágico o ERGE, el EEI se relaja con mucha frecuencia y permite el reflujo del ácido estomacal; es decir, deja que el ácido regrese al esófago.

### ENFERMEDAD DE REFLUJO GASTROESOFÁGICO



## ¿Por qué la acidez estomacal y la ERGE no son condiciones médicas triviales?

Cuando las modificaciones al estilo de vida no pueden controlar los síntomas de la acidez estomacal y es necesario tomar medicamentos dos o más veces por semana, o cuando los síntomas no se resuelven con los medicamentos que toma, debe acudir al médico porque puede padecer de ERGE.

Si no se trata la ERGE, pueden ocurrir graves complicaciones, tales como: dolor fuerte en el pecho semejante a un ataque cardíaco, estrechez esofágica (estrechamiento u obstrucción del esófago), sangrado o una mutación pre-maligna en el revestimiento del esófago que se conoce con el nombre de esófago de Barrett.

Los síntomas que sugieren que puede haber ya ocurrido un daño grave incluyen:



Disfagia: dificultad para tragar o sensación de que la comida se queda atrapada detrás del esternón.



Sangrado: vomitar sangre o tener heces de color negro como el alquitrán o la brea.



Atorarse: sensación producida por el reflujo del ácido en la tráquea que provoca asfixia, tos o voz ronca.

## ¿Qué tratamientos hay para la ERGE?

### **Modificaciones al estilo de vida**

- Evite las comidas y bebidas que contribuyen a la acidez estomacal, tales como: chocolate, café, menta, alimentos grasos o picantes, productos a base de tomate y bebidas alcohólicas.

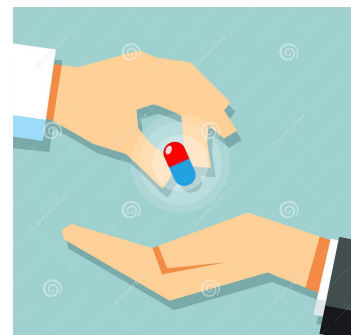




- Deje de fumar. El tabaco inhibe la saliva, que es el protector principal del cuerpo humano. También, el tabaco puede estimular la producción de ácido estomacal y relajar el músculo entre el esófago y el estómago, permitiendo que se suscite el reflujo
- Baje de peso, si tiene unos kilos de más.
- No coma entre 2 y 3 horas antes de acostarse.

### **Tratamiento médico para la enfermedad de reflujo gastroesofágico**

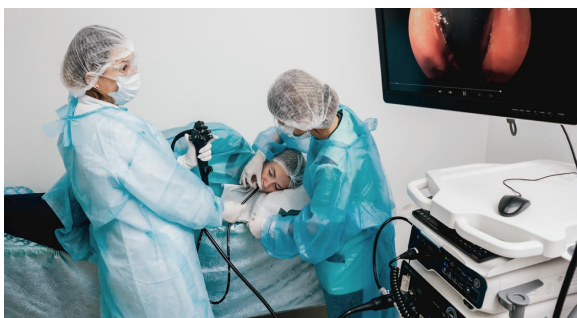
La ERGE tiene una causa orgánica y, a menudo, no se logra erradicar tan sólo con modificar el estilo de vida. Usted debe acudir al médico si necesita usar medicamentos de venta libre más de dos veces por semana o si continúa presentando síntomas, a pesar de tomar los medicamentos recetados por el médico. Si no se manifiestan resultados, se puede utilizar medicamentos que neutralicen el ácido, aumenten el tono del EEI, o mejoren el vaciamiento gástrico.



### **¿Qué tipo de pruebas se necesitan para evaluar la ERGE?**

Su médico o gastroenterólogo quizás desee realizar exámenes adicionales para evaluar sus síntomas, en caso de que no esté claro si la causa de los mismos se debe al reflujo del ácido, si padece de complicaciones de la ERGE, tales como disfagia o dificultad para tragar, sangrado, atoro, o si sus síntomas no mejoran con los medicamentos recetados. En esos casos, su médico puede realizar uno o más de los siguientes exámenes:

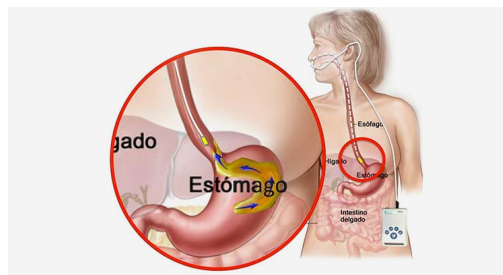
#### **Endoscopia**



Este examen consiste en introducir, por la boca, un pequeño tubo flexible con una luz al final hacia el esófago y estómago para examinar cualquier anomalía. Normalmente, este examen se realiza con la ayuda de sedantes. Esta es la mejor manera de identificar la esofagitis y el esófago de Barrett.

## Manometría esofágica o pH esofágico

Este examen consiste en introducir un pequeño tubo flexible por la nariz al esófago y estómago a fin de medir las presiones y funcionamiento del esófago. También se puede medir el grado de reflujo ácido en el esófago en un período de 24 horas.



**Este texto es exclusivamente informativo, NO sustituye de ninguna manera una consulta médica. Por lo que si usted presenta alguna de estas molestias es necesario acudir al médico.**

*Fuente (Información proporcionada por):*

- 🍏 Asociación Mexicana de Gastroenterología.
- 🍏 National Digestive Diseases Information Clearinghouse; Jonathan Levine, MD, Atrius Healthcare, Boston, MA.
- 🍏 American Gastroenterological Association.