

ERGE (enfermedad de reflujo gastroesofágico)

¿Qué es la ERGE?

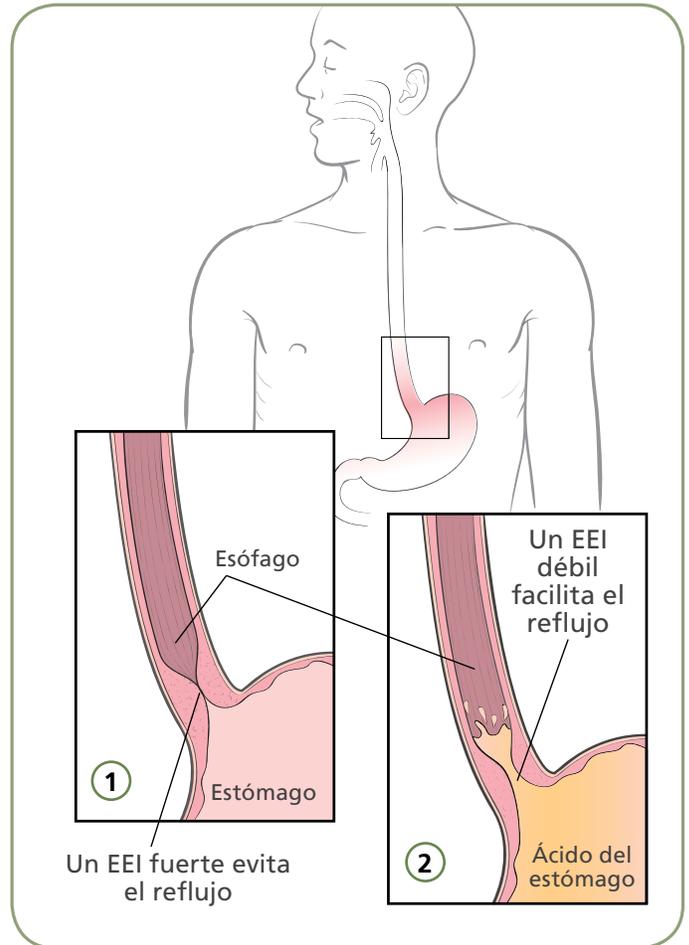
ERGE es la abreviatura de **enfermedad de reflujo gastroesofágico**. Es una condición común en la cual los alimentos y los ácidos en el estómago regresan (**reflujo**) al esófago. La ERGE se produce cuando el reflujo es continuo. Así es como se produce el reflujo:

- 1 Normalmente al tragar alimentos**, estos pasan de la boca hacia el esófago y luego al estómago. Conforme los alimentos entran en su estómago, estos pasan por medio de un músculo en forma de anillo llamado **esfínter esofágico inferior (EEI)**. Un EEI fuerte y saludable se abre para dar paso a los alimentos al estómago y se cierra para evitar que los alimentos y los ácidos gástricos retrocedan.
- 2 Cuando el músculo EEI está débil**, los alimentos y los ácidos gástricos pueden retroceder al esófago y garganta causando el **reflujo**. Los ácidos gástricos del reflujo pueden irritar el esófago y causar acidez, indigestión y problemas para tragar.

¿Qué causa la ERGE?

Usted tiene más probabilidades de padecer de ERGE si:

- Tiene sobrepeso o padece de obesidad
- Su dieta es alta en grasas
- Toma muchas bebidas gaseosas como refrescos y cerveza.
- Consume alcohol
- Consume productos derivados del tabaco
- Tiene una hernia de hiato o lesiones en el esófago



¿Cómo se trata la ERGE?

Cambios en el estilo de vida

Usted puede disminuir la irritación del esófago y a menudo incluso corregir algunas formas leves de ERGE con algunos cambios en su estilo de vida:

- **No se acueste durante un periodo de 2 horas después de comer.** Tampoco se incline por la cintura. Permita que la gravedad ayude a su digestión.
- **Evite alimentos que causan síntomas.** Estos incluyen alcohol, café, alimentos grasosos, alimentos picantes, chocolate, cebollas, salsa de tomate, bebidas gaseosas y menta.

- **Evite utilizar ropa ajustada** (como cinturones, pantalones o fajas)
- **Tome un antiácido** antes de dormir y 30 a 60 minutos después de cada comida, o según como se lo recomiende su médico.
- **Revise todos sus medicamentos** con su médico, especialmente si está tomando sedantes, tranquilizantes y ciertos medicamentos para la presión arterial.
- **Consuma comidas más pequeñas** de manera que su estómago no retenga muchos alimentos al mismo tiempo.
- **Deje de fumar** o al menos disminuya el uso del tabaco. Pídale a su médico una copia del folleto de Intermountain *Quitting Tobacco: Your Journey to Freedom (Dejar el tabaco: Su viaje a la libertad)*, para consejos y recursos.
- **Baje el peso extra.** El exceso de peso puede presionar su estómago y causarle reflujo.



Tratamiento médico y pruebas

Si la ERGE es de moderada a grave, su médico le puede recomendar uno o más de los siguientes:

- **Medicamentos con o sin receta médica.** Su médico le puede recomendar un antiácido u otros medicamentos para controlar el ácido o para fortalecer el EEI. Asegúrese de tomar sus medicamentos regularmente conforme a la prescripción de su médico.
- **Endoscopia.** Este procedimiento le permite al médico mirar dentro de su esófago con una cámara para identificar y, algunas veces, tratar algún problema.
- **Dilatación.** Este proceso se lleva a cabo durante la endoscopia. Este extiende su esófago si se encuentra contraído.

Cirugía

Si otros tratamientos no alivian su ERGE, el médico le podría recomendar una cirugía para ajustar el EEI.

¿Qué pasa si no sigo un tratamiento para mi ERGE?

Si no sigue un tratamiento para la ERGE se podrían producir complicaciones. Entre estas incluyen úlceras, sangrados y **anemia** (cantidad baja de glóbulos rojos).

Con el tiempo, la ERGE puede causar cicatrizaciones y estrechamiento del esófago (estenosis), dificultando la capacidad de tragar. También puede causar una condición llamada **esófago de Barret**, un cambio grave en la salud de las células que cubren el esófago.

Acuda a su médico si tiene síntomas de ERGE. Por lo general, un tratamiento puede prevenir estas complicaciones.



¿Cuándo debería llamar a mi médico?

Haga una cita para ver a su médico si presenta alguno de los siguientes síntomas de forma continua:

- Acidez estomacal frecuente o dolor de pecho, especialmente al acostarse
- Dificultad para tragar
- Fluidos de sabor ácido que regresan a su boca
- Mucha tos y durante largos periodos de tiempo
- Respiración sibilante o ronquera
- Los síntomas empeoran cuando come, se inclina o se acuesta

Llame a su médico inmediatamente si presenta alguno de los siguientes síntomas. Estos síntomas podrían indicar problemas médicos más graves como un problema cardíaco o una úlcera:

- Vomita sangre roja o vómito que se asemeja a granos de café
- Depositiones negras, manchadas o ensangrentadas
- Pérdida de peso de forma inesperada

GERD (Gastroesophageal Reflux Disease)

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se proveen servicios de interpretación gratis. Hable con un empleado para solicitarlo.

© 2007–2017 Intermountain Healthcare. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema de salud o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de cuidados de la salud. Hay más información disponible en intermountainhealthcare.org. Patient and Provider Publications F5004S-11/17 (Last reviewed - 03/17) (Spanish translation 11/17 by inWhatLanguage.)