

# ERGE (enfermedad de reflujo gastroesofágico)

## ¿Qué es la ERGE?

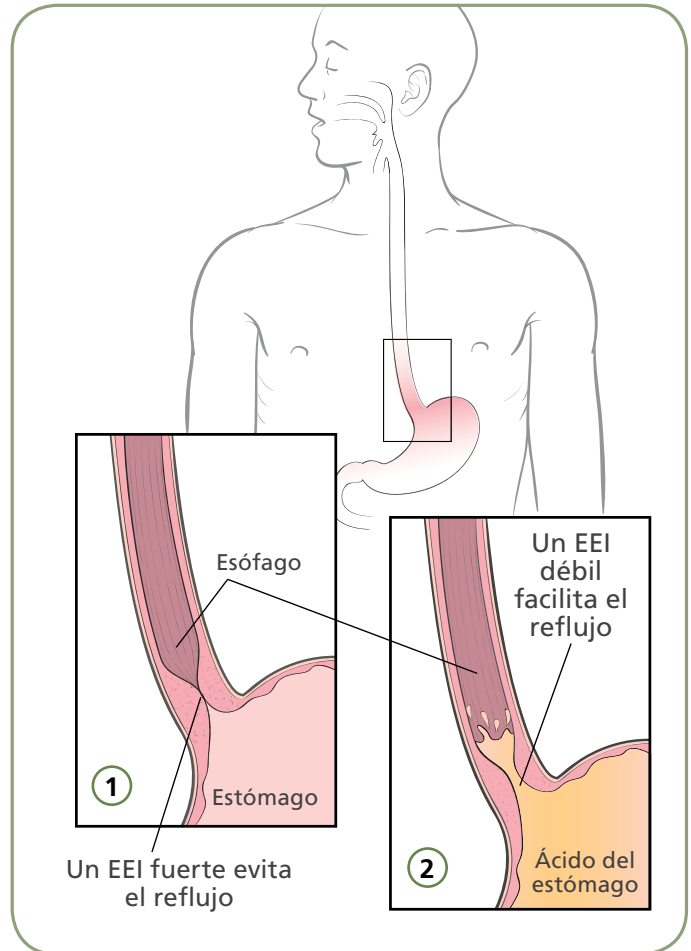
**ERGE** es la abreviatura de **enfermedad de reflujo gastroesofágico**. Es una condición común en la cual los alimentos y los ácidos en el estómago regresan (**reflujo**) al esófago. La ERGE se produce cuando el reflujo es continuo. Así es como se produce el reflujo:

- 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](http://intermountainhealthcare.org). Patient and Provider Publications F5004S-11/17 (Last reviewed - 03/17) (Spanish translation 11/17 by inWhatLanguage.)