



Reflujo gastroesofágico

¿Qué es?

El reflujo gastroesofágico consiste en el paso sin esfuerzo del contenido del estómago hacia el esófago. Sucede de forma natural en todas las personas, niños y adultos, pero en ocasiones es tan frecuente o intenso que puede constituir un problema de salud. El esófago no está preparado para soportar la acidez del contenido gástrico, por eso se puede inflamar y lesionar si la presencia de ácido es muy frecuente o no se elimina adecuadamente.

¿Por qué se produce?

La causa más frecuente es la incompetencia del esfínter esofágico inferior ("válvula" que separa el estómago del esófago), con relajaciones inapropiadas que permiten el paso de contenido gástrico hacia el esófago.

¿Qué síntomas produce?

Dolor epigástrico o retroesternal, pirosis (sensación de ardor), vómitos o regurgitaciones, sangrado digestivo, dificultad o dolor para tragar, síntomas respiratorios como inflamación de la laringe, crisis de asma o neumonías recurrentes, erosiones dentales.

¿Cómo se diagnostica?

En la mayoría de los casos el cuadro clínico y la respuesta al tratamiento son suficientes para el diagnóstico. En otras ocasiones, su médico puede solicitar alguna de las siguientes pruebas en caso de duda o sospecha de complicaciones: endoscopia digestiva superior, pH-metría o impedanciometría, tránsito esofagogastroduodenal, etc.

¿Cómo se trata?

El tratamiento del reflujo gastroesofágico se basa en dos grupos de medidas:

Medidas no farmacológicas

- Evitar bebidas con gas o comidas copiosas, excesivamente grasas, ácidas, especiadas o picantes, así como cualquier alimento que en el niño desencadene síntomas de reflujo.
- Evitar acostarse justo después de la ingesta. Es mejor hacerlo pasadas una o dos horas.
- Elevar el cabecero de la cama unos 15-20 cm (por ejemplo, con libros o tacos de madera en las patas de la cabecera de la cama).
- Si su hijo tiene sobrepeso, la pérdida de peso ayuda a mejorar los síntomas de reflujo gastroesofágico.
- Evitar la exposición al humo de tabaco.

Fármacos

Medicamentos contra el ácido o para favorecer el vaciamiento del estómago. Se ajustarán individualmente.

Signos de alarma

Es probable que el niño necesite una valoración más profunda si presenta escasa ganancia de peso, dolor o dificultad para tragar, sangrado digestivo o enfermedades del aparato respiratorio frecuentes o de difícil control.

Autoría

Begoña Pérez-Moneo Agapito (Hospital Universitario Infanta Leonor, Madrid), Silvia Moriano León (Consultorio Local de Nuevo Baztán, Madrid)

Artículo publicado el: 25/02/2020

Artículo original y más información en: <https://www.seghnp.org/familias/reflujo-gastroesofagico>