



## Enfermedad de reflujo gastroesofágico (GERD)

### Serie de Educación de Paciente MU

#### **Definición:**

GERD es una enfermedad digestiva crónica que ocurre cuando el ácido estomacal u ocasionalmente la bilis fluye de vuelta (reflujo) en su esófago. El lavado de ácido irrita el recubrimiento de su esófago y causa señales y síntomas de GERD.

Las señales y síntomas de GERD incluyen reflujo ácido y acidez estomacal. Estos son trastornos digestivos comunes que muchas personas experimentan ocasionalmente. Cuando ocurren estas señales y síntomas al menos dos veces por semana e interfieren con su vida diaria, los doctores lo denominan GERD.

#### **SEÑALES/SÍNTOMAS:**

- Reflujo ácido - regurgitación de alimento o líquido agrio
- Acidez estomacal - sensación de ardor en su pecho (acidez), se puede extender a la garganta, junto con un sabor agrio en su boca
- Dificultad al tragar
- Dolor en el pecho
- Tos seca
- Ronquera o dolor de garganta
- Sensación de un bulto en la garganta
- Sangrado

#### **PRUEBAS PARA DIAGNOSTICAR GERD:**

##### Radiografías

- Endoscopia (cámara usada para mirar dentro de un área)
- Fluoroscopia (se traga tinte y se toman radiografías continuas)
- Síntomas individuales



### LOS ENFOQUES PARA EL TRATAMIENTO DE GERD INCLUYEN:

- Cambios en estilo de vida
- Nutrición y ejercicio
- Medicina herbales
- Medicación
- Terapia mente-cuerpo
- Medicina china tradicional
- Cirugía

### CAMBIOS EN ESTILO DE VIDA:

- Controlar síntomas
- Dieta alta en proteínas y baja en grasa
- Comer comidas pequeñas
- Evitar desencadenantes
- Pérdida de peso
- Elevar la cabecera de la cama
- Beber líquidos entre comidas en lugar de con las comidas.
- Evitar el tabaco y el alcohol
- Usar ropa suelta
- No recostarse inmediatamente después de una comida

**\*\*\*Busque atención médica inmediata si experimenta dolor en el pecho, especialmente cuando aparece con otras señales y síntomas, tales como falta de aliento, dolor en la mandíbula o en el brazo.**

#### DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

*Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es consejo médico o pretende sustituir al consejo de un médico. Toda la información en este sitio web relacionada con condiciones médicas proviene de fuentes públicamente disponibles.*