



Regresa Medix con el Tour Gourmet

Enfermedad por Reflujo Gastroesofágico, padecimiento frecuente en mexicanos

La Enfermedad por Reflujo Gastroesofágico (ERGE) es una de las enfermedades más comunes en nuestro país, “aproximadamente el 40 por ciento de los mexicanos presenta síntomas una vez al mes, un 20 por ciento una vez a la semana y el 7 por ciento diariamente”, señaló el Dr. Octavio Aguilar, médico internista y gastroenterólogo de Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán (INCMNSZ)

Es además, un padecimiento que debe atenderse oportunamente, ya que de no hacerlo, la ERGE puede desarrollarse y convertirse en un riesgo para la salud, “particularmente en aquellos pacientes que sufren de Esófago de Barrett, el cual puede evolucionar a cáncer de esófago o hay quienes desarrollan cicatrices obstructivas (estenosis esofágica) que ocasionan desnutrición”, puntualizó el especialista.

Lo anterior, se dio a conocer en el marco del **Tour Gourmet** que Medix realiza con la finalidad de ofrecer una capacitación continua a especialistas en enfermedades gastrointestinales, así como el crear una conciencia de cuidado a través de una buena alimentación.

Pues como se sabe, los alimentos ricos en grasas e irritantes son en ocasiones causantes de reflujo. Razón por la cual, la dieta es la piedra angular en el tratamiento. Siempre hay un condicionante de reflujo, lo más común es ayuno prolongado, y exceso de chocolate, café, menta, tabaco, alcohol, irritantes, alimentos calientes o copiosos.

Al respecto, el Dr. Aguilar indicó que es importante seguir una dieta para lograr, en primer lugar, bajar de peso lo cual a su vez, mejora el reflujo. También resaltó que aunque no se ha demostrado que el evitar algún tipo de alimentos impacte significativamente en la enfermedad, es recomendable consumir cereales, hortalizas, frutas, verduras, legumbres, carnes magras, lácteos bajos en grasa y pescados.



Quienes más se ven afectados por ERGE son las personas con obesidad, hombres mayores de 50 años, adultos mayores y personas con esclerodermia. Y los síntomas más recurrentes son pirosis, es decir, la sensación de ardor o quemadura que sube por el tórax, así como regurgitación, devolución involuntaria del contenido del estómago hacia la boca.

Dicho padecimiento afecta de manera significativa tanto la salud como la calidad de vida de la persona que padece ERGE. En lo que respecta a la salud, un reflujo persistente puede condicionar cambios erosivos en el esófago, inflamación y en casos extremos puede haber estenosis, e incluso malignidad.

Y en lo que respecta a la calidad de vida, las personas con reflujo severo pueden tener manifestaciones extresofágicas que verán afectada su calidad de vida como broncoespasmo, dolor precordial, afección en el patrón de sueño, así como modificaciones radicales en su estilo de alimentación.

“La Enfermedad por Reflujo Gastroesofágico no es curable pero si puede ser controlada por medio de inhibidores de bomba de protones como el omeprazol, el disminuye la acidez del contenido gástrico y con esto su potencial de ocasionar complicaciones y síntomas”, señaló el Dr. Aguilar y prosiguió, “la cirugía por otro lado, tiene un efecto relativamente temporal, ya que con el tiempo un número cada vez mayor de pacientes vuelve a requerir inhibidores de bomba.”

De igual manera, resaltó que existen tratamientos integrales para el reflujo como son los medicamentos de Medix, los cuales “no sólo son un tratamiento farmacológico sino también multidisciplinario.”

El diagnóstico es clínico y si responde a una prueba terapéutica de inhibidores de bomba de protones se determina si la persona tiene ERGE. En pacientes que no responden a los medicamentos, se requiere realizar una medición ambulatoria del PH durante 24 horas.

Sobre el **Tour Gourmet**, el Dr. Aguilar mencionó “me parece importante el que se realicen estas sesiones que ayudan hacer conciencia sobre el impacto de la alimentación en las diversas enfermedades y sobre todo, ofrecer alternativas y variedad en el contenido de los alimentos, ya que buena parte del impacto en la calidad de vida es por las restricciones dietéticas.”

Medix, empresa mexicana con 60 años en el mercado, preocupada por brindar los mejores tratamientos a los pacientes, cuenta con un amplio portafolio para los



diferentes padecimientos gastrointestinales, para mayor información pueden marcar al 01 800 36 63349 o en la página web www.medix.com.mx.