

Reflujo gastroesofágico en los bebés

(Reflujo, RGE)

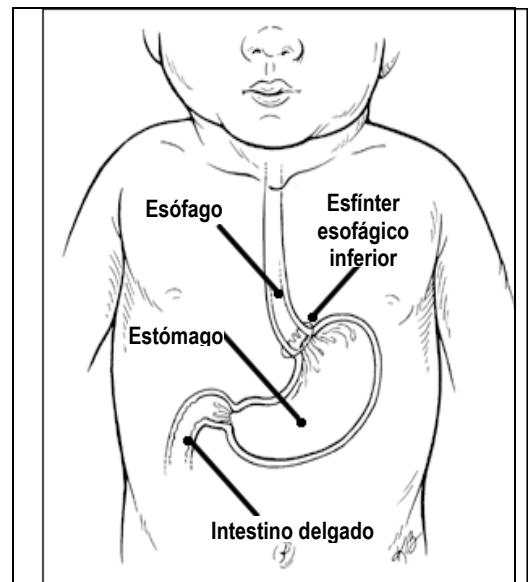
¿Qué es el reflujo gastroesofágico?

Reflujo es un término utilizado cuando un bebé escupe o vomita parte o todo lo que ha comido. A menudo esto sucede mientras el bebé come o después de comer. Es algo común y normal en los bebés.

El reflujo puede aumentar entre los 4 y los 6 meses de edad cuando los bebés son más activos. Con frecuencia mejora alrededor de los 12 meses de edad.

¿Qué lo causa?

- El tubo que conecta la boca con el estómago se llama esófago. Hay un pequeño músculo al final del esófago llamado esfínter.
- Cuando su bebé da un trago, el esfínter se relaja para dejar pasar los alimentos o los líquidos al estómago. Luego, el músculo se aprieta para mantener los alimentos y los líquidos en el estómago.
- Con el reflujo, el esfínter se relaja cuando el estómago está lleno. Los alimentos y los líquidos fluyen devolviéndose hacia el esófago causando que el bebé escupa.



¿Cómo afecta esto a mi bebé?

Los bebés con reflujo podrían:

- Ser más difíciles de consolar.
- Retorcerse, arquear la espalda, llorar, hacer muecas, despertar con movimientos de sobresalto.
- Toser o tener sibilancia.
- Tener dificultad al respirar durante los alimentos o poco después alimentarse (cuando el bebé presenta reflujo, el jugo gástrico puede ir a los pulmones y causarle problemas para respirar. **Llame al doctor de inmediato si esto sucede.**

El reflujo es **normal** en los bebés que:

- aumentan de peso;
- no tienen dificultad para respirar;
- no devuelven lo que comen con sangre.

¿Qué puedo hacer?

Alimentación.

- Si su bebé devuelve al eructar, no lo alimente de inmediato, espere hasta la próxima hora de comer.
- Pregunte al doctor para asegurarse de que lo está alimentando con la cantidad correcta y a la hora correcta.
- Haga eructar a su bebé con frecuencia durante la alimentación. Podría serle útil darle pequeñas cantidades.
- Evite hacer saltar a su bebé o hacerlo reír mientras lo alimenta o después de haber comido.
- Pregunte al doctor o a la enfermera si puede engrosar la fórmula de su bebé. Si su doctor le dice que engrose la fórmula, use la cantidad que le indique. Podría ser necesario que corte la punta del chupón con una navaja de rasurar.
 - Pellizque la punta del chupón.
 - Haga un pequeño corte en la punta del chupón. Esto agrandará la abertura un poco para que la fórmula engrosada pueda pasar por ahí. Haga el hoyo un poco más grande si lo necesita.
- Pruebe una fórmula hipoalérgica durante 2 semanas.

Posición

- Mantenga a su bebé en posición erecta por lo menos 30 minutos después de comer.
- El estar sentado puede causar que su bebé se encorve, lo cual pone presión en el estómago. Esto hace que el reflujo empeore.
- Cuando su bebé **esté despierto y usted esté con él**, colóquelo boca abajo o en sobre su lado izquierdo. Los bebés que estén dormidos deben estar **siempre** boca arriba (acostados sobre su espalda):
- Pruebe cosas que los calmen. Use un chupón (bobo), póngale música suave, envuelva a su bebé, disminuya la intensidad de la luz y léale.



Evite

- Los pañales y las pretinas ajustadas.
- **El humo del cigarrillo empeora el reflujo. No se debe fumar dentro de la casa o en el auto.**

Hable con su proveedor de atención de salud sobre la cantidad y la frecuencia con que el bebé devuelve y sobre el comportamiento de su bebé a la hora alimentarlo o después de hacerlo. Su bebé ¿llora, hace muecas o se mueve demasiado?

Para ayudarlo a juzgar cuánto devuelve su bebé, vierta media onza de agua en un cobertor o en una toalla pequeña. Compárela con lo que su hijo devolvió en la toalla que usa para hacerlo eructar o en su ropa. Es conveniente que escriba la cantidad que devuelve y cuándo lo hace.

Si su bebé tiene problemas debido al reflujo, el doctor podría hacer cambios en la alimentación y, o comenzar a darle medicina. Rara vez que se requiere cirugía.

ALERTA: Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier consulta o inquietud o si su hijo:

- Se torna azul o si deja de respirar. **Es una emergencia, comience la RCP y llame al 9-1-1**
- Tiene regurgitaciones con sangre o de color verde brillante.
- No come o ha tenido dificultad para comer.
- No aumenta o está bajando de peso.
- Le cuesta respirar durante la alimentación o después de ella.
- Tiene tos crónica o sibilancia (silbidos).
- Tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud para el diagnóstico, el tratamiento y el control o seguimiento.

