

# Reflujo gastroesofágico (GE) en niños

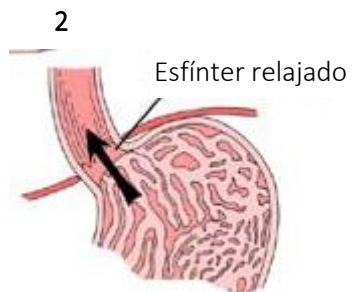
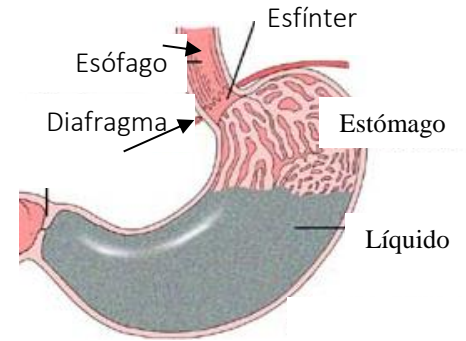
(Reflujo, reflujo GE, GER)

## ¿Qué es el reflujo gastroesofágico?

Reflujo es un término que se usa cuando el contenido del estómago regresa hacia el esófago que conecta la boca al estómago. Esto puede irritar el esófago. También puede causar problemas para tragar o respirar.

## ¿Qué lo causa?

- Hay un pequeño músculo al final del esófago que se llama esfínter.
- Cuando su hijo traga, el esfínter se relaja para dejar que los alimentos o los líquidos entren al estómago. El músculo se aprieta para que la comida y los líquidos se queden adentro del estómago. (Fig. 1)
- Con el reflujo, el músculo se relaja cuando el estómago está lleno. Parte de los alimentos y líquidos pueden regresar hacia el esófago. (Fig. 2)
- Esto generalmente sucede cuando su hijo come muy rápido o demasiado en una comida.



## ¿Cómo afecta el reflujo gastroesofágico a mi hijo?

**Un niño con reflujo gastroesofágico puede tener los siguientes síntomas:**

- Dolor o una sensación de ardor detrás del esternón.
  - Puede sentir como que el dolor o la sensación de ardor se moviera del esternón al cuello.
  - Esto se debe a la irritación que el ácido del estómago causa en el esófago.
- Eructa y se queja de un sabor amargo en la boca.
- Vómitos.
- Dice que le duele al tragar.
- Tose.
- Tiene problemas con los síntomas del asma o tiene ronquera.

## Consejos para ayudar a su hijo

- Haga que su hijo coma menos pero con mayor frecuencia.
- No permita que su hijo coma ni beba nada a excepción de agua 2 a 3 horas antes de acostarse.
- Disminuya los alimentos y las bebidas que sabe que aumentan el dolor. Esto incluye los alimentos grasos o picantes como mortadela, hot dogs, salami; alimentos fritos en aceite (comida rápida); productos cítricos y productos a base de tomate. La cafeína que se encuentra en el té, chocolate y las gaseosas también puede causar algo de dolor.
- No le dé comidas grandes antes de hacer ejercicio.
- El alcohol y el tabaco de cualquier tipo pueden aumentar en el dolor. El alcohol se encuentra en muchos medicamentos para niños. No deje que nadie fume en casa, auto u otras áreas en donde esté su hijo.
- Recuérdele a su hijo que coma lento y mastique los alimentos con cuidado.
- Los niños con sobrepeso tienden a tener reflujo gastroesofágico con más frecuencia. Converse con el médico, enfermera o dietista de su hijo sobre métodos para ayudar a su hijo a bajar de peso, si es necesario.

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene alguna pregunta o inquietud o si su hijo:

- Sigue con dolor por el reflujo gastroesofágico aunque haya seguido los consejos mencionados anteriormente.
- Vomita y el vómito contiene sangre o es de un color verde brillante.
- No come o le cuesta mucho trabajo comer.
- No está creciendo normalmente o baja de peso.
- Tiene dificultad para respirar durante o después de comer.
- Tiene tos crónica o hace un ruido como de silbido cuando respira.
- Toma medicamentos que no le están funcionando.
- 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 o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**