

Medidas Gerais

Efectuar refeições em pequena quantidade

Evitar os alimentos e bebidas que predisõem ao RGE



Elevar a cabeceira da cama cerca de 15 cm

Não comer nas 2h que antecedem o deitar

Não beber líquidos antes de deitar, nomeadamente água e leite

Não fumar



Tentar emagrecer



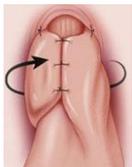
Não usar roupa apertada

Tratamento Medicamentoso

- Anti-secretores: antagonistas H2 e inibidores da bomba de prótons (atualmente pouco recomendados para uso crónico)
- Pró-cinéticos
- Anti-ácidos

Tratamento Cirúrgico e Endoscópico

Este só é recomendado se os restantes não forem eficazes. O tratamento cirúrgico pode ser efectuado por via laparoscópica e consiste na reconstituição do esfíncter esofágico inferior.



Informações importantes sobre RGE

- O RGE é a condição em que o suco gástrico reflui do estômago para o esófago
- As causas mais frequentes são: alterações do esfíncter esofágico inferior, hérnia do hiato e atraso no esvaziamento gástrico
- Pode lesar a mucosa esofágica e causar esofagite
- Os sintomas mais frequentes são: azia e regurgitação
- O esófago de Barrett (uma das complicações do RGE) é uma situação pré-cancerosa que requer vigilância endoscópica
- Pode ser diagnosticado através de endoscopia, biópsia, Rx, pHmetria de 24h e manometria
- O tratamento consiste na mudança de hábitos e estilo de vida, antagonistas da H2, inibidores da bomba de prótons e cirurgia



REFLUXO GASTRO-ESOFÁGICO



Elaborado por: Carolina Midões Correia (Aluna)

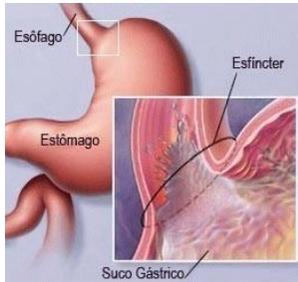
Atualizado por: João Lima (Médico Interno de formação Geral)



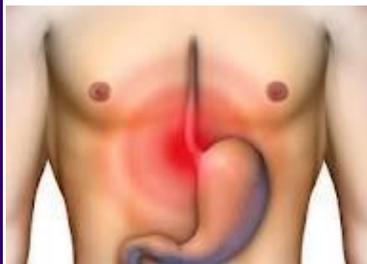
Refluxo Gastro- -Esofágico - O que é?

O refluxo gastro-esofágico (RGE) é uma condição em que existe a passagem do conteúdo do estômago, nomeadamente ácido gástrico, para o esófago. É frequente, ocorrendo na maioria dos indivíduos normais, principalmente após as refeições.

Habitualmente, o ácido gástrico não reflui para o esófago devido a um músculo—o esfíncter esofágico inferior—que actua como uma barreira entre o esófago e o estômago. Se este músculo não cumprir adequadamente a sua função, pode ocorrer o RGE.



O ácido gástrico pode inflamar e lesar o revestimento interior das paredes do esófago (mucosa esofágica). Tal pode acontecer quando o RGE é mais intenso e mais frequente.



Quando o RGE dá sintomas—azia, por exemplo—passa a considerar-se e Doença do Refluxo Gastro-esofágico, vulgarmente designada por Esofagite

de Refluxo. Esta é uma situação crónica, visto que quando se inicia é habitualmente para toda a vida. É bastante frequente, sendo que pelo menos 12 a 54% dos adultos, nos países desenvolvidos, podem apresentar estes sintomas.

Sintomas e Sinais

Azia ou ardor/queimadura atrás do esterno

Regurgitação

Dor no peito, atrás do esterno

Náuseas e vômitos

“Sabor ácido na boca”

Dor e/ou dificuldade a engolir

“Sensação de bolo na garganta”



Tosse e rouquidão

Dores de garganta

“Falta de ar”

Gengivite

Dor de ouvido ou otite

Comportamentos que predispõem ao RGE

Alimentos (muito condimentados e gordurosos, tomate e derivados, sumos de citrinos, picantes, cebola)



Chocolate



Café e chá preto

Bebidas com gás



Álcool



Tabaco

Medicamentos (nitratos, contraceptivos orais, estrogénios)

Situações que predispõem ao RGE

Hérnia do hiato

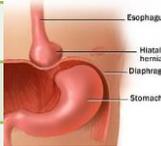
Gravidez

Obstipação

Obesidade

Stress e nervosismo

Usar roupa apertada



Diagnóstico

Para além dos sintomas e exame físico, o diagnóstico pode basear-se em exames específicos, tais como:

- Endoscopia digestiva Alta
- pHmetria de 24h
- Manometria esofágica
- Rx do esófago, estômago, duodeno



Tratamento

O tratamento do RGE tem várias componentes:

- Adopção de medidas gerais: alteração dos hábitos alimentares e estilo de vida
- Tratamento medicamentoso
- Tratamento cirúrgico e endoscópico.