



Doença do refluxo gastroesofágico

DRGE O QUE É?

A doença do refluxo gastroesofágico ou DRGE ocorre quando o esfíncter inferior do esôfago (EIE) não se fecha apropriadamente e o conteúdo do estômago extravasa de volta para o esôfago. O EIE é um anel de músculo na parte inferior do esôfago que age como uma válvula entre o esôfago e o estômago. O esôfago transporta o alimento da boca para o estômago. Quando o ácido fluído do estômago toca a parede do esôfago, ele causa uma sensação de queimação no tórax ou garganta denominada pirose (azia). O gosto do líquido pode até ser sentido na parte de trás da boca e é chamado de indigestão ácida. A azia que ocorre mais que duas vezes numa semana pode ser considerada DRGE e ela pode, eventualmente, conduzir a problemas mais sérios de saúde.

Trata-se de um dos problemas mais comuns relacionados ao aparelho digestivo. Estima-se que cerca de 45% da população ocidental relate a ocorrência de um episódio de refluxo por mês e que 5 a 10% destes indivíduos façam referência diária ao sintoma. O refluxo é mais comum em idosos e em gestantes.

SINTOMAS

Os principais sintomas de DRGE são azia persistente e regurgitação de ácido. Algumas pessoas têm DRGE sem azia. Ao invés, elas apresentam dor no tórax, rouquidão pela manhã ou dificuldades para engolir. Você pode sentir como se tivesse comida engasgada na sua garganta ou como você estivesse afogado ou sua garganta apertada. A DRGE também pode causar tosse seca e mau hálito. Seu médico pode solicitar exames complementares para avaliar seus sintomas, quando não está claro se eles são de fato causados por refluxo ácido; ou se você estiver sofrendo complicações da doença como disfagia, sangramento e engasgos; ou ainda se seus sintomas não estiverem melhorando com o uso da medicação. Muitas vezes também são solicitados exames para se avaliar o grau de agressividade da doença para adequar o tratamento àquilo que é necessário no seu caso.

Outros fatores que podem contribuir para a DRGE incluem:

Ingestão de bebidas alcoólicas;
Sobrepeso e gravidez;
Fumo.

Alimentos associadas com eventos de refluxo:

Frutas cítricas;

Chocolate;

Bebidas com cafeína, Frituras e comidas gordurosas, alho e cebola;

Essências de menta;

Alimentos apimentados;

Comidas baseadas em tomate, como molho de espaguete, pimenta e pizza.