



Acidez estomacal



Esófago

Esfínter esofágico inferior

Descripción general

Esta es una sensación de ardor en el pecho. Está relacionada con su aparato digestivo. Muchas personas experimentan acidez estomacal de vez en cuando y sienten, por lo general, una molestia leve. Pero para algunos, puede ser un problema crónico y doloroso.

Causas

La acidez estomacal es producida por un escape de ácido estomacal. Cuando uno traga, los alimentos y los líquidos bajan por el esófago. Este es el tubo que se extiende desde su garganta a su estómago. En la base de su esófago hay una banda ajustada de músculo que actúa como una válvula. Normalmente, esta válvula se afloja para permitir que pasen los alimentos y los líquidos hacia su estómago y luego se cierra para atrapar el contenido en su interior. Pero algunas veces el ácido puede subir a través de esa abertura. El ácido irrita el revestimiento de su esófago causando la sensación de ardor. En algunas personas, esta válvula puede ser anormalmente débil o puede funcionar mal. Esto puede dar lugar a un tipo de acidez severa y crónica llamada enfermedad por reflujo gastroesofágico, la cual es comúnmente conocida como "ERGE".

Desencadenantes y factores de riesgo

La acidez estomacal puede ser provocada por determinados alimentos. Las comidas picantes o muy condimentadas, las comidas grasosas, los cítricos y los productos hechos con tomates son los causantes más comunes. También pueden causarla el alcohol, la cafeína y las bebidas carbonatadas. Estará en mayor riesgo de tener acidez estomacal, si tiene sobrepeso. Y puede ser un problema para las mujeres durante el embarazo.

Síntomas

Entre los síntomas de la acidez estomacal se encuentra un dolor ardiente en su pecho. Este puede empeorar después de comer. Puede empeorar al acostarse. También es posible que sienta un sabor agrio y amargo en su boca. Si usted tiene ERGE es posible que tenga síntomas tales como dolor en el pecho, tos seca y dolor de garganta. Puede ser que tenga dificultad al tragar. Es posible que tenga la voz ronca.

Tratamiento

Las opciones de tratamiento dependen de la frecuencia y de la gravedad de su acidez. Es posible que le resulten beneficiosos los antiácidos o los medicamentos que reducen la acidez estomacal. Adelgazar puede resultar beneficioso. Evite alimentos y bebidas que puedan provocar su acidez. Evite acostarse o acostarse durante varias