



CENTRO MÉDICO
REY FERNANDO

C/ Rafael Alberti nº 15, local
Tf consulta: 976-51-78-21
Zaragoza

REFLUJO GASTROESOFÁGICO

¿QUÉ ES EL REFLUJO GASTROESOFÁGICO?

El reflujo gastroesofágico consiste en el “escape” del alimento que está en el estómago otra vez a la boca, dando lugar a las conocidas “bocanadas” o regurgitaciones después de las tomas.

¿ES FRECUENTE?

Hasta un 50 % de los niños padecen este problema a lo largo del primer año.

¿POR QUÉ SE PRODUCE?

Se trata de un retraso en la maduración del mecanismo muscular que cierra el estómago, haciendo que el alimento vuelva del estómago otra vez a la boca.

Se trata de un problema transitorio que dura unos meses, hasta que se desarrolla y madura este mecanismo de cierre.

¿DEBEMOS PREOCUPARNOS?

No hay que preocuparse.

Debemos ponernos en manos del pediatra y seguir los consejos y controles que él nos indique.

Es señal de buena evolución si en dichos controles el niño sigue un adecuado desarrollo de peso y talla.

¿QUÉ DEBEMOS HACER?

Se pueden tomar una serie de medidas. Avanzaremos más o menos en las mismas dependiendo de la importancia del reflujo, y siempre bajo indicación del pediatra.

1º) Como medida inicial, realizaremos:

MEDIDAS DIETÉTICAS Y POSTURALES

- Disminuir la cantidad de cada toma, y dar alguna toma más al día.
- No dar el biberón muy caliente
- Eructar aire durante o después de la comida
- No movimientos bruscos ni alteraciones emocionales (ambiente relajado)
- Tumbarlo del lado derecho después de comer
- Poner una calza en las patas de la cabecera de la cuna, de manera que el niño esté en ella con la cabeza más alta que el cuerpo. La cuna debe tener una inclinación de unos 30 °. Acostaremos al niño boca abajo, o sobre el lado derecho.
- Cuando el niño esté despierto, tenerlo en una sillita, en posición semisentada.



- Evitar humo del tabaco
 - No poner los pañales muy apretados
- Si el reflujo es de poca importancia (una pequeña bocanada tras las tomas, con buen desarrollo de peso y talla), con ésto será suficiente.

2º) Si no mejora, al cambio de leche habrá que añadir las siguientes medidas un **cambio de leche**:

LECHE AR

Se prepara como una leche normal, es decir 1 cacito raso por cada 50 cc de agua. Si es necesario, cuando el niño tenga más de 4 meses, añadir un cacito de harina sin gluten a cada biberón, para espesarlo.

Además de los controles que indique el pediatra, debes de **acudir a la consulta** en el caso de que ocurra alguno de lo siguientes síntomas:

- Si aumentan en número, en cantidad o en la fuerza en que expulsa las regurgitaciones el niño.
- Si aparece sangre en la bocanada o en las heces.
- Si la bocanada es de color amarillento (bilis).
- Si durante una bocanada el niño presenta un episodio atragantamiento (tos intensa, cambios en la coloración, dificultad para respirar).

SERVICIO DE PEDIATRÍA

Dr Antonio Jesús Valle Traid N° colegiado: 11.410

Dra Pilar Arnauda Espatolero N° colegiado: 13.535

Dra Natalia Moreno Gonzalez N° colegiado: 14.147

Dr Pedro Pinós Laborda N° colegiado: 12.625