

# Doença do Refluxo Gastroesofágico

É uma doença em que o conteúdo **ácido** do **estômago** volta pelo **esôfago**. A acidez irrita os tecidos do esôfago e provoca **lesões** e **sintomas**.



## Sintomas



Dor no tórax



Pirose (Azia)



Regurgitação

- Outros sintomas:**
- Tosse
  - Rouquidão
  - Falta de ar
  - Dor de garganta
  - Alterações dentárias

## Diagnóstico

- O diagnóstico é estabelecido principalmente pela avaliação clínica do seu médico.
- Exames: endoscopia digestiva alta e outros exames específicos fazem parte do arsenal de exames.

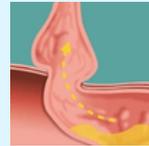
## Fatores agravantes



Tosse crônica



Comer rápido



Hérnia hiatal



Tabagismo

**Outros fatores:** Alimentos volumosos, deitar logo após a refeição, bebidas alcoólicas

## Tratamento

- Medidas comportamentais de prevenção
- Medicamentos podem controlar os sintomas, mas sempre é necessário que sejam prescritos por seu médico



## Prevenção

A partir de **modificações comportamentais** e no **estilo de vida**:



Perda ponderal



Cessar tabagismo



Moderar a ingestão de gorduras, cafés, condimentos, bebidas gasosas, álcool, chás, chocolates e alimentos ácidos



- Evitar refeições volumosas.
- Não comer antes de atividades físicas.
- Evitar deitar por três horas após as refeições.
- Elevar a cabeceira da cama, manter posição de decúbito adequada.