

Cuidado Médico Valioso

ConsumerReports[®]Health

ACP

AMERICAN COLLEGE OF PHYSICIANS
INTERNAL MEDICINE | Doctors for Adults[®]

Annals of Internal Medicine

Endoscopia superior para agruras frecuentes o Enfermedad por Reflujo Gastroesofágico (GERD) Cuándo la necesita—y cuándo no la necesita

Las personas con agruras frecuentes a menudo se someten aun procedimiento conocido como endoscopia. Para esto se usa un endoscopio, un tubo flexible con una luz y una cámara en la punta. El tubo se introduce por la garganta para ver el interior del esófago, que conecta la garganta al estómago.

El endoscopio se usa para ver si usted tiene la enfermedad por reflujo gastroesofágico, llamada *GERD* en inglés, o algún otro problema relacionado. Si usted sufre de *GERD*, el ácido en el estómago sube hasta el esófago e irrita el revestimiento.

Por lo general, la endoscopia no es necesaria. A continuación se da la razón:

Generalmente no conduce a un mejor tratamiento.

Si la *GERD* no se trata, puede dañar el revestimiento del esófago. Algunas personas que sufren de *GERD* desarrollarán cambios adicionales que podrían convertirse en cáncer. Un mayor riesgo de cáncer del esófago se conoce como esófago de *Barrett*.

Sin embargo, si usted sufre de *GERD*, su probabilidad de tener cáncer del esófago es muy baja. Solo aproximadamente uno de 2,500 pacientes mayores de 50 años contraen este cáncer al año. Incluso si usted tiene esófago de *Barrett*, su riesgo de cáncer sigue siendo muy bajo. Como resultado, normalmente no se necesitan endoscopias frecuentes. Y, por lo general, rara vez cambian los tratamientos que brindan los médicos.



Puede presentar riesgos.

Normalmente, la endoscopia es segura, pero tiene riesgos. Puede causar sangrado o daño en el estómago o en el esófago. Además, usted tiene que tomar medicamentos para reducir el dolor y el malestar durante el procedimiento. Estos medicamentos pueden causar problemas con la respiración y el ritmo cardíaco.

Los resultados incorrectos o dudosos pueden conducir a más pruebas y tratamientos que no se necesitan y que presentan otros riesgos.

Puede costar mucho.

Por lo general, una endoscopia cuesta como \$1,130, más una cuota por la anestesia, según HealthcareBlueBook.com. Incluso si usted tiene seguro médico, su parte del costo podría ser alto.

Por lo tanto, ¿cuándo es una buena idea?

Es posible que usted necesite una endoscopia si:

- Sigue con agruras después de usar un inhibidor de la bomba de protones (proton pump inhibitor—PPI) por cuatro a ocho semanas. Los PPIs incluyen el esomeprazol (Nexium), lansoprazol (Prevacid y genérico) u omeprazol (Prilosec y genérico).
- Sigue teniendo un esófago muy irritado, incluso después de ocho semanas de tratamiento con un PPI.
- Además de las agruras, usted también sufre de anemia, pérdida de peso o vómito frecuente, usted vomita sangre o sus heces son de color negro o rojo.
- A menudo usted tiene problemas al tragar, y ha tenido un estrechamiento del esófago en el pasado.
- Usted es un hombre mayor de 50 años, ha sufrido de síntomas de GERD durante más de cinco años y tiene otros factores de riesgo, como fumar o estar obeso.

Si usted tiene esófago de Barrett, necesitará una endoscopia una vez cada tres a cinco años.

Si usted tiene síntomas tempranos de cáncer, necesitará una endoscopia más frecuentemente.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

© 2012 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con el Colegio Estadounidense de Médicos. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite ConsumerHealthChoices.org/about-us/.

Consejo de Consumer Reports

¿Cómo debería controlar sus agruras?

Los siguientes pasos pueden ayudar a aliviar tanto las agruras como la GERD:

- Baje el peso extra.
- Coma comidas más pequeñas, y no se acueste por varias horas después de comer.
- Use ropa holgada.
- No fume, y limite su consumo de alcohol.
- Evite bebidas y alimentos que causen agruras, como el café (incluyendo el descafeinado), menta, chocolate, ajo y cebollas; alimentos fritos, picantes y grasosos; y alimentos que contengan jitomates o salsa de jitomate.
- Eleve la cabecera de su cama de seis a ocho, colocando bloques de madera debajo de las de la cabecera de la cama.



Controle el ácido.

- Para aliviar las agruras, pruebe antiácidos de venta libre como Maalox, Mylanta, Roloids o Tums.
- Para un reductor de ácido más potente, pruebe un bloqueador H₂ como la famotidina (Pepcid y genérica) o la ranitidina (Zantac y genérica).

Considere un PPI para la GERD.

- Los PPIs alivian los síntomas y sanan el revestimiento del esófago.
- El omeprazol y el lansoprazol se venden sin receta como medicamentos genéricos de bajo costo.
- Si los síntomas no mejoran después de cuatro a ocho semanas, hable con su médico.
- Para obtener nuestro informe gratis de *Best Buy Drugs* sobre los PPIs, ingrese en www.CRBESTBUYDRUGS.org, y seleccione la opción de “Heartburn” (Agruras).