

**Autor:** Marta Magalhães

**Última atualização:** 2016/04/13

**Palavras-chave:** Doença do refluxo gastro-esofágico, azia, dispepsia, tratamento

## Resumo

A Doença do Refluxo Gastro Esofágico (DRGE) define-se como a passagem de conteúdo ácido do estômago para o esófago, na ausência de vômito, provocando sintomas.

É a doença crónica mais comum do tubo digestivo.

Perante os sintomas típicos, o diagnóstico é imediato e o tratamento eficaz. Nalguns casos será necessário recorrer a outros exames como a endoscopia para confirmação.

Os medicamentos são úteis mas não substituem a necessidade de alterar rotinas diárias que aumentam o risco de doença.

## O que é a DRGE?

Habitualmente, o estômago produz ácido para ajudar à digestão dos alimentos. Apenas a mucosa deste órgão está preparada para receber este ácido, logo existe um esfíncter (estrutura muscular que funciona como uma espécie de válvula), que impede a passagem (refluxo) deste ácido para o esófago.

A Doença do Refluxo Gastro Esofágico (DRGE) é uma condição que se desenvolve quando o refluxo de conteúdo gástrico provoca sintomas incómodos ou complicações.

É uma doença muito comum na população, atingindo entre 10 a 20% das pessoas no mundo ocidental, com um impacto socioeconómico significativo e diminuição da qualidade de vida.

Os fatores de risco para o desenvolvimento desta patologia são obesidade, gravidez, consumo de tabaco e ter uma hérnia do hiato.

## Quais são os sintomas?

A DRGE apresenta uma grande variabilidade de sintomatologia. Os sintomas mais típicos são:

- Pirose (sensação de ardência na região central do peito);
- Regurgitação ácida.

No entanto, podem sempre surgir outros, tais como:

- Dor torácica (dor na região central do peito que pode ir até à garganta);

- Disfagia (dificuldade a engolir);
- Odinofagia (dor a engolir);
- Tosse crónica;
- Dor abdominal;
- Náuseas;
- Eructação (arrotar);
- Perda de peso;
- Saciedade precoce.

## Como é feito o diagnóstico?

---

Na maioria dos casos, os sintomas são muito típicos e bastam para o diagnóstico, melhorando com o tratamento, e não sendo necessária a realização de outros exames.

Uma pessoa com sensação de azia que se inicia na região do estômago, se propaga para cima através do peito até à garganta, e que melhora com antiácidos, tem muito provavelmente uma doença do refluxo gastro esofágico.

Se estiverem presentes alguns dos sintomas atípicos (disfagia, odinofagia, tosse crónica, saciedade precoce, perda de peso) ou se não ocorrer melhoria com a medicação instituída, pode ser necessário a realização de uma Endoscopia Digestiva Alta ou de outros exames mais específicos.

## Que cuidados devo ter?

---

Há medidas simples a que pode recorrer no dia-a-dia e que melhoram os sintomas:

- Perda de Peso (caso tenha excesso de peso ou tenha aumentado de peso recentemente);
- Elevar a cabeceira da cama para dormir e evitar comer 2 a 3h antes de dormir (caso tenha sintomas noturnos);
- Em alguns casos pode ser benéfico evitar alguns alimentos como chocolate, cafeína, citrinos, bebidas gaseificadas e comida picante.

## E se não melhorar?

---

Os medicamentos designados por Inibidores da Bomba de Protões (Esomeprazol, Lansoprazol, Omeprazol, Pantoprazol, Rabeprazol) são muito eficazes no alívio dos sintomas. Estes medicamentos reduzem a secreção de ácido no estômago e controlam a doença. O médico assistente poderá aconselhar o tratamento mais indicado para cada caso.

Outros medicamentos com efeito antiácido podem também ser utilizados, mas são menos eficazes.

## Conclusão

---

A DRGE é uma doença muito comum, que afeta a sua qualidade de vida.

Se tiver algum dos sintomas descritos, fale com o seu Médico!

## Referências Recomendadas

---

- [DGS ? Doença do refluxo gastroesofágico](#)
- [Sociedade Portuguesa de Gastreenterologia](#)
- [Manual MSD ? DRGE](#)
- [Gastroesophageal Reflux Disease](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) ·