

PROTOCOLO REFLUJO FARINGO-LARINGEO

El reflujo faringo-laríngeo es el movimiento retrógrado de ácido y enzimas estomacales hacia faringe y laringe. En su mayoría los pacientes no se percatan de este proceso y además, a diferencia de los pacientes con enfermedad por reflujo gastro-esofágico, sólo un 35% tienen sensación de ardor en la boca del estómago o regurgitación ácida.

Este contenido gástrico irrita la cubierta mucosa de esta zona produciendo laringitis, alteraciones de la voz, carraspeo, tos seca, dolor y sensación de cuerpo extraño en garganta. El tratamiento ideal debe contar con las siguientes medidas:

CAMBIOS EN LA DIETA

1

Evite comidas abundantes, siendo la última comida la menos abundante. Evite el consumo de alcohol y cigarrillo.

2

Disminuya al máximo bebidas con cafeína y gas tales como: café, té, gaseosas y chocolate; igualmente el consumo de grasas, fritos, leche y sus derivados, jugos cítricos (naranja, limonada, lulo, maracuya, piña, etc.), mentas, comidas muy condimentadas o muy picantes, así como comidas con alto contenido de tomate y grasa.

CAMBIOS EN LOS HÁBITOS DIARIOS

1

Acuéstese por lo menos tres horas después de haber comido. Evite hacer siesta después del almuerzo. Procure recostarse con el cuerpo apoyado sobre el costado izquierdo si va a hacer una corta siesta o si va a ver televisión después de haber comido.

2

Eleve la cabecera de la cama aproximadamente 15 centímetros (para esto se puede ayudar utilizando dos (2) ladrillos debajo de las patas delanteras o de la cabecera de la cama).



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

**Unidad de Otorrinolaringología
y Cirugía Maxilofacial**
www.husi.org.co

PROTOCOLO REFLUJO FARINGO-LARINGEO

3

Evite realizar ejercicios fuertes esporádicos sobre todo los que comprimen fuerte el abdomen, como abdominales después de haber comido.

4

Baje de peso, si se encuentra con sobrepeso. Evite prendas que compriman el abdomen de manera fuerte (cinturones, corsés, fajas).

TRATAMIENTO MÉDICO (SOLO SI SU MÉDICO LO EXIGE)

1

Este tratamiento médico requiere dosis de un medicamento por varios meses y en la gran mayoría de los casos se solicitará una valoración y apoyo por parte de Gastroenterología.

3

Los medicamentos más efectivos para el reflujo ácido son los que reducen o inhiben la producción de ácido por parte del estómago.

5

Los pacientes aprecian una mejoría de los síntomas en forma gradual, y puede tardar en aparecer varias semanas, lo cual varía entre paciente y paciente.

2

El tipo de medicamento dependerá de si su reflujo es ácido o alcalino.

4

Su dosificación se puede aumentar ó disminuir según la respuesta clínica tanto sintomática como según los hallazgos al examen físico.

6

El reflujo gastro-esofágico y el reflujo gástrico con manifestaciones extra-digestivas son una enfermedad para toda la vida, no tiene cura, sólo se puede controlar. Usted debe hacer su parte para mantener esta condición bajo control.



**HOSPITAL
UNIVERSITARIO
SAN IGNACIO**

CIENCIA Y TECNOLOGIA CON PROYECCION SOCIAL

Unidad de Otorrinolaringología
y Cirugía Maxilofacial
www.husi.org.co