

Cliente: Dr. Vladimir Schraibman
Veículo: Gazeta de Piracicaba
Data: 10.09.10

Estética & Saúde



➔ **Dica:** Cuide dos lábios! Utilize várias vezes ao dia um batom hidratante com protetor solar ou produtos que contenham manteiga de cacau, cera de abelhas ou óleos naturais. O alerta é da Chá Verde F. Manipulação

●●●●● A doença do refluxo nem sempre é tratada de maneira adequada, muitas vezes o paciente se automedica e acaba disfarçando problemas mais sérios. Quem faz o alerta é Vladimir Schraibman, gastroenterologista e cirurgião do aparelho digestivo do Hospital Israelita Albert Einstein, de São Paulo.

Para o especialista, é fundamental combater a doença logo em seu estágio inicial para evitar complicações, como um câncer de estômago, por exemplo. O refluxo é um termo utilizado para descrever uma doença chamada de refluxo gastroesofágico (DRGE), que é o retorno dos alimentos e líquidos ácidos do estômago para o esôfago. Trata-se de um dos problemas mais comuns na sociedade.

"É causado pela exposição crônica da mucosa do esôfago ao conteúdo ácido do estômago, o refluxo leva o paciente a quadros de queimação, azia, inflamação do esôfago até lesões mais graves", explica Schraibman.

●**IDENTIFIQUE.** A mais comum é a esofagite, uma inflamação do esôfago. Quando o refluxo não é tratado, ocorrem úlceras e esôfago de Barrett, uma transformação do tecido que reveste o órgão, e já é uma situação pré-maligna e pode, sem o tratamento adequado, progredir para o câncer.

Ao lado da alimentação, uma das grandes causas da doença é o excesso de peso porque acarreta em um enfraquecimento da válvula que impede o refluxo.

Além da obesidade, diz o médico, outros eventos que aumentam a pressão intra-abdominal podem causar esse distúrbio, como a gravidez, ascite (acúmulo de líquido dentro do abdômen, conhecido por barriga d'água), pessoas muito obstipadas e que têm de fazer muita força para evacuar; hérnia de hiato e alterações motoras do esôfago ou do esfíncter gastroesofágico.

"Atualmente, 12% da população brasileira sofrem de DRGE, o que corresponde a aproximadamente 4,5 milhões de brasileiros", diz Schraibman.

As que mais sofrem são as mulheres, porém não se observam diferenças de perfil quanto à classe social, idade e nível de instrução entre os quem têm propensão e a po-

Queimação no estômago

Se o sintoma persistir procure orientação médica

INCÔMODO RETORNO



O gastroenterologista, Vladimir Schraibman, fala sobre o refluxo

pulação em geral.

Para Schraibman, na maioria dos pacientes, o refluxo ocorre de forma espontânea pelo relaxamento transitório do esfíncter esofágico inferior.

●**SINTOMAS.** O refluxo gástrico-esofágico começa com aquela sensação de queimação na "bo-

ca" do estômago atrás do osso do peito.

Já as pessoas com estenose - um estreitamento do esôfago - podem sentir muita dificuldade para engolir líquidos e todos os tipos de alimentos.

São vários os sintomas associados ao refluxo: tosse, pigarro, falta de ar e engasgos noturnos.

PREVENÇÃO Os cuidados começam em casa

●Outro sintoma apontado pelo especialista é a azia. "Ela é reflexo da irritação da mucosa do esôfago, devido ao aumento da salivação para tentar aliviar a queimação produzida pelo refluxo, como se fosse um antiácido natural", explica o especialista. Para prevenir o refluxo e, conseqüentemente, a azia, são necessárias, na maioria das vezes, apenas algumas mudanças nos hábitos de vida. "Investir em uma alimentação equilibrada e fracionada a cada três horas e não ingerir grandes

quantidades de uma só vez é uma boa dica. Além disso, deve-se evitar o uso de roupas apertadas, que aumentam a pressão no abdômen. Também indico a elevação da cabeceira da cama pelo menos 15 centímetros".

Também é preciso evitar alimentos ricos em xantina, como o café, o chá-mate e o chocolate, e algumas medicações para asma com esse composto. Além disso, há necessidade de moderar o consumo de molho de tomate, catchup, mostarda, molho de soja, derivados de milho e, principalmente o cigarro, porque diminui a pressão no interior do esôfago e favorece a passagem de líquido do estômago para aquele órgão. "Pessoas que fumam muito apresentam vários sintomas da doença, que só diminuem quando elas abandonam o vício".



Recorte, apresente e ganhe **30%** off em qualquer produto manipulado.

HOMEOPATIA • FITOTERÁPICOS • COSMÉTICOS
PRODUTOS NATURAIS • SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Chá Verde
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

Av. Marechal Cândido Rondon, 190 | Vila Estrela | 135 3413-7515 | chaverdepharma@whoo.com.br