

# Guia Prático para Pais da **DRGE** (Doença do Refluxo Gastroesofágico)



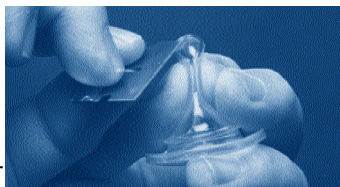
## **CRIANÇAS REGURGITAM** (de 0 a 24 meses de idade) *Refluxo e seu Bebê*

Refluxo Gastroesofágico (DRGE) ocorre durante ou após as refeições quando o conteúdo do estômago volta ao canal que liga a boca ao estômago. A DRGE frequentemente afeta os bebês normais. A maioria dos bebês com DRGE é feliz e saudável apesar de regurgitar ou vomitar. A regurgitação tende a atingir seu auge aos 4 meses de idade, e a maioria dos bebês pára de regurgitar ao completar um ano..

Se seu bebê está regurgitando sem desconforto e está ganhando peso normalmente, então ele provavelmente é um "regurgitador" normal.

Coisas que você pode fazer em casa para ajudar a reduzir a regurgitação:

- Evite que seu filho coma demais
  1. Não alimente o bebê novamente após a regurgitação - espere pela próxima refeição.
  2. Consulte seu médico para saber se o bebê está tomando mamadeiras do tamanho adequado, ou se está sendo amamentado pelo tempo certo.
- Para bebês que tomam mamadeira, as fórmulas podem ser engrossadas (1 colher sopa de cereal de arroz para cada 28 gramas)
  1. Aperte a ponta do bico da mamadeira com o polegar e o dedo indicador.
  2. Faça uma incisão pequena na ponta do bico com o canto de uma lâmina de barbear esterilizada. A lâmina permite um corte preciso e evita que o bico se despedace.
  3. Comece com uma incisão pequena e vá aumentando até que a fórmula flua facilmente.
- A bebês que tomam fórmula, experimente dar uma fórmula hipoalergênica por duas semanas
- Mantenha o bebê na posição vertical por pelo menos 30 minutos após as refeições
- Evite utilizar o assento de carro no lar
- Evite fraldas apertadas e cinturas elásticas
- Evite a exposição à fumaça de cigarro



A maioria dos bebês com DRGE apresentará melhora com o tratamento mencionado acima. Se os sintomas forem graves ou persistentes, seu profissional da área de saúde pode prescrever um tratamento com medicação ou indicar um gastroenterologista pediátrico.

### **Sintomas Preocupantes da Doença do Refluxo em Bebês (de 0 a 24 meses de idade)**

(Sintomas apresentados pelo seu bebê).

1. Vômito associado a:
  - Sangue
  - Fluido verde ou amarelo
  - Pouco ganho de peso
2. Choro Forte ou Inconsolável e Irritabilidade
3. Recusa persistente à alimentação
  - Déficit no crescimento
  - Dificuldade para se alimentar
4. Problemas Respiratórios
  - Dificuldade para respirar
  - Ataques repetidos de pneumonia
  - Paradas respiratórias
  - Coloração azul
  - Tosse crônica
  - Respiração com chiado

Em caso de dúvida, fale com o seu médico.

**LEMBRETE IMPORTANTE:** Este boletim informativo da Sociedade Norte-americana de Gastroenterologia Pediátrica, Hepatologia e Nutrição (NASPGHAN) e da Fundação de Saúde Digestiva e Nutrição Infantil (CDHNF) tem apenas o objetivo de fornecer informações gerais, e não de ser uma base definitiva para o diagnóstico ou tratamento de qualquer caso específico. É muito importante que você consulte o seu médico sobre a condição específica de seu filho.

*Por favor, veja no verso os guias práticos para crianças mais velhas e adolescentes com **DRGE**.*



## QUE HÁ COM O ESTÔMAGO DO MEU FILHO? (de 2 a 12 anos de idade) Refluxo e Seu Filho

O Refluxo Gastroesofágico (DRGE) ocorre durante ou após as refeições quando o conteúdo do estômago volta ao canal que liga a boca ao estômago..

A maioria das crianças é capaz de diminuir o refluxo com mudanças na dieta e no estilo de vida

- Faça seu filho comer porções menores e mais frequentes
- Evite que ele coma de 2 a 3 horas antes de dormir
- Eleve a cabeceira da cama em 30 graus
- Evite o consumo de bebidas carbonatadas, chocolate, cafeína, e alimentos ricos em gordura (batata frita e pizza), muito ácidos (frutas cítricas, picles, produtos com tomate) ou apimentados
- Evite que ele coma muito antes de se exercitar
- Ajude seu filho a emagrecer caso ele esteja acima do peso
- Evite a exposição à fumaça de cigarro

A maioria das crianças com DRGE apresentará melhora com o tratamento mencionado acima. Se os sintomas forem graves ou persistentes, seu profissional da área de saúde pode prescrever um tratamento com medicação ou indicar um gastroenterologista pediátrico.

### Sintomas Preocupantes da Doença do Refluxo em Crianças (de 2 a 12 anos de idade)

1. Vômito freqüente associado a:
  - Sangue
  - Fluido verde ou amarelo
  - Pouco ganho ou perda de peso
2. Sensação freqüente de alimentos e líquidos voltando à garganta ou à boca
3. Desconforto freqüente no estômago ou tórax
4. Problemas para engolir
  - Desconforto no ato de engolir
  - Dor ao engolir
  - Sensação de que o alimento fica entalado no meio do caminho
5. Problemas Respiratórios
  - Respiração com chiado
  - Tosse crônica ou pneumonia recorrente
  - Rouquidão
  - Asma

Em caso de dúvida, fale com seu médico.



## CANSADO DE ESTAR DOENTE (adolescentes com mais 13 anos de idade) O Refluxo e o seu Filho Adolescente

O Refluxo Gastroesofágico (DRGE) ocorre durante ou após as refeições quando o conteúdo do estômago volta ao canal que liga a boca ao estômago.

A maioria dos adolescentes é capaz de diminuir o refluxo com mudanças na dieta e no estilo de vida:

- Faça seu filho adolescente comer porções menores e mais frequentes
- Evite que ele coma de 2 a 3 horas antes de dormir
- Eleve a cabeceira da cama em 30 graus
- Evite o consumo de bebidas carbonatadas, chocolate, cafeína, e alimentos ricos em gordura (batata frita e pizza), muito ácidos (frutas cítricas, picles, produtos com tomate) ou apimentados
- Evite que ele coma muito antes de se exercitar
- Ajude seu filho adolescente a emagrecer caso ele esteja acima do peso
- Evite que ele fume
- Evite que ele consuma bebidas alcoólicas

A maioria dos adolescentes com DRGE apresentará melhora com o tratamento mencionado acima. Se os sintomas forem graves ou persistentes, seu profissional da área de saúde pode prescrever um tratamento com medicação ou indicar um gastroenterologista pediátrico.

### Sintomas Preocupantes da Doença do Refluxo em Adolescentes (com mais 13 anos de idade)

(Sintomas apresentados pelo seu filho adolescente.)

1. Vômito freqüente associado a:
  - Sangue
  - Fluido verde ou amarelo
  - Pouco ganho ou perda de peso
2. Sensação freqüente de alimentos e líquidos voltando à garganta ou à boca
3. Desconforto freqüente no estômago ou tórax
  - Azia
4. Problemas para engolir
  - Desconforto no ato de engolir
  - Dor ao engolir
  - Sensação de que o alimento fica entalado no meio do caminho
5. Problemas Respiratórios
  - Respiração com chiado
  - Tosse crônica ou pneumonia recorrente
  - Rouquidão
  - Asma

Em caso de dúvida, fale com seu profissional da área de saúde.

### SUA FONTE DE INFORMAÇÕES SOBRE A DRGE PEDIÁTRICA

CDHNF National Office, P.O. Box 6, Flourtown, PA 19031 • Telefono: 215-233-0808 Fax: 215-233-3918 • [www.KidsAcidReflux.org](http://www.KidsAcidReflux.org) • [www.TeensAcidReflux.org](http://www.TeensAcidReflux.org)

**W W W . C D H N F . O R G • W W W . N A S P G H A N . O R G**

Apoio educacional à Campanha de Educação Sobre a DRGE Pediátrica da CDHNF foi fornecido pela TAP Pharmaceutical Products Inc.