

Que es el reflujo en los bebés y como controlarlo

- **¿Qué es el reflujo?**

El **esófago** es un tubo que lleva el alimento de su boca al estómago. Si su hijo tiene reflujo, el alimento en su estómago vuelve al esófago.

- **¿Qué causa el reflujo en los bebés?**

Existe un músculo (el esfínter esofágico inferior) que actúa como una válvula entre el esófago y el estómago. Cuando su bebé traga, este músculo se relaja para permitir que los alimentos pasen del esófago al estómago. Por lo general, este músculo permanece cerrado y el contenido del estómago no regresa al esófago.

En los bebés que tienen reflujo, el músculo del esfínter esofágico inferior no está totalmente desarrollado y por ello el contenido del estómago regresa al esófago. Esto hace que su bebé regurgite o "devuelva" la leche. Esto es normal antes de los 3 ó 4 meses, una vez que su esfínter se desarrolla por completo, su bebé ya no debería regurgitar.

- **¿Qué tan común es el reflujo en los bebés?**

El reflujo es muy común en los bebés. Cerca de la mitad de los bebés es normal que regurgitan varias veces al día durante los primeros 3 meses de vida.

Algunos bebés de cuatro meses aun la padecen, es prudente esperar hasta lo 6 meses antes de consultar al pediatra.

- **Los síntomas del reflujo son:**

En los bebés, el principal síntoma de reflujo es regurgitar (devolver la leche).

Si el bebé tiene los siguientes síntomas hay que llevarlo al pediatra incluso antes de lo 6 meses:

- ✓ Cólico: Llanto que dura más de tres horas al día sin causa médica
 - ✓ Tos
 - ✓ Arcadas o problemas para tragar
 - ✓ Irritabilidad, especialmente después de comer
 - ✓ Comer poco o negarse a comer
 - ✓ Poco aumento de peso o pérdida de peso
 - ✓ Sibilancias o problemas para respirar
 - ✓ Vómitos fuertes o frecuentes
-
- **¿Qué cambios en la alimentación pueden ayudar a tratar el reflujo del bebé?**
- ✓ Agregue cereal de arroz al biberón de leche materna.
 - ✓ Haga eructar a su bebé cada una a dos onzas de fórmula. Si amamanta, hágalo después de darle cada pecho
 - ✓ No lo alimente demasiado: Dele a su bebé la cantidad de leche materna que lo satisfaga.
 - ✓ Mantenga a su bebé en posición vertical durante 30 minutos después de las comidas
 - ✓ Si usa fórmula y su médico piensa que su bebé puede ser sensible a las proteínas de la leche, su médico puede sugerir cambiar la fórmula. No cambie fórmulas sin hablar con el médico, No olvide que la mejor leche para su bebé es la leche materna, si tiene problemas para producirla o mantener el flujo estable tome Neolactin.