

ESOFAGITIS EOSINOFÍLICA

TRATAMIENTO

No existe una cura para la esofagitis eosinofílica. Los tratamientos pueden ayudar con sus síntomas y evitar daños mayores. Los dos tipos principales de tratamientos son medicamentos y dieta.

Los medicamentos utilizados para tratarla son:

- **Corticoides:** Pueden ayudar a controlar la inflamación. Por lo general, estos son corticoides (esteroides) tópicos (de aplicación directa), que se toman a través de un inhalador o en forma líquida. En ocasiones, los médicos recetan esteroides orales (píldoras) para tratar a las personas que tienen problemas graves de deglución o pérdida de peso. Estos fármacos se toman tras el desayuno y la cena (antes de acostarse). No se puede comer ni beber durante los 30 a 45 minutos posteriores a su administración porque cualquier alimento “arrastraría” el fármaco rápidamente hasta el estómago impidiendo realizar su función en las paredes del esófago. Durante el tratamiento con budesonida, no debe tomarse pomelo ni zumo ya que impide el funcionamiento de una enzima que metaboliza el fármaco pudiendo producir efectos secundarios.
- **Inhibidores de la bomba de protones:** Como el omeprazol, esomeprazol o lansoprazol. Se utilizan a dosis dobles que las empleadas para tratar la enfermedad de reflujo. Inicialmente se administran cada 12 horas.
- **Anticuerpos monoclonales:** Pueden reducir la inflamación y ayudar a tragar. Se pueden usar en adultos y niños mayores de 12 años.

TRATAMIENTO DIETÉTICO

El tratamiento dietético es el único que se dirige a la causa de la enfermedad. El objetivo final es identificar qué alimento o alimentos desencadenan la inflamación esofágica y eliminarlos de la dieta a largo plazo. La estrategia incluye inducir la remisión clínica e histológica con una dieta más restrictiva inicial, seguida de una introducción secuencial de alimentos con controles clínicos y endoscópicos para identificar los alimentos causantes. La ventaja del tratamiento dietético radica en la posibilidad de mantener la remisión a lo largo plazo y evitar los posibles efectos adversos de los fármacos. Sin embargo, hay que tener en cuenta que podría conllevar un deterioro en la calidad de vida, aunque no se dispone de ningún estudio cuyo objetivo primario haya sido evaluar el efecto en la calidad de vida a lo largo de un tratamiento dietético.

Es necesario valorar la viabilidad de la terapia dietética en pacientes que ya siguen dietas restrictivas por alergia a alimentos mediada por IgE. El tratamiento dietético requiere motivación por parte de los pacientes y sus familiares, en general hay una peor adherencia a las dietas en los adolescentes.

DILATACIÓN

Si se produce un estrechamiento grave del esófago, es posible que el médico recomiende la dilatación. La dilatación puede ayudar a que tragar sea más fácil. La dilatación se puede usar cuando los esteroides no funcionan. También puede ser una opción para evitar el uso continuo de medicamentos.

ESTILO DE VIDA

Si presentas acidez estomacal a menudo, los siguientes cambios en el estilo de vida pueden ayudar a reducir la frecuencia o la gravedad de los síntomas:

- **Mantén un peso saludable:** El sobrepeso presiona el vientre, empuja el estómago hacia arriba y hace que el ácido regrese al esófago. Si tienes un peso saludable, procura mantenerlo. Si tienes sobrepeso u obesidad, procura bajar de peso gradualmente, no más de 1 kilo a la semana.
- **Evitar los alimentos y las bebidas que desencadenen la acidez estomacal:** Los desencadenantes frecuentes, tales como los alimentos grasos o frituras la salsa de tomate, el alcohol, el chocolate, la menta, el ajo, la cebolla y la cafeína, pueden empeorar la acidez estomacal. Evita los alimentos que sabes que desencadenarán acidez estomacal.
- **Eleva la cabecera de la cama:** Si tienes acidez estomacal regularmente por la noche o mientras intentas dormir, aprovecha la ley de gravedad. Coloca bloques de madera o cemento debajo de la cama para elevar la cabecera (entre 152 a 228 mm). Si no es posible elevar la cama, se puede poner una cuña entre el colchón y el somier para levantar el cuerpo de de la cintura hacia arriba.