

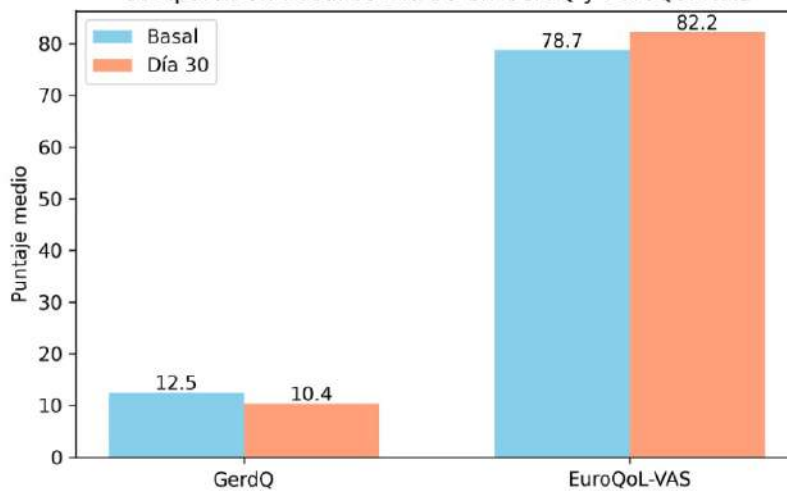
81 RESPUESTA CLÍNICA A LA RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA EN EL REFLUJO GASTROESOFÁGICO: EXPERIENCIA INICIAL

congastro2025-81

Squella F.^{1,2,3}, Bustos V.³, Orellana A.³. ¹Clinica Indisa, Santiago, Chile; ²CEDIF, Santiago, Chile; ³Universidad Andrés Bello Santiago, Chile.

Introducción: La enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE) es una afección prevalente, los síntomas típicos se presentan en hasta el 33 % de la población adulta. Aunque los inhibidores de bomba de protones (IBP) son la terapia de primera línea, alrededor del 30 % de los pacientes no logra controlar sus síntomas. Esta limitada eficacia farmacológica ha motivado la búsqueda de estrategias complementarias. La respiración diafragmática fortalece el esfínter esofágico inferior y podría reducir el reflujo al incrementar su presión; ensayos previos han mostrado disminuciones de 2-3 puntos en GerdQ y una respuesta clínica > 60 %. **Objetivo:** Evaluar la respuesta clínica de la respiración diafragmática en adultos ERGE sin uso de IBP. **Material y Métodos:** Ensayo cuasi experimental con 21 pacientes de edad 43 + 8 años. Se aplicaron GerdQ y EuroQoL-VAS al inicio y día 30. Los participantes realizaron 2 sesiones diarias de 20 min durante 30 días. Se compararon los cambios con t pareada. Se registró el uso de antiácidos de rescate. **Resultados:** GerdQ bajó de 12,5 ± 1,2 a 10,4 ± 1,3 (? = -2,14 ± 0,73; p < 0,001). EuroQoL-VAS subió de 78,7 ± 6,8 a 82,2 ± 5,7 (? = +3,5 ± 1,8; p < 0,001). Diecinueve pacientes (90 %) redujeron >2 puntos. El uso promedio de antiácidos fue 4,5 ± 1,5 dosis (3-8). La adherencia fue 88 %. **Conclusión:** La respiración diafragmática mejoró los síntomas y la percepción de salud en pacientes con ERGE sin uso de IBP. Esto sugiere que la técnica podría ser una estrategia complementaria segura; se requieren estudios controlados para confirmar su beneficio.

Comparación Basal vs Día 30 en GerdQ y EuroQoL-VAS



Variable	Basal (media ± DE)	Día 30 (media ± DE)	Cambio (Δ ± DE)	p-valor
GerdQ (0-18)	12,52 ± 1,17	10,38 ± 1,32	-2,14 ± 0,73	p < 0,001
EuroQoL-VAS (0-100)	78,71 ± 6,77	82,24 ± 5,67	+3,52 ± 1,81	p < 0,001
Antiácidos (total 30 días)	—	4,48 ± 1,47 (3-8)	—	—