





Medicina Natural¹

Acidez de estómago

La acidez de estómago o pirosis es una sensación de quemazón en el estómago o esófago producido por el reflujo de los ácidos gástricos que no son detenidos por la válvula esofágica, encargada de controlar el paso entre el esófago y estómago.

Síntomas:

-  Dolor estomacal.
-  Flatulencias.
-  Acidez.
-  Reflujo de los ácidos gástricos hacia el esófago.

Causas:

- 1) Gastritis. Consiste en la inflamación del estómago, la que puede ser:
 - a) Aguda: inflamación que se produce repentinamente.
 - b) Crónica: es aquella que persiste durante mucho tiempo.
- 2) Hernia de hiato. Consiste en la introducción de una parte del estómago hacia el tórax a través del diafragma.
- 3) Debilitamiento de la válvula esofágica que divide al esófago del estómago.
- 4) Ingestión de alimentos no adecuados, drogas, alcohol o medicamentos.

¹ Datos extraídos de internet

Tratamiento 😊:



Infusiones de plantas naturales tales como: salvia, manzanilla, albahaca o laurel.



Consumir vitamina B1 (tiamina) y vitamina B4 (ácido pantoténico).



Truco: para detenerla momentáneamente resulta útil comer una manzana o una zanahoria, beber un poco de leche o una cucharada de aceite crudo.

CONSEJOS

- a. Evitar las comidas copiosas, aceitosas, fritos y picantes.
- b. No fumar ni consumir bebidas alcohólicas.
- c. No dormir siesta después de las comidas.
- d. Comer mucha fruta fresca.