

# Tips de Salud

## CUIDADO con la gastritis



La gastritis consiste en la inflamación de las paredes internas del estómago, el cual se produce por el consumo de determinados elementos, el mal uso de ciertos medicamentos o, incluso, la presencia de las bacterias *Helicobacter pylori*.

Este mal se divide en dos tipos: la gastritis aguda, la cual se produce en cuestión de horas o días, y la gastritis crónica, la cual suele tener un desarrollo más prolongado. Los síntomas varían en cada paciente, pero lo más común es: dolor en la boca del estómago, ardor en el abdomen, hinchazón del vientre, eructos constantes, náuseas, vómitos, entre otros.

El gran riesgo de la gastritis radica en que puede devenir en una úlcera o, peor aún, cáncer de estómago. Por ello, la labor de prevención resulta clave, en tal sentido, se recomienda seguir una dieta balanceada, evitar el consumo de alcohol, condimentos fuertes, entre otras pautas.

**PEDRO LARREA**  
Gastroenterólogo de Clínica Internacional