

# Bruciore di stomaco: cause, sintomi, diagnosi, cura e prevenzione di un fastidioso disturbo

**Autore:** Staff Siciliafan

**Data:** 31 Marzo 2014



**Immagine** Il fastidioso **bruciore di stomaco**, tecnicamente definito “**pirosi**” o “**acidità gastrica**”, affligge ben il 20% degli Italiani e può ripercuotersi non solo sulla salute in genere, ma anche sulla qualità della vita e sui rapporti sociali, dato che milioni di individui hanno a che fare con il “fuoco interno” che brucia in molti momenti della giornata. Normalmente la **parete dello stomaco** è protetta dall’azione dei **succhi gastrici** da un doppia barriera: quella fisica, costituita dal muco, che isola fisicamente la superficie della parete gastrica dal contatto con acido cloridrico ed enzimi; quella chimica, rappresentata da uno strato di bicarbonato che neutralizza l’acido cloridrico prima che possa intaccare le cellule della mucosa. Il bruciore di stomaco, più che una patologia, è un **sintomo legato a patologie “acido-correlate” (ulcera, gastrite, reflusso gastroesofageo).**

**CAUSE:** L’azione protettiva delle barriere summenzionate è resa meno efficace da **cause interne** (eccessiva produzione di pepsina (enzima digestivo); eccessiva produzione di acido cloridrico (necessario per la funzione digestiva) da parte dello stomaco) o da **cause esterne** (abusi alimentari, fumo, infezioni locali (*Helicobacter Pylori* ); stress). Il bruciore di stomaco può essere **causato o peggiorato dalla gravidanza e da diversi farmaci** (es. calcio-bloccanti per l’alta

pressione sanguigna, progestinici per l'anormale sanguinamento mestruale o la pillola contraccettiva; anticolinergici per il mal di mare, alcuni broncodilatatori per l'asma; antidepressivi triciclici; dopamina per il morbo di Parkinson; sedativi per insonnia o ansia; betabloccanti per la pressione alta o malattie cardiache).

**SINTOMI:** Si tratta di **sensazione di bruciore all'altezza del petto**; sensazione che può diffondersi fino a gola, mascella, braccia o sulla schiena: ecco perché il bruciore di stomaco è spesso scambiato per dolore toracico o per un attacco di cuore. Generalmente si verifica dai 30 ai 60 minuti dopo i pasti, peggiora quando si è sdraiati o piegati in avanti; è alleviato dalla posizione eretta edalla deglutizione di saliva. Se delle piccole quantità di acido dello stomaco o di cibo arrivano, al di là dell'esofago, fino alla bocca, il soggetto può avvertire un sapore amaro o acido dovuto al **rigurgito** (comune dopo i pasti, soprattutto se la persona è sdraiata, chinata o sotto sforzo), ma l'acido può colpire anche le vie respiratorie, provocando **asma, raucedine, tosse cronica, mal di gola o mal di denti**. Se il reflusso acido si protrae per lunghi periodi, l'esofago viene danneggiato e si possono avere difficoltà di deglutizione. Si possono verificare **perdita di peso e disidratazione**; molto raramente **l'esofago può sanguinare e ulcerarsi**. Nei casi più gravi, la persona può vomitare sangue o avere piccole quantità di sangue nelle feci.

**DIAGNOSE E'** necessario **rivolgersi al medico**: se il bruciore di stomaco si verifica più di 2 volte a settimana; se i sintomi persistono nonostante l'uso di farmaci; se si ha difficoltà a deglutire. Per **diagnosticare la pirosi gastrica** si effettuano: **monitoraggio del ph esofageo**, che può essere utilizzato per documentare il reflusso in tempo reale (in cui viene inserita una sonda attraverso il naso, nell'esofago, per registrare il livello di acidità dell'esofago inferiore); **manometria**: in questo test viene fatto passare attraverso la bocca nell'esofago un sensore di pressione (manometro) per misurare direttamente la pressione dello sfintere esofageo inferiore; **endoscopia**: la mucosa esofagea può essere visualizzata direttamente passando un tubo sottile e illuminato con una piccola telecamera (endoscopio), collegata attraverso la bocca per esaminare l'esofago e lo stomaco; **biopsia**: con cui viene rimosso dall'esofago un piccolo campione di tessuto, che viene studiato per controllare l'infiammazione, il cancro o la presenza di altri problemi.

### **BRUCIORE 3**

**CURA:** Il **trattamento farmacologico** si basa su: antiacidi, che aiutano a neutralizzare l'acido prodotto dallo stomaco; antagonisti dei recettori H2 dell'istamina, che riducono la produzione di acido gastrico; inibitori della pompa protonica, che bloccano la produzione di acido gastrico e aiutano a guarire l'esofago; antibiotici, che sono usati se è presente l'*Helicobacter pylori*. I pazienti con la malattia da reflusso gastroesofageo che non rispondono bene alla terapia farmacologica possono sottoporsi a una procedura chiamata **funduplicatio laparoscopica**. Si tratta di un intervento chirurgico mininvasivo indicato per la cura della malattia da reflusso gastroesofageo, che migliora l'efficacia dello sfintere gastroesofageo, evitando che i succhi gastrici risalcano nell'esofago. Si ricorre a tale procedura: in caso di fallimento della terapia medica; se il reflusso ha danneggiato il rivestimento interno dell'esofago (mucosa); in caso di ernia iatale sintomatica e di rigurgito cronico.

**PREVENZIONE:** Il bruciore di stomaco può essere eliminato con una **corretta alimentazione**, imparando a mangiare. Chi soffre di questo disturbo deve evitare: aglio, cipolla, caffè, pomodoro crudo, agrumi, alimenti piccanti, vino, pizza, bevande gassate e gomme americane, salse, sottaceti, succhi di frutta. Sono consigliati pasta, riso, pollo, pesce, mele, pere, lattuga, carote e zucchine. E' fondamentale **masticare lentamente e frazionare l'alimentazione giornaliera in 5 piccoli pasti, evitando i pasti abbondanti**, non coricandosi né facendo sforzi a stomaco pieno. Consigliate anche le **tisane a base di erbe**: le migliori sono quelle di malva, camomilla, melissa, zenzero fresco (la radice), finocchio e menta (quest'ultima è sconsigliata in caso di ulcera peptica o ernia iatale), gli estratti di ficus e di liquirizia. Per spegnere l'acidità si può usare il **bicarbonato di**

**sodio** (ne basta mezzo cucchiaino in un bicchiere d'acqua quando ne sentiamo le necessità).

Caterina Lenti

MeteoWeb

---

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/bruciore-stomaco-cause-sintomi-diagnosi-cura-prevenzione-fastidioso-disturbo/>

Generato il 12/06/2026