

ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALTA

LO QUE NECESITAS SABER ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE TU PROCEDIMIENTO

Dr. Octavio López

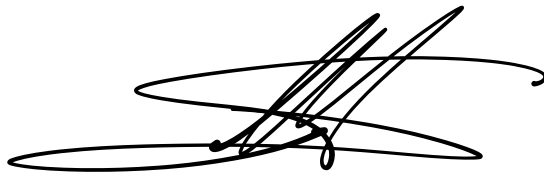


1ra Edición

Carta a mis pacientes

Querido paciente:

“Gracias por brindarme tu confianza. Cada encuentro contigo me hace crecer, me recuerda que mi verdadera misión como médico es servir y me inspira a ser una mejor persona cada día.”

A stylized, handwritten signature in black ink, featuring several overlapping loops and a long horizontal stroke at the bottom.

*Con gratitud,
Dr. Octavio López*

Citas al

Celular: +52 663-127-7488

Correo: contacto@doctoroctaviooficial.com

Página Web: www.doctoroctaviooficial.com

Playa Del Carmen, Q. Roo, México a 05 de Octubre del 2025.

PROLOGO



Es un verdadero honor poner en tus manos esta guía. La he preparado pensando en ti y en cada uno de mis pacientes, con la intención de que encuentres respuestas claras, confianza y acompañamiento en un momento tan importante como lo es decidir sobre tu salud.

A lo largo de mi vida he tenido la oportunidad de formarme como cirujano en diferentes ciudades de México, aprender de grandes maestros y atender a miles de pacientes que me han enseñado que detrás de cada cirugía hay una historia de vida. Más allá de la técnica, he confirmado que sanar también significa escuchar, acompañar y dar seguridad.

Esta guía no busca abrumarte con términos médicos complicados. Está diseñada para que entiendas, paso a paso, qué esperar de un procedimiento, cuáles son sus beneficios y qué cuidados debes tener antes y después. Mi deseo es que al leer estas páginas sientas que cuentas con un guía cercano que camina contigo en cada etapa de tu tratamiento.

He dedicado mi carrera a la cirugía mínimamente invasiva, en especial a la bariátrica y metabólica, convencido de que estas técnicas no solo transforman el cuerpo, sino también la vida de las personas. Mi compromiso es que encuentres aquí información confiable que te dé tranquilidad y, sobre todo, la certeza de que no estás solo en este proceso.

Gracias por darme la oportunidad de acompañarte con esta guía. Espero que cada página sea para ti una herramienta que te acerque a lo más valioso: tu salud y tu bienestar.

.- Dr. Octavio López

INDICE

Contenido

¿Qué es una endoscopia digestiva alta?

Un poco de historia

¿Cómo decido cuándo hacer una endoscopia digestiva alta?

Beneficios de hacerte una endoscopia digestiva alta

¿Cómo prepararte para tu endoscopia digestiva alta?

¿Cuánto dura la endoscopia digestiva alta y qué pasa ese día?

Después de tu endoscopia digestiva alta

ENDOSCOPIA DIGESTIVA ALTA

LO QUE NECESITAS SABER ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DE TU PROCEDIMIENTO

Dr. Octavio López

Resumen

Esta guía está dirigida a ti si estás por realizarte una endoscopia digestiva alta o ya la llevaste a cabo. Aquí se explica qué es este estudio, cómo se realiza y por qué es una herramienta tan importante para diagnosticar problemas del esófago, estómago y duodeno. También encontrarás información sobre la preparación previa, lo que ocurrirá el día del procedimiento y los cuidados posteriores inmediatos. La guía te orientará sobre las sensaciones normales que puedes presentar, como leve dolor de garganta o distensión, y cuáles son las señales de alarma que deben vigilarse tras el estudio. El objetivo es que tengas claridad, confianza y tranquilidad en cada etapa, entendiendo que la endoscopia es un procedimiento seguro y fundamental para cuidar tu salud digestiva.

¿Qué es una endoscopia digestiva alta?

La endoscopia digestiva alta es uno de los estudios más valiosos que tenemos en medicina para observar directamente el interior de tu aparato digestivo superior. A través de una cámara delgada y flexible —conocida como endoscopio— podemos explorar de forma segura y detallada tu esófago, estómago y duodeno (la primera parte del intestino delgado), en busca de lesiones, inflamación o alteraciones estructurales que expliquen tus síntomas.

Este procedimiento se realiza bajo sedación, por lo que estarás relajado(a) y sin molestias durante toda la exploración. La cámara se introduce por la boca y avanza cuidadosamente, transmitiendo imágenes en tiempo real a un monitor de alta definición. Gracias a esta visualización directa, podemos diagnosticar condiciones como gastritis, úlceras, esofagitis, hernia hiatal, esófago de Barrett o tumores, entre muchas otras.

Además de observar, durante la endoscopia también podemos tomar pequeñas biopsias si se requiere estudiar alguna zona con más detalle. Estas muestras no duelen ni dejan secuelas, y pueden ser fundamentales para confirmar el diagnóstico de enfermedades inflamatorias o precancerosas.

Una de las grandes ventajas de este estudio es su precisión: no depende de suposiciones ni imágenes indirectas, sino que nos permite ver exactamente lo que está ocurriendo por dentro, en el momento. Y al no implicar radiación, es totalmente seguro, incluso en pacientes que requieren estudios repetidos o seguimiento a largo plazo.

En pocas palabras, la endoscopia digestiva alta no es solo un estudio:

Es una herramienta clave para entender los síntomas, confirmar diagnósticos importantes y tomar decisiones médicas con mayor certeza y personalización.

Si presentas molestias digestivas como acidez, reflujo, náusea, sensación de nudo en la garganta, dificultad para tragar, ardor o dolor en la boca del estómago, esta exploración puede ser el primer paso para encontrar una solución definitiva.

Como tu cirujano, mi compromiso es ofrecerte no solo un tratamiento efectivo, sino un diagnóstico claro, honesto y basado en evidencia. La endoscopia es parte fundamental de ese camino.

Un poco de historia

La endoscopia digestiva alta no es un procedimiento nuevo ni experimental: es el resultado de más de siete décadas de avances médicos enfocados en diagnosticar, tratar y prevenir enfermedades del esófago, estómago y duodeno. Hoy es una de las herramientas más seguras, útiles y precisas en la gastroenterología moderna.

Sus orígenes se remontan a la década de 1950, cuando se utilizaron los primeros endoscopios rígidos para observar el interior del tubo digestivo superior. Aunque rudimentarios y limitados, representaron el inicio de una revolución diagnóstica. El gran salto vino en los años 60 y 70 con la introducción de los endoscopios flexibles de fibra óptica, que permitieron explorar con mayor detalle y comodidad para el paciente.

Con el paso de los años, la endoscopia fue perfeccionándose en múltiples aspectos: mejor calidad de imagen, posibilidad de tomar biopsias de manera sencilla, extracción de cuerpos extraños y control de sangrados digestivos. A partir de los años 80 y 90, la incorporación de cámaras de video y posteriormente de alta definición consolidó este estudio como una herramienta de primera línea en la práctica clínica.

Otro cambio trascendental fue la mejora en la tolerancia del procedimiento gracias al uso de sedación consciente, lo que transformó la experiencia del paciente y facilitó su realización como estudio ambulatorio. Paralelamente, el desarrollo de técnicas terapéuticas como la dilatación de estenosis, la colocación de prótesis y la erradicación de lesiones sangrantes convirtió a la endoscopia en mucho más que un método de observación: en un recurso de tratamiento inmediato.

Hoy en día, la endoscopia digestiva alta es fundamental para detectar de forma temprana enfermedades como la gastritis crónica, úlceras, esófago de Barrett o incluso cáncer gástrico en etapas iniciales. Además, permite realizar procedimientos terapéuticos mínimamente invasivos que pueden evitar cirugías mayores.

En resumen, la historia de la endoscopia digestiva alta es la de una técnica que ha evolucionado de manera constante, integrando innovación tecnológica con visión preventiva y terapéutica. Lo que comenzó como una forma limitada de mirar dentro del tubo digestivo superior, hoy es una de las estra-

tegias más efectivas para diagnosticar, tratar y dar tranquilidad a millones de pacientes en todo el mundo, con un objetivo claro: cuidar tu salud desde adentro hacia afuera.

¿Cómo decido cuándo hacer una endoscopia digestiva alta?

Una de las preguntas más frecuentes que recibo en consulta es:

“Doctor, ¿necesito una endoscopia?”

Y aunque puede parecer una pregunta sencilla, la respuesta requiere una valoración médica cuidadosa. No todas las molestias digestivas justifican una endoscopia inmediata, y no todas las personas presentan síntomas típicos cuando existe una enfermedad en el esófago o el estómago. Por eso, mi responsabilidad como médico es evaluar tu caso con base en criterios clínicos claros, actualizados y respaldados por la mejor evidencia científica.

Para tomar esta decisión, me guío por las recomendaciones de asociaciones internacionales como la American College of Gastroenterology (ACG), la American Society for Gastrointestinal Endoscopy (ASGE) y la Society of American Gastrointestinal and Endoscopic Surgeons (SAGES), que han establecido guías clínicas sobre cuándo, cómo y para qué realizar una endoscopia digestiva alta.

Estas guías nos ayudan a identificar si tus síntomas —como acidez frecuente, dolor o ardor en el pecho, náusea persistente, dificultad para tragar, sensación de comida atorada, vómito con sangre, o pérdida inexplicada de peso— son señales de alarma que justifican explorar directamente el interior del tubo digestivo. También consideramos si existen antecedentes personales o familiares de enfermedades como úlceras, hernia hiatal, gastritis crónica, esofagitis, o lesiones premalignas como el esófago de Barrett.

En ocasiones, la endoscopia también se indica aunque no haya síntomas graves, como parte del protocolo de estudio en pacientes con reflujo de larga evolución, con mal control a pesar del tratamiento, o antes de decidir si eres candidato(a) para cirugía antirreflujo. Igualmente, se utiliza para tomar biopsias que ayudan a confirmar diagnósticos como infección por *Helicobacter pylori*, celiaquía o gastritis atrófica.

Además de tus síntomas, también tomo en cuenta tu edad, tus antecedentes médicos, el uso prolongado de medicamentos como antiinflamatorios o

aspirina, y cualquier otro factor de riesgo que justifique hacer el estudio.

En resumen:

- No todos los dolores de estómago requieren una endoscopia.
- No toda acidez es reflujo, y no todo reflujo es igual.
- Y no todas las personas necesitan el mismo estudio al mismo tiempo.

Mi compromiso como tu médico es ofrecerte una valoración honesta, individualizada y basada en guías internacionales, para saber con certeza si necesitas una endoscopia, cuándo es el mejor momento para hacerla y qué esperamos encontrar. Si el estudio está indicado, lo realizaremos con seguridad, precisión y el acompañamiento que mereces en cada paso del proceso.

Beneficios de hacerte una endoscopia digestiva alta

La endoscopia digestiva alta es uno de los estudios más valiosos en medicina moderna para evaluar directamente el interior de tu esófago, estómago y duodeno. A través de este procedimiento mínimamente invasivo, podemos identificar causas de síntomas como acidez, ardor, dolor abdominal, náusea persistente, dificultad para tragar o incluso sangrados digestivos que a veces pasan desapercibidos.

Uno de los principales beneficios de realizarte este estudio es la precisión diagnóstica: a diferencia de estudios de imagen como rayos X o ultrasonidos, la endoscopia permite ver en tiempo real y con alta definición el revestimiento interno de tu aparato digestivo. Esto nos permite detectar desde una simple gastritis hasta úlceras, hernias hiatales, esofagitis, pólipos o lesiones premalignas que, si no se tratan a tiempo, podrían evolucionar.

Además, si encontramos alguna alteración sospechosa, durante el mismo estudio podemos tomar biopsias sin dolor, lo cual permite un diagnóstico exacto en el laboratorio. Esto es especialmente útil para descartar infecciones como *Helicobacter pylori*, detectar intolerancias como la celiaquía o diagnosticar condiciones más complejas como el esófago de Barrett.

Desde un punto de vista preventivo, la endoscopia también cumple un rol fundamental. Muchas personas viven con síntomas leves durante años sin saber que su esófago está siendo dañado por el reflujo crónico o que su estómago tiene alteraciones que merecen tratamiento específico. Al hacer una

endoscopia, no solo entendemos qué está causando tus molestias, sino que prevenimos complicaciones mayores a largo plazo.

El procedimiento es ambulatorio, rápido y seguro. Dura aproximadamente entre 10 y 20 minutos, se realiza bajo sedación consciente (no te enteras de nada) y puedes regresar a casa el mismo día. Gracias a los equipos modernos de alta definición y a la experiencia del equipo médico, el estudio se realiza con gran precisión y mínimo riesgo.

Los pacientes que se hacen una endoscopia digestiva alta suelen sentir tranquilidad al tener un diagnóstico claro y un plan de tratamiento certero. Ya no se trata de suposiciones ni tratamientos a ciegas: la endoscopia ofrece respuestas reales, basadas en lo que se ve directamente dentro de tu cuerpo.

En resumen, hacerte una endoscopia digestiva alta no solo aclara tus síntomas, sino que protege tu salud a largo plazo. Es una herramienta diagnóstica, preventiva y estratégica, que nos permite tomar decisiones más acertadas sobre tu tratamiento. Y si algo requiere intervención, lo sabremos a tiempo.

Como siempre, estaré contigo para explicarte cada paso, resolver tus dudas y ayudarte a tomar decisiones informadas que te permitan vivir con más salud, más certeza y más tranquilidad.

¿Cómo prepararte para tu endoscopia digestiva alta?

La endoscopia digestiva alta es uno de los estudios más valiosos en medicina digestiva, ya que nos permite ver directamente el interior del esófago, estómago y duodeno. A través de una cámara delgada y flexible que se introduce por la boca, podemos detectar inflamaciones, úlceras, hernias hia-tales, sangrados o cualquier alteración que explique tus síntomas. Pero para que esta herramienta funcione correctamente, necesitamos que tú también te prepares adecuadamente.

Aunque es un estudio ambulatorio, rápido y poco invasivo, no significa que sea trivial. Tu cuerpo debe estar en condiciones óptimas para que podamos observar cada detalle con claridad y precisión. Por eso, una buena preparación comienza desde los días previos al procedimiento.

Uno de los puntos más importantes es tu alimentación en las dos semanas anteriores. Para que los resultados del estudio sean confiables, te pediré evitar alimentos que por sí solos pueden inflamar la mucosa gástrica o esofági-

ca, y generar hallazgos engañosos. Esto incluye suspender el alcohol, el café, los alimentos muy condimentados, picantes, ácidos o altamente irritantes. La razón es muy sencilla: estos productos pueden generar inflamación local aunque no tengas una enfermedad de fondo, y al hacer la endoscopia podríamos confundir una irritación por dieta con un problema clínico real. [Puedes consultar aquí una lista detallada de alimentos que debes evitar antes de tu endoscopia.](#)

En cuanto a los medicamentos para la acidez, gastritis o reflujo —como omeprazol, pantoprazol o similares— es posible que te indique suspenderlos por al menos dos semanas antes del estudio, sobre todo si sospechamos la presencia de *Helicobacter pylori*. Al reducir la acidez, estos fármacos pueden ocultar los signos de esta infección y disminuir la sensibilidad de las biopsias. Pero sé que suspenderlos también puede aumentar tus molestias, por eso no es una regla general para todos. Durante la consulta, evaluaré tu caso de forma personalizada y te haré saber si es necesario detenerlos o no.

Si tomas otros medicamentos crónicos como antihipertensivos, antidiabéticos o anticoagulantes, también revisaremos si es necesario hacer algún ajuste antes del procedimiento. No suspendas nada por tu cuenta. Todo lo revisaremos juntos y con responsabilidad médica.

La noche anterior, es importante que cumplas con un ayuno total de al menos 8 horas antes del estudio. Esto significa no comer ni beber absolutamente nada, ni siquiera agua, chicles o pastillas. Acude con ropa cómoda, sin maquillaje, sin esmalte de uñas, sin joyería o prótesis removibles, y con la compañía de un familiar o persona de confianza, ya que al recibir sedación no podrás manejar ni regresar solo(a) a casa.

Durante el estudio, estarás dormido(a) con una sedación suave y segura, administrada por un anestesiólogo. No sentirás dolor ni molestia, y nosotros podremos revisar cada parte del tracto digestivo superior con alta precisión. Si observamos algo relevante, también podré tomar pequeñas biopsias en el mismo momento para analizarlas.

Prepararte para una endoscopia no es solo una lista de instrucciones: es el primer paso para tener un estudio útil, claro y confiable. Evitar alimentos irritantes, ajustar medicamentos y seguir las indicaciones al pie de la letra nos permite ver con exactitud qué está pasando dentro de ti. Como tu cirujano, estaré contigo en cada etapa, asegurándome de que este proceso no solo sea

seguro, sino que te acerque cada vez más a recuperar tu salud digestiva.

¿Cuánto dura la endoscopia digestiva alta y qué pasa ese día?

Saber con anticipación lo que ocurrirá el día de tu endoscopia digestiva alta es una de las mejores formas de disminuir la ansiedad, prepararte emocionalmente y confiar en cada parte del proceso. Desde tu llegada al hospital o centro médico, todo el equipo estará enfocado en brindarte una atención cálida, respetuosa y completamente segura.

Al llegar, te recibirán en el área de admisión y te pedirán que te cambies a una bata clínica. En la sala de preparación, el personal de enfermería canalizará una vena —generalmente en el brazo derecho— para poder administrarte los medicamentos que permitirán realizar el estudio sin molestias: una sedación suave y controlada para que te sientas relajado(a), sin dolor ni recuerdos desagradables del procedimiento.

Una vez preparado(a), un camillero te llevará al área de endoscopia. Allí te recibirá yo personalmente, junto con un equipo formado por el anestesiólogo, personal de enfermería e instrumentación. Todo estará listo para iniciar el estudio con profesionalismo, cuidado y respeto por tu tranquilidad.

La endoscopia digestiva alta tiene una duración promedio de 10 a 20 minutos. Sin embargo, si es necesario tomar biopsias, revisar con más detalle ciertas áreas, o si hay hallazgos inesperados, el procedimiento puede extenderse ligeramente. No te preocupes si tarda un poco más: el objetivo es obtener la mejor información posible para darte un diagnóstico claro y completo.

Después del estudio, pasarás a la sala de recuperación, donde permanecerás bajo observación médica por aproximadamente una hora, mientras los efectos de la sedación desaparecen por completo. No sentirás dolor; sólo podrías experimentar una leve sensación de aire en el estómago o garganta seca, que mejoran en pocas horas.

Una vez despierto(a) y sin molestias importantes, se te dará de alta para regresar a casa, siempre acompañado(a) por un familiar o persona de confianza, ya que no podrás manejar ni realizar actividades que requieran atención completa ese día. Antes de irte, te explicaré brevemente lo que observamos durante la endoscopia, y posteriormente, revisaremos los resultados finales —incluyendo biopsias si se tomaron— en tu siguiente consulta.

En resumen, aunque el estudio en sí es breve, el proceso completo —desde tu llegada hasta tu salida segura del hospital— puede tomar entre 2.5 a 3 horas. Durante todo ese tiempo, estarás en buenas manos: cuidado(a), vigilado(a) y acompañado(a) por un equipo altamente capacitado, con el compromiso de hacer que esta experiencia sea lo más cómoda, informada y positiva posible para ti.

Después de tu endoscopia digestiva alta

La endoscopia digestiva alta no termina cuando sales de la sala de procedimientos: el verdadero valor del estudio está en lo que aprendemos de él y en cómo adaptamos tu tratamiento en función de esos hallazgos. Por eso, después de realizarla, inicia una etapa igual de importante: el seguimiento, la interpretación de resultados y la toma de decisiones clínicas personalizadas para ti.

Ese mismo día, al terminar el procedimiento, te daré una impresión preliminar de lo que observamos en tu esófago, estómago o duodeno. Aquí mismo, en el consultorio o en tu habitación, te mostraré las fotografías que tomé del interior de tu sistema digestivo, explicándote con claridad qué encontré, cómo se ve por dentro tu intestino y qué significa cada hallazgo. Este momento es muy valioso, ya que también permite que tu familiar o acompañante pueda escuchar la explicación y ayudarte a entender mejor los siguientes pasos.

Con base en esa revisión, puedo hacer ajustes inmediatos a tu tratamiento actual, como suspender o reiniciar ciertos medicamentos, cambiar dosis o añadir un nuevo enfoque terapéutico que ayude a reducir tus síntomas y mejorar tu calidad de vida. Cada indicación estará adaptada a lo que vimos durante el estudio, pero también a tu historia clínica y a cómo te has sentido en las últimas semanas.

En algunos casos, durante la endoscopia se toman biopsias o muestras especiales. Estas no siempre indican la presencia de una enfermedad grave; muchas veces se toman de forma preventiva o para descartar infecciones como *Helicobacter pylori*, enfermedades inflamatorias o cambios celulares que no son visibles a simple vista.

Los resultados de estas biopsias suelen tardar entre 7 y 14 días en estar listos, ya que requieren ser analizados cuidadosamente en el laboratorio de

patología. En cuanto el laboratorio me envíe el informe completo, llegará directamente a mi consultorio. A partir de ese momento, te contactaré personalmente para informarte, agendar tu consulta de seguimiento y darte las siguientes indicaciones, siempre basadas en evidencia y adaptadas a ti.

Es importante tener paciencia durante este periodo. El tiempo de espera no es una demora innecesaria, sino un proceso necesario para obtener diagnósticos precisos y confiables. Si te sientes bien, puedes continuar con las recomendaciones generales que te haya dado ese día. Y si presentas alguna molestia inusual, sabes que cuentas conmigo para resolver cualquier duda.

En resumen:

- Ese mismo día te mostraré las imágenes de tu estudio y te explicaré todo con claridad, para ti y para tu acompañante.
- Podré hacer ajustes inmediatos a tu tratamiento según lo que hayamos visto.
- Si se tomaron biopsias, los resultados estarán listos en 1 a 2 semanas.
- Una vez que los tenga en el consultorio, te contactaré para agendar una cita de seguimiento y darte tu diagnóstico completo.
- Tu tratamiento será siempre personalizado, claro y con acompañamiento médico continuo.

Como tu cirujano, mi compromiso va más allá del procedimiento: es ayudarte a entender qué está pasando en tu sistema digestivo, darte respuestas claras y, sobre todo, guiarte con seguridad en cada paso hacia tu bienestar.

Controles después de tu endoscopia digestiva alta: ¿cuándo regresar?

Una vez realizada tu endoscopia digestiva alta, no termina ahí el proceso: al contrario, es el inicio de un plan de tratamiento más claro, preciso y efectivo. Con base en lo que observamos durante el estudio, ajustaré tus medicamentos y diseñaremos un seguimiento personalizado para asegurar que verdaderamente mejores y no regresen tus molestias.

En la mayoría de los casos, los controles posteriores se programan en tres momentos clave:

- A los 14 días: para revisar cómo vas con el tratamiento inicial y hacer

ajustes si es necesario.

- Al mes: para evaluar el avance de los síntomas y tu respuesta clínica.
- A los dos meses: para confirmar estabilidad, cierre de tratamiento o valorar próximos pasos.

Cada cita tiene un propósito específico y está pensada para acompañarte de forma cercana, sin dejar cabos sueltos.

Porque lo más importante no es solo detectar el problema, sino resolverlo contigo, paso a paso.

“Gracias por tomarte el tiempo de leer esta guía. Espero que lo que encontraste aquí te haya dado claridad y confianza para tu cirugía. Te deseo que todo salga muy bien, y recuerda que si aún tienes dudas estoy para apoyarte en www.doctoroctaviooficial.com, donde recibirás una atención personalizada.”



Sobre el Autor

El Dr. Octavio López, cirujano originario de Playa del Carmen, se formó en la Universidad Autónoma de Guadalajara y en la UABC de Tijuana, con Alta Especialidad en Cirugía Bariátrica y Metabólica. Con más de 3,000 procedimientos laparoscópicos y más de 300 cirugías bariátricas realizadas, combina experiencia clínica y trayectoria académica como autor, docente y conferencista. Su práctica se centra en la cirugía mínimamente invasiva y en el acompañamiento integral del paciente, siempre con un enfoque humano y seguro.

Para más información visita:
www.doctoroctaviooficial.com.