



GASTROENTERITIS AGUDA

La diarrea es un aumento del número de las deposiciones, siendo éstas más blandas y voluminosas de lo habitual. Puede acompañarse de vómitos, fiebre y dolor abdominal. La causa más frecuente son las infecciones. Pueden deberse a virus (como Rotavirus) o a bacterias (como Salmonella); también pueden deberse a intoxicaciones alimentarias.

¿ QUÉ HACER EN CASA ? :

- Debe ofrecer al niño líquidos con frecuencia, sobre todo tras deposiciones abundantes.
- No utilice preparados caseros.
- Siempre debe utilizar sueros de farmacia preparados para utilizar en estos casos. La solución líquida ya preparada de farmacia o la que usted prepare a partir del polvo en su casa, siguiendo las instrucciones del fabricante, contendrá una concentración de sales y azúcar que es la ideal para tratar esta enfermedad. Conserve estas soluciones frescas (en la puerta de la nevera).
- No obligue al niño a tomar estas soluciones. En general, cuando existe deshidratación, los niños beben estos preparados sin problema.
- Si tiene hambre y lo tolera, no es necesario ningún tipo de ayuno, puede comer lo que desee. Pero tendrá menos deposiciones si hace una dieta "astringente", sin forzar, ya que suelen perder el apetito. Los alimentos que se suelen tolerar mejor son: cereales, patata, pan, carne magra, verdura, pescado, yogur, fruta.



- Si el niño vomita con facilidad, dele suero en pequeñas tomas (una cucharada cada 5-10 minutos) aumentando la cantidad progresivamente según la tolerancia. Si sigue vomitando, se esperará 30-60 minutos sin beber nada.
- Si toma pecho, seguirá con sus tomas habituales, ofreciéndole suero de rehidratación entre las mismas. Si su hijo tiene menos de 6 meses y sólo toma leche, no es preciso que le dé una leche especial.
- Si tiene fiebre de más de 38 °C, tratarla con paracetamol
- Evite comidas flatulentas, con mucha grasa o azúcar (como Coca-cola, bebidas isotónicas, zumos sin diluir, etc.), que pueden aumentar la diarrea.
- La diarrea causada por una infección puede ser contagiosa, por lo que se debe mantener una higiene cuidadosa de manos, objetos etc.

¿CUÁNDO ACUDIR AL MÉDICO? :

- Si observa signos de deshidratación: es habitual que la orina sea algo más escasa y concentrada (más oscura), pero su ausencia, la ausencia de lágrimas, la boca y piel secas y los ojos hundidos son signos de deshidratación.
- Alteración del estado general, decaimiento, tendencia al sueño.
- Fiebre alta mal controlada con antitérmicos.
- Heces mezcladas con bastante sangre roja.
- Si los vómitos son persistentes, contienen bilis, sangre o parecen "posos de café".