



GASTROENTERITIS AGUDA

¿QUÉ ES LA GASTROENTERITIS?

La gastroenteritis es una infección que cursa con diarrea, es decir, con un aumento del número de deposiciones que, además, son más blandas. Generalmente, también provoca vómitos, fiebre y dolor abdominal.

¿QUÉ DEBE HACER EN CASA?

Hay que evitar la deshidratación:

- Cada vez que el niño defeca o vomita pierde líquido que hay que reponer bebiendo. Utilice los sueros hiposódicos de venta en farmacias.
- Si el niño vomita con facilidad tiene que tomar el suero despacio (una cucharada cada 5 minutos) aumentando la cantidad progresivamente según lo vaya tolerando.
- Cuando no vomite los líquidos, ofrézcale comida en pequeñas cantidades – sin forzarle - manteniendo el aporte de líquidos entre las tomas.

Plan de comidas:

- No es necesario ningún tiempo de ayuno. Desde el principio ofrézcale comida – sin forzarle –. En general, los niños con gastroenteritis tienen poco apetito.
- Si el niño está con lactancia materna debe continuar con ella aumentando el número de tomas.
- Los biberones de leche hay que hacerlos con el número de cacitos habitual, sin diluirlos más.
- La dieta astringente no es imprescindible, es suficiente una alimentación suave, apetecible para el niño. Los alimentos que se suelen tolerar mejor son: cereales (arroz, trigo), patata, pan, carne magra, verdura, pescado, yogur y fruta. Evite comidas flatulentas, con mucha grasa o azúcar.

¿CUÁNDO DEBE CONSULTAR EN UN SERVICIO DE URGENCIAS?

- Si el niño vomita mucho, no tolera sólidos, ni líquidos o vomita aunque no tome nada.
- Si los vómitos son verdosos, contienen sangre o parecen posos de café.
- Si el niño está adormilado, decaído, tiene mucha sed, llora sin lágrimas, orina poco o tiene los ojos hundidos.
- Si las deposiciones son muy líquidas, abundantes y frecuentes de tal manera que, el niño no es capaz de beber al mismo ritmo que pierde.

CUESTIONES IMPORTANTES

- No se debe utilizar soluciones caseras (limonada alcalina), ni refrescos comerciales para reponer las pérdidas producidas por las gastroenteritis.
- Son especialmente recomendables las soluciones de rehidratación que ya vienen preparadas.
- Si utiliza soluciones de rehidratación en polvo siga las instrucciones del producto. Asegúrese de que la cantidad de agua sea la correcta.
- El peligro de deshidratación es mayor cuanto más pequeño es el niño.
- No administre a su hijo medicamentos para la diarrea o los vómitos sin consultar con su pediatra.