



# Gastroenteritis aguda

La gastroenteritis es una **infección** que cursa con **diarrea**, es decir, con un aumento del número de deposiciones que, además, son más blandas o líquidas.

Generalmente, también provoca **vómitos, fiebre y dolor abdominal**.

## ¿QUÉ HACER EN CASA?



### Hay que evitar la deshidratación:

- **Cada vez** que el niño/a defeca o vomita pierde líquido que hay que reponer bebiendo.
- Utilizad los **sueros hiposódicos** de venta en farmacias.
- Si el niño/a **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, ofrecedle **comida en pequeñas cantidades** (sin forzarle) manteniendo el aporte de líquidos entre las tomas.

### Plan de comidas:

- No es necesario ningún tiempo de ayuno. Podéis ofrecerle **comida sin forzar**.
- Si el niño/a está con **lactancia materna** debe continuar con ella aumentando el número de tomas.
- Los biberones de leche hay que prepararlos con el número de cacitos **habitual**, sin diluirlos más.
- La dieta astringente no es necesaria. Es suficiente una **alimentación suave**, apetecible para el niño/a. Los alimentos que se suelen **tolerar** mejor son: cereales (arroz, trigo), patata, pan, carne magra, verdura, pescado, yogur y fruta. Evitad comidas flatulentas, con mucha grasa o azúcar.

## ASPECTOS IMPORTANTES



- **No** se debe utilizar soluciones caseras, ni refrescos comerciales.
- Son especialmente recomendables las **soluciones de rehidratación** que ya vienen preparadas.
- Si utilizáis soluciones de rehidratación en polvo seguid las **instrucciones** del producto. Aseguraos de que la cantidad de agua sea la correcta.
- El **peligro de deshidratación** es mayor cuanto más pequeño es el niño.
- **No** administréis a vuestro hijo/a medicamentos para la diarrea o los vómitos sin consultar con el equipo de Pediatría.

## ¿CUÁNDO LLAMAR AL SERVICIO DE PEDIATRÍA?



- Si el niño/a **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/a** está adormilado/a, decaído/a, tiene mucha sed, llora sin lágrimas, orina poco o tiene los ojos hundidos.
- Si las **deposiciones** son muy líquidas, abundantes y frecuentes.