

Gastroenteritis

Servei de Pediatria

Què és la gastroenteritis?

La gastroenteritis és una infecció que cursa amb diarrea, és a dir amb augment del nombre de deposicions que, a més, són més toves. Generalment, també provoca vòmits, febre i dolor abdominal.

Què heu de fer a casa?

Cal evitar la deshidratació

- Cada vegada que el nen fa deposicions o vomita, perd líquid que s'ha de reposar bevent. Utilitzeu els sèrums hiposòdics de venda a les farmàcies.
- Si el nen vomita amb facilitat ha de prendre el sèrum de mica en mica (una cullerada cada 5 minuts), i augmentar-ne la quantitat progressivament a mesura que el vagi tolerant.
- Quan no vomiti els líquids, oferi-li menjar en petites quantitats, sense forçar-lo, i mantingueu la ingesta de líquids entre els àpats.

Pla de menjars

- No cal cap temps de dejú. Des del principi li heu d'oferir menjar sense forçar-lo. En general, els nens amb gastroenteritis no tenen gaire gana.
- Si el nen està amb lactància maternal ha de continuar igual, i augmentar el número de preses. Els biberons de llet artificial s'han de fer amb el número de cullerades de llet habitual, sense diluir-los més.
- La dieta astringent no és imprescindible, és suficient una alimentació suau, que al nen li vingui de gust. Els aliments que s'acostumen a tolerar millor són: els cereals (arròs, blat), patata, pa, carn magra, verdura, peix, iogurt i fruita. Cal evitar dinars que produeixen gasos, aliments amb molts greixos i sucres.

Quan heu de consultar un Servei d'Urgències?

- Si el nen vomita molt, no tolera sòlids, ni líquids o vomita encara que no prengui res. Si els vòmits són verdosos, contenen sang o semblen marro de cafè o líquids tenyits de puntejat marró.
- Si el nen està endormiscat, moix, té molta set, plora sense llàgrimes, orina poc o té els ulls enfonsats.
- Si les deposicions són molt líquides, abundants i freqüents i impedeixen que el nen sigui capaç de beure al mateix ritme que perd.

Qüestions importants

- No utilitzeu solucions casolanes (llimonada alcalina), ni refrescs comercials per reposar les pèrdues produïdes per les gastroenteritis.
- Són especialment recomanables les solucions de rehidratació que ja estan preparades.
- Si utilitzeu solucions de rehidratació en pols heu de seguir les instruccions del producte. Assegureu-vos que la quantitat d'aigua sigui la correcta.
- El perill de deshidratació és més gran com més petit és el nen.
- No administreu al vostre fill medicaments per a la diarrea o els vòmits sense consultar-li al pediatre.

Gastroenteritis

Servicio de Pediatría

¿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 habituales, 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 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 deben 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.