

LA GASTROENTERITIS AGUDA

 Tu enfermera responde

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:

- Al defecar o vomita: reponer los líquidos. Sueros hiposódicos de farmacias.
- Si vomita con facilidad tomar el suero despacio (1 cucharada cada 5 minutos) aumentando la cantidad progresivamente según lo vaya tolerando.
- Cuando no vomite los líquidos: comida en pequeñas cantidades – sin forzarle – más líquidos entre las tomas.

Plan de comidas:

- No es necesario ayuno. Ofrezcale comida sin forzarle.
- No utilice soluciones caseras ni administre medicamentos al niño sin consultar con el pediatra.
- Si el niño está con lactancia materna debe continuar con ella aumentando el número de tomas.
- Los biberones de leche hacerlos con el nº 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.

Fuente: SOCIEDAD ESPAÑOLA DE URGENCIAS PEDIÁTRICAS.

