

GASTROENTERITIS RECOMENDACIONES:

¿Qué es la gastroenteritis?

Es un proceso que cursa con diarreas de comienzo brusco, con o sin náuseas, vómitos, fiebre o dolor de barriga. Su duración puede ser de hasta 7 días.

¿Qué hay que vigilar en un niño con diarrea?

- Pérdida excesiva de líquidos: llora sin lágrimas, ojos hundidos, boca seca, orina escasa, vómitos continuos, deposiciones numerosas y abundantes...
- Decaimiento, irritabilidad, mal control de la fiebre...
- Heces con abundante contenido de moco y sangre.

¿Qué debemos hacer?

- **Asegurar que toma líquidos y una dieta normal, únicos tratamientos para la diarrea.**

- **Líquidos que debe tomar:**

Recomendamos usar soluciones de farmacia (Isotonar®, Sueroral hiposódico®, Miltina electrolit®, OralSuer®®, Bebesales®...), ofrecer pequeñas tomas frecuentemente y tras deposiciones.

No recomendamos usar soluciones caseras, bebidas deportivas, coca-cola, zumos de frutas...

Si vomita no ofrecer nada hasta pasada 1 hora y sin forzar.

- **Alimentación:**

Comenzar lo antes posible su alimentación normal, sin forzar.

No retirar lactancia materna, no diluir leche.

Evitar alimentos rico en azúcares (zumos) y grasas (embutidos, fritos).

Alimentos recomendados: pan, pastas, arroz, patatas, cereales, yogures, frutas y verduras.

- **No recomendado tratamiento con fármacos** (antibióticos, antidiarreicos, antieméticos...)