

¿POR QUÉ...?

¿CUÁNTO...?

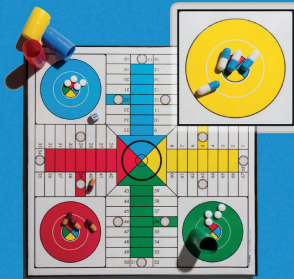
¿QUÉ...?

¿CÓMO...?

AYUDA!!

Gastroenteritis Aguda (Diarrea)

Tomar Antibióticos



No es un juego



Región de Murcia
Consejería de Salud

Servicio
Murciano
de Salud

F

G

H

I

J

K

L

M

N

O

¿Qué es la Gastroenteritis?

Es una enfermedad diarreica, de comienzo generalmente brusco, que puede estar acompañada de otros síntomas como náuseas, vómitos, fiebre y dolor abdominal. Se cura espontáneamente en unos pocos días, por lo que se suele hablar de gastroenteritis aguda. La duración es variable aunque especialmente en los más pequeños se podría prolongar hasta una o dos semanas.

La causa es infecciosa, principalmente producida por virus y más raramente por bacterias. La mayoría de las veces produce cuadros leves, aunque en algunos casos puede ser causa de ingresos hospitalarios y pérdida de días de colegio. **Su posible gravedad radica en el riesgo de deshidratación, que es mayor cuanto más pequeño sea el niño.**

ÍNDICE

3

¿Cómo se diagnostica?

¿Cómo se trata?

6

¿Cuándo puede volver el niño a la guardería o al colegio?

¿Cuándo debo consultar al pediatra?

7

¿Cómo puedo prevenir la gastroenteritis y la diarrea?

La gastroenteritis se diagnostica simplemente al constatar los típicos síntomas que la definen, sin necesidad de pruebas diagnósticas complementarias.

A veces, los médicos solicitan una muestra de las heces para hacer un coprocultivo, es una prueba que tras unos días permite conocer qué germen es el causante de la diarrea. Esta prueba suele pedirse cuando la diarrea se prolonga durante más días de lo habitual o hay dudas en el diagnóstico.

¿Cómo se diagnostica?

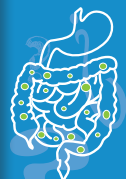
La prioridad consiste en **evitar que el niño se deshidrate, reponiendo los líquidos y sales minerales que el niño pierde, y estimular la realimentación precoz.**

- **Hidratación:**

La hidratación es lo más importante. Para evitar la deshidratación es fundamental ofrecer muchos líquidos, especialmente formulados para reponer esas pérdidas (soluciones de rehidratación oral) cuya composición consigue reponer tanto el agua como las sales minerales necesarias. Estas soluciones están disponibles en diferentes formatos (sobres, líquido, gelatina y flash).

¿Cómo se trata?

>>>



>>> Su pediatra le informará sobre la forma de administración, cantidad y frecuencia que debe recibir su hijo.

En caso de estar tomando lactancia materna, continúe con ella y ofrécasela con mayor frecuencia que de costumbre.

Se debe evitar dar al niño refrescos, zumos y/o bebidas para deportistas ya que su composición en sales no es la adecuada.

• **Medidas dietéticas:**

Si el niño tiene hambre y no vomita, puede hacer una dieta prácticamente normal evitando, al principio, bebidas y alimentos muy azucarados (refrescos, zumo de manzana, pastelería, etc.) o muy grasos.

- > En el caso de los bebés no es necesario hacer ninguna modificación en su dieta.
- > Aquellos que tomen lactancia materna deben seguir haciéndolo, pudiendo ofrecer entre las tomas suero de rehidratación.
- > Para los lactantes alimentados con leche de fórmula no es preciso rebajar la concentración de la fórmula diluyéndola con más agua.
- > En los bebés que ya han comenzado con las papillas y purés, no hará falta cambiar nada, pues pueden tomar cualquier cereal, verduras, carnes, pescado, lácteos (incluida la leche) y frutas, pero evitando añadir azúcar a los alimentos.
- > Salvo indicación de su pediatra, no es preciso utilizar fórmulas especiales dado que, a pesar de la diarrea, el intestino absorbe la mayor parte de los nutrientes.



La alimentación precoz acelera la curación de la gastroenteritis, aunque al principio pueda parecer lo contrario al provocar la defecación del niño nada más ingerir comida. Esto no debe preocuparles, pues es únicamente la consecuencia de un reflejo intestinal que está más activo en esta situación. En cualquier caso, al igual que en otras circunstancias, si el niño no desea comer, no deben forzarle a hacerlo.

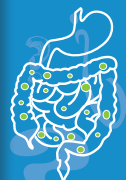
- **Tratamiento farmacológico:**

Se debe evitar el uso de medicamentos sin prescripción médica.

Los medicamentos antieméticos (que impiden los vómitos o las náuseas) tienen una eficacia muy limitada y solo deben usarse bajo prescripción facultativa ya que pueden producir efectos secundarios.

Los probióticos se usan con cierta frecuencia, contienen microorganismos que ayudan a recuperar la flora intestinal y pueden acortar ligeramente la duración de la diarrea.

No se debe dar al niño antibióticos sin haber sido prescritos expresamente por el médico, porque puede prolongar el cuadro diarreico y el período de transmisión de la infección a otros niños.



¿Cuándo puede volver el niño a la guardería o al colegio?

Puesto que la mayoría de los casos de gastroenteritis en nuestro país son leves, no se debe limitar la actividad del niño. **Si el estado general del niño no es bueno, vomita, tiene fiebre, dolor abdominal o deposiciones muy frecuentes, es aconsejable que no acuda al colegio hasta que se encuentre mejor.**

En las guarderías es habitual recomendar que el niño vuelva al centro cuando controle las deposiciones. Si aún usa pañal, podría volver si las heces tienen la consistencia suficiente para quedar contenidas en él. Si en las heces hubiera presencia de sangre o moco es aconsejable esperar a que sean normales.

¿Cuándo debo consultar al pediatra?

Si hay sospecha de deshidratación se debe acudir a un centro sanitario. Para ello es importante saber identificar los signos más evidentes de la deshidratación, que son:

- Cuando el niño presenta una sed excesiva.
- Cuando se aprecian los ojos hundidos y resecos, así como la boca seca y los labios con aspecto agrietado.
- Cuando la orina es escasa o más oscura de lo normal.
- Si aparece fiebre.

Por lo general, son **signos de hidratación adecuada:**

- Si el niño está contento o, simplemente, si juega con normalidad.
- Presencia de lágrima cuando llora.
- Babeo.
- Si orina con normalidad.

>>>



>>> El **lactante es más vulnerable a la deshidratación** por tanto, habrá que acudir al centro sanitario si se aprecia que está decaído e inapetente, si las deposiciones son muy frecuentes y, especialmente, si además vomita a menudo, pues no podremos reponer las pérdidas y puede ser necesario que el personal sanitario supervise la rehidratación o valore si es aconsejable comenzar la rehidratación por vía intravenosa.

El niño mayor resulta más sencillo evitar la deshidratación, pues si tiene sed pide agua. Esta obviedad facilita mucho el tratamiento y solo en los casos de vómitos continuos o de gran decaimiento, será necesaria la atención de un profesional sanitario.

La gastroenteritis, como enfermedad infecciosa que es, puede transmitirse de persona a persona. **La fuente más habitual de contagio es por contacto con las heces o los pañales de un niño**, por lo que la forma de evitarlo será extremar las medidas de higiene habituales, principalmente el lavado de manos, tanto del niño como de la persona que lo cuida, sobre todo después de cambiar el pañal, asear al niño o tras utilizar el retrete, y antes de las comidas.

También se puede transmitir por tomar agua o alimentos contaminados. Por tanto, se deben mantener los alimentos bien refrigerados, lavar cuidadosamente la fruta y la verdura antes de ser consumida, no consumir pescado, marisco, ni carne cruda y, si el niño toma biberón, lavarlo bien antes y después de cada toma.

¿Cómo puedo prevenir la gastroenteritis y la diarrea?





Región de Murcia
Consejería de Salud



FFI Fundación para la Formación
e Investigación Sanitarias
de la Región de Murcia



escueladesaludmurcia.es