

## Gastroenteritis

### ¿QUÉ ES?

Es la infección del tubo digestivo que produce un aumento del número de deposiciones, de consistencia blanda, incluso líquida. Las deposiciones pueden tener pequeñas cantidades de sangre y/o moco. En ocasiones el paciente presenta dolor abdominal, vómitos y fiebre.

### ¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

- Lo más importante es evitar la deshidratación debida a la pérdida de líquido por las deposiciones y los vómitos. Las “soluciones de rehidratación oral” contienen agua, azúcar y sales (sodio, potasio, cloro) en una proporción precisa para compensar las pérdidas. Administre al niño la cantidad que le han indicado tras cada deposición líquida o tras cada vómito. Para que sean bien toleradas deben ofrecerse en dosis pequeñas y tomas frecuentes.
- No es necesario el ayuno, los niños deben seguir comiendo una dieta prácticamente normal salvo que se lo indique un médico. Los alimentos deben proporcionarse en cantidades más pequeñas para reducir el riesgo de vómitos y más frecuentes, respetando el apetito del niño.
- Los alimentos ricos en grasas son más difíciles de absorber y deben evitarse. Evitar también dulces y zumos. No es necesario evitar los productos lácteos. Mantener lactancia materna normal e incluso más frecuentemente si el niño lo demanda.
- Las bebidas deportivas deben evitarse porque tienen demasiado azúcar y niveles de electrolitos inadecuados para el niño con diarrea.
- La gastroenteritis puede transmitirse de persona a persona. Lo más habitual es por contacto con las heces o los pañales de un niño. Habrá que extremar las medidas de higiene, sobre todo el lavado de manos, tanto del niño como de la persona que lo cuide. El niño no debe ir a guardería o colegio hasta que las deposiciones se normalicen.

### ¿CUÁNDO ACUDIR A 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 marrones.
- Si el niño tiene mucha sed, llora sin lágrimas, orina poco o tiene los ojos hundidos.

- Si presenta irritabilidad marcada, somnolencia o disminución de la capacidad de respuesta.
- 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.
- Rechazo a comer o beber.
- Dolor abdominal persistente o intenso o deposiciones con mucha sangre.