

Cómo actuar cuando un bebé tiene diarrea

María Alfaro González

Pediatra. Hospital Medina del Campo. Valladolid



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es?

- Heces más blandas y frecuentes de lo normal.
- La gravedad puede variar: depende de la causa, la intensidad y duración, otros síntomas asociados y la edad del paciente.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué síntomas tiene?

Gastroenteritis aguda:

- Diarrea.
- Vómitos y náuseas.
- Fiebre.
- Dolor abdominal (retortijones).
- Rechaza la comida.
- Irritabilidad.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS PEDIÁTRICOS MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Por qué se produce?

Causas infecciosas:

- Virus (rotavirus y otros).
- Bacterias (*Salmonella*, *Campylobacter*).
- Parásitos (*Giardia lamblia*...).

Causas no infecciosas:

- Ingesta de leche hiperconcentrada.
- Antibióticos.
- Alergias o intolerancias (a proteínas de leche de vaca).
- Malabsorción (fibrosis quística, celiaquía...).



¿Cómo prevenir?

- Mantener una adecuada higiene en los baños, utensilios de cocina y alimentos.
- Cambio frecuente de pañal del niño con diarrea.



¡Lavarse las manos!

¿Cómo actuar?

- Evitar la deshidratación: cada vez que el niño defeca hay que reponer con soluciones de rehidratación oral.
- No usar medicamentos sin prescripción médica.
- Recomendar que el niño vuelva al centro cuando no tenga diarrea.



¿Qué puede comer?

- No es necesario ningún tiempo de ayuno. Desde el principio se le puede ofrecer comida.
- No forzarle. Suelen tener poco apetito.
- Los biberones hay que prepararlos con el número de cacitos habitual, no es necesario diluirlos más.
- La dieta astringente no es imprescindible. Basta con una alimentación suave.
- Se suelen tolerar mejor: cereales (arroz, trigo), patata, pan, carne magra, pescado, yogur o fruta.
- Evitar comidas con mucha grasa o azúcar.

