



### **¿QUÉ HACER CON UN NIÑO QUE VOMITA?**

El vómito es un proceso que, normalmente, guarda relación con otra enfermedad causal (problemas digestivos, fiebre, gastroenteritis...), por lo que desaparecerá con ella.

El tratamiento consiste, principalmente, en tolerancia de líquidos para evitar la deshidratación.

Se puede realizar con alguna solución hidroelectrolítica como: *Sueroral Hiposódico*, *Citorsal*, *Miltina Electrolit*,...; bebidas caseras, del tipo de: limonada alcalina, cola desgasificada o soluciones deportivas como: *Aquarius*, *Isostar*, *Gatorade*, de la siguiente forma:

En la primera hora: se administran pequeñas cantidades de líquido, pero frecuentes, entre 10-20 ml, con cuchara o jeringuilla, cada 10 minutos y durante una hora.

Después de la primera hora: subir a 20-25 ml, cada 5-10 minutos, otra hora y posteriormente ofrecer cada vez tomas mayores.

En caso de presentar vómitos de nuevo, descansar 30-60 minutos y reiniciar la toma de líquidos como en la primera hora.

Una vez que se compruebe la tolerancia a líquidos, se aportará una dieta suave hasta su recuperación.

Deben evitarse en lo posible los fármacos antieméticos (medicamentos para cortar los vómitos), pues normalmente son innecesarios y son potencialmente peligrosos.



### ¿QUÉ HACER CON UN NIÑO CON DIARREA?

La mayoría de las veces, vómitos y diarrea aparecen en el mismo cuadro y la actuación debe ser similar, manteniendo una buena hidratación del niño con soluciones hidroelectrolíticas (*Sueroral Hiposódico, Citorsal, Miltina Electrolit,...*). Debe administrarse líquido después de cada deposición y a demanda (poco a poco si hay vómitos, siguiendo las pautas del punto anterior).

La alimentación debe ser prácticamente normal, con alimentos fáciles de digerir, sin azúcar añadido ni comidas que contengan grasa; iniciando la alimentación normal lo más pronto posible.

Los lactantes deben seguir con su alimentación habitual:

- Lactantes con leche materna: Tomas a demanda, no interrumpiendo la lactancia.
- Los lactantes alimentados con fórmula y con diarrea prolongada (a partir de los 15 días), pueden mejorar su diarrea sustituyendo durante algunos días su leche por una leche especial sin lactosa (azúcar natural de la leche):

\_\_\_\_\_ durante \_\_\_\_\_ días

- No forzar nunca la alimentación. Cuando se inicie la alimentación, no se debe suspender porque el niño presente diarrea.

**La mayoría de las gastroenteritis son autolimitadas y no precisan la administración de antibióticos, antieméticos, antidiarreicos ni inhibidores de la motilidad intestinal.**

### Deberá consultar a su pediatra en caso de:

- Vómitos o diarrea muy intensos o persistentes
- Presencia de sangre en las heces
- Signos de deshidratación: lengua seca, llora sin lágrima
- Decaimiento
- Fiebre elevada
- Lactantes pequeños y niños de poco peso

