Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

¿Qué hacer cuando mi hijo vomita?

¿Qué son los vómitos?

El vómito es la expulsión, con fuerza, del contenido del estómago por la boca.

La regurgitación sin embargo, es la emisión por la boca y sin esfuerzo aparente, de la leche materna o fórmula por parte de los lactantes.

¿Son una enfermedad?

No. Se trata de un síntoma y son muy frecuentes. La mayoría se relacionan con cuadros benignos, pero también puede ser reflejo de una enfermedad grave.

Es importante tener en cuenta si antes ha habido algún antecedente como un traumatismo craneal o abdominal, la ingesta de algún alimento nuevo al que el niño pueda ser alérgico, la posibilidad de haber ingerido algún tóxico, una cirugía abdominal reciente y si en casa o en el colegio hay más personas con los mismos síntomas.

¿Cuáles son las causas?

*Cuadros infecciosos. Son los más frecuentes.

- La gastroenteritis (infección intestinal) o diarrea. Es la más habitual y en estos casos se puede acompañar de dolor abdominal (retortijón) y/o fiebre.
- Catarros (la tos y la mucosidad favorece el vómito), amigdalitis, otitis, neumonía, infecciones de orina o meningitis.

*Irritación del intestino por intoxicaciones alimentarias, medicamentosas o alergias.

*Sobrealimentación o por “rebosamiento”

*Enfermedades del aparato digestivo. Menos frecuentes. Los vómitos son más constantes, van en aumento y afectan al estado del niño.

*Hay niños que vomitan con mucha facilidad con situaciones sin importancia, por ejemplo, con el llanto o si no les gusta algún alimento o medicación.

¿Qué puedo hacer en casa cuando mi hijo vomita?

- Si los vómitos son aislados, no forzar al niño a comer. Ofrecer suero de rehidratación oral (SRO) a pequeños

sorbos y alimentos en pequeñas cantidades. Si está con lactancia materna, se aconseja mantenerla.

- Si los vómitos son frecuentes y seguidos, no tomar nada (ni agua) durante un tiempo (30-60 minutos). Se le puede dejar dormir si es lo que quiere.

Posteriormente, iniciar tolerancia oral con líquidos (SRO) en pequeñas cantidades (5-10 mL) cada 15 minutos. Es posible que tenga sed y quiera beber más rápido, pero hay que evitarlo porque eso le provocará más vómitos. Si está con lactancia materna, se aconseja mantenerla.

Si los líquidos son bien tolerados, se puede aumentar la frecuencia y la cantidad. Y cuando haya tolerado líquidos durante 1-2 horas, se le ofrecerá algún alimento hasta la recuperación, sin forzar a comer.

No se recomienda

- Alimentación astringente
- Alimentos con mucha grasa o azúcares
- Cambiar la leche a fórmulas sin lactosa, hidrolizado de proteínas, de soja ni diluir las fórmulas infantiles (poner más cantidad de agua que cacitos de leche)
- Utilizar preparados caseros como la limonada alcalina (por errores en la preparación), zumos de frutas, bebidas carbonatadas o de cola, ni bebidas que se utilizan para la rehidratación después del deporte (tipo Aquarius®)
- Utilizar fármacos contra los vómitos (antiémeticos) como la domperidona (Motilium®) o metoclopramida (Primperan®), porque pueden dar efectos secundarios importantes. Solo en casos concretos, el pediatra dará algún fármaco antiemético (ondansetron).

¿Cuándo tengo que ir al pediatra o acudir a urgencias?

La mayoría de los niños con vómitos no necesitan acudir al pediatra porque mejoran con los cuidados que se pueden hacer en casa. Pero, hay ocasiones en la que se debe consultar con el pediatra o acudir a un servicio de urgencias:

- Si tiene menos de 3 meses y ha vomitado más de 2 o 3 tomas
- Si no deja de vomitar, no tolera líquidos y vomita incluso sin darle nada
- Si son vómitos con sangre, negruzcos (como los posos de café) o verdosos
- Cuando tenga alguno de estos síntomas: Fiebre elevada, dificultad para mover el cuello, dolor abdominal intenso y constante, dolor de cabeza intenso, manchas en la piel
- Cuando tenga síntomas de deshidratación: decaimiento, adormecimiento, saliva escasa, llanto sin lágrimas, ojos hundidos, comportamiento extraño, debilidad.
- Si ha tenido un traumatismo craneal y desde entonces ha vomitado varias veces
- Si ha ingerido algún tóxico o medicamento
- Si tiene que tomar una medicación y no la tolera

Más información...

1. Vómitos. Información para padres de la *Sociedad Española de Urgencias Pediátricas*.
2. Información para padres de la *Sociedad de Gastroenterología Pediátrica y Nutrición*.

Autora artículo original:
- ***Irene Ozcoide Erro***

Fecha de publicación: 2-12-2011

Última fecha de actualización: 15-02-2022

Autor/es:

- Raquel Fraile Currius. Pediatra. Centro de Salud de Carlet. Valencia.
- María Sánchez Marí. Pediatra. Centro de Salud de Bellreguard. Valencia.