

## Gastroenteritis aguda

### ¿Qué es la gastroenteritis?

Es una diarrea (heces líquidas) de comienzo casi siempre brusco. Puede estar acompañada de otros síntomas como náuseas, [vómitos](#), [fiebre](#) y [dolor abdominal](#) de tipo retortijón. Cura sola en unos pocos días, de ahí el nombre de aguda. La duración varía. En los más pequeños sobre todo puede durar hasta una o dos semanas.

La causa es infecciosa. Sobre todo la causan [virus y más raramente las bacterias](#). Es muy común en la niñez. En el mundo occidental es muy raro que sea grave.

### ¿Cómo se trata?

-Leer [Decálogo de la DIARREA AGUDA](#)-.

El tratamiento se basa en tres puntos:

- **Hidratar bien al niño**, es decir, darle agua con frecuencia y que beba lo que él quiera. Es mejor darla en pequeñas cantidades cada vez, para prevenir los vómitos. En los casos más intensos, sobre todo si son niños muy pequeños, el agua no basta y tendrán que tomar una [solución de rehidratación oral](#) farmacéutica.
- **Evitar en general el uso de medicinas**, salvo los [antitérmicos](#) si fueran necesarios u otros fármacos si los prescribe su médico. Tomar antibióticos sin indicación puede prolongar la diarrea y, a veces, el período de contagio a otras personas. Los [medicamentos para los vómitos](#) sólo sirven para mejorar el síntoma. No la curan y pueden dar efectos secundarios. Los probióticos (*Lactobacillus rhamnosus GG*, *Saccharomyces boulardii*, *Lactobacillus reuteri* DSM 17938) pueden acortar algo su duración.
- **Ofrecer alimentos en seguida**. No forzar al niño ni dejar un período de pausa. En los lactantes no hace falta cambiar nada en su dieta. Los que estén amamantados deben seguir igual. A los que tomen biberón no es conveniente rebajar la concentración de la fórmula. En los que ya tomen purés no hará falta cambiar nada. Pueden tomar cualquier cereal, [verduras](#), carnes, [pescado](#), lácteos (no sólo yogur, sino [también leche](#)) y frutas. No ofrecer dulces ni alimentos grasos.

La alimentación precoz hace que se cure antes la gastroenteritis. A veces puede parecer lo contrario, al hacer defecar al niño nada más comer. No pasa nada. Se debe a un reflejo intestinal que está más vivo en esta situación. No hay que forzar a comer, si el niño no quiere.

### ¿Cómo prevenirla?

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 habituales, sobre todo el [lavado de manos](#), tanto del niño como de la persona que lo cuide. Será especialmente escrupuloso después de cambiar el pañal, asear al niño o tras usar el retrete. Y, por supuesto, antes de comer o preparar comidas.

Hay una [vacuna oral](#) (por boca) contra uno de los virus que con mayor frecuencia causan gastroenteritis: el [Rotavirus](#). No está incluida en el calendario de vacunaciones habitual. Se puede administrar a niños entre 6 y 32 semanas ([recomendada por la Asociación Española de Pediatría](#)).

### **¿Cuándo puede ir su hijo a la guardería o al colegio?**

Puesto que la mayor parte de los casos en nuestro país son leves, no se debe limitar la actividad del niño. Es mejor que, si el estado general no es bueno, vomita, tiene fiebre, dolor abdominal o heces muy frecuentes, no vaya al colegio hasta que se encuentre mejor.

[En las guarderías](#) es habitual recomendar que el niño vuelva al centro cuando no se le escapen las deposiciones. Si usa pañal, podría volver si las heces pueden quedar contenidas en él.

Si las heces tienen sangre o moco es mejor esperar a que sean normales.

### **¿Cuándo debo consultar al pediatra?**

Lo que más preocupa a los padres de un niño con gastroenteritis es que pueda llegar a [deshidratarse](#).

Hay que actuar con sentido común. El objetivo es reponer lo que el niño pierde y que coma de forma precoz. Como guía de la situación, lo mejor es la valoración del estado general. Si el niño está contento, llora con lágrimas, si babea, si orina lo normal o si juega con normalidad, es que no está deshidratado.

En el lactante, habrá que consultar si lo notan decaído y no quiere comer, si las heces son muy frecuentes y sobre todo si vomita mucho. Será más difícil reponer lo que pierde y puede hacer falta que un sanitario supervise la rehidratación. Siempre que se pueda será por vía oral poco a poco. El médico valorará si hay que rehidratarlo por vía intravenosa en un centro sanitario.

El niño mayor es más fácil de manejar, pues si tiene sed, pide agua. Esto hace que el tratamiento sea más fácil. Sólo en los casos de vómitos continuos o de gran decaimiento hará falta que lo vean en el centro de salud.

### **Más información:**

- RECURSOS *Familia y Salud*: [Decálogo de la diarrea aguda](#)
- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [Gastroenteritis: Síntomas](#)



## GASTROENTERITIS AGUDA

### HECES LÍQUIDAS DE INICIO BRUSCO POR UNA INFECCIÓN

Puede acompañarse de: náuseas, vómitos, fiebre y dolor abdominal.  
Se quita sólo en unos días.

La causa má frecuente: los virus (GRIPE ESTOMACAL).

## PILARES DEL TRATAMIENTO



- Casos leves: **agua** en pequeñas cantidades de forma frecuente y que beba lo que el niño quiera.



- Casos más intensos: líquidos de rehidratación oral.
- Casos graves: rehidratación intravenosa.



- **Alimentación precoz:**
- Lactantes: Lactancia materna, leche de fórmula sin cambios.
- Evitar exceso de azúcares, dulces y alimentos grasos.



- **No dar:** antibióticos, fármacos para los vómitos.
- Antitérmicos si fiebre.
- Probióticos: algunos acortan la diarrea.

## PREVENCIÓN



### Lavado de manos

Especialmente importante: tras cambiar los pañales, asear al niño, usar el retrete, antes de comer, o preparar alimentos

**Vacuna** frente al **ROTAVIRUS**: causa más frecuente de gastroenteritis.  
Edad: entre los 2-8 meses.  
Recomendada por la Asociación Española de Pediatría.



**Evitar el colegio/guardería** si el niño: vomita, tiene fiebre, dolor abdominal, heces muy frecuentes, heces que desbordan el pañal, o si tienen sangre o moco.

## CUÁNDO HAY QUE IR AL MÉDICO

Si hay signos de deshidratación:  
decaído, no quiere jugar, no quiere comer ni beber o sed excesiva, orina menos, ojos hundidos, boca seca.

Mayor precaución con menores de 6 meses:  
llanto sin lágrimas, no babea, hace muchas deposiciones o si presenta vómitos continuos.

### Qué hacer

Dar de beber agua.  
Dar líquidos de rehidratación de farmacia.  
Dar cantidades pequeñas y frecuentes.  
Alimentación precoz sin forzar.  
Continuar con lactancia materna.  
Continuar con fórmula adaptada sin cambios.

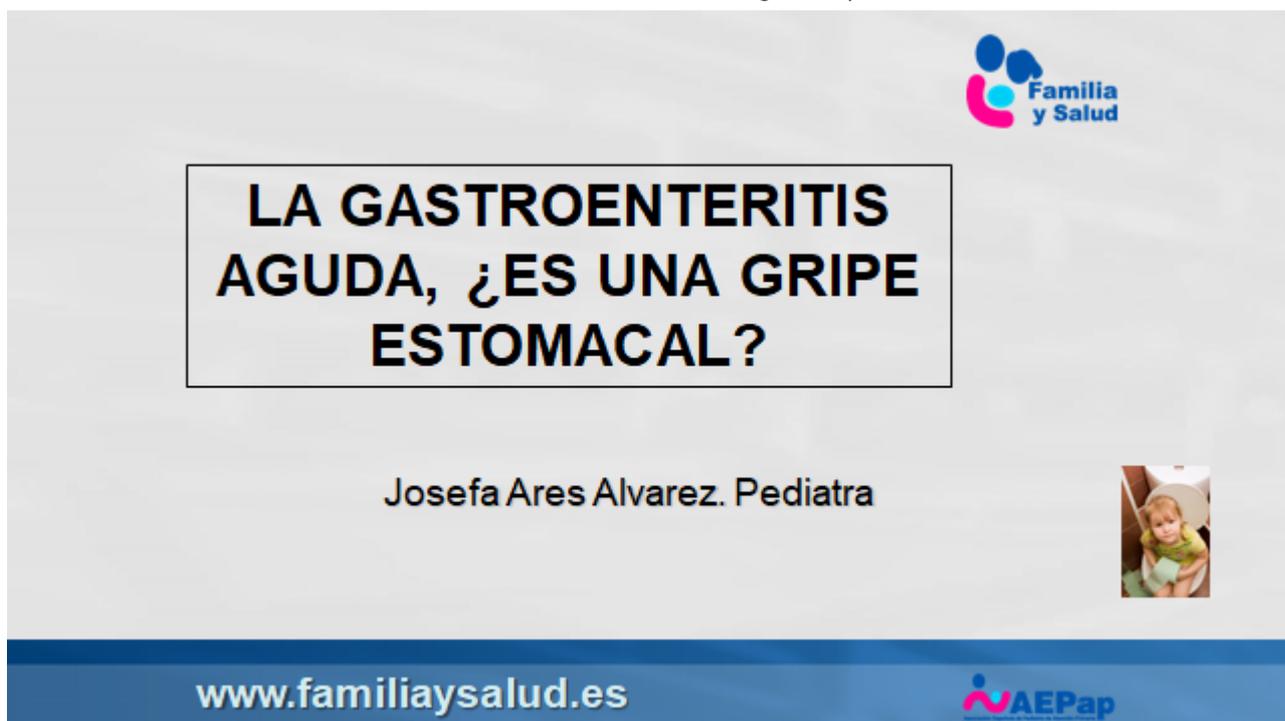
### Qué no hacer

Dar limonadas caseras.  
Dar zumos.  
Dar bebidas para deportistas.  
Dar antibióticos.  
Dar medicamentos para los vómitos.  
Forzar al niño a comer.  
No dejar que el niño coma si tiene hambre.

## Decálogo de la DIARREA AGUDA

Puedes descargar la infografía en PDF [pinchando aquí](#).

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Logo Familia y Salud

# LA GASTROENTERITIS AGUDA, ¿ES UNA GRIPE ESTOMACAL?

Josefa Ares Alvarez. Pediatra



[www.familiaysalud.es](http://www.familiaysalud.es)



**Autores del texto del artículo original:**

- [Manuel Merino Moina](#)
- [Juan Bravo Acuña](#).

---

**Fecha de publicación:** 13-11-2011

Última fecha de actualización: 09-06-2019

**Autor/es:**

- [Josefa Ares Álvarez](#) . Pediatra. Centro de Salud Virxe Peregrina. Pontevedra.

