

"ME DUELE LA TRIPA..."

lo normal o si juega con normalidad, es que no está deshidratado.

Por lo general, el sentido común es buen consejero. El objetivo es reponer lo que el niño pierde y estimular la realimentación precoz.

Manuel Merino Moína

Pediatra. C. S. "El Greco". Getafe (Madrid)

Juan Bravo Acuña

Pediatra. C. S. "El Greco". Getafe (Madrid)

www.theodora.org.es

www.familiaysalud.es

"Me duele la tripa..."

Gastroenteritis

Dra. Paquicardia

Arrea arrea,
¿te ha entrado diarrea?
Pues tienes que hacer el pino encima de un colchón fino,
que te besen la barriga y luego, saltes 'p'arriba'.
No te estreses, ten paciencia,
y escucha bien tu conciencia.
Si la tripa se sigue soltando,
ponte un tapón y ¡alá, andando!



"ME DUELE LA TRIPA..."

¿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 espontáneamente en unos pocos días. En los más pequeños puede durar hasta una o dos semanas. La causa es infecciosa. La producen los 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?

- **Hidratar bien al niño**, darle agua con frecuencia y que beba lo que él quiera. Es preferible darla en pequeñas cantidades cada vez, para prevenir los vómitos. En los casos más intensos, sobre todo si son niños muy pequeños, tendrán que tomar una solución rehidratante farmacéutica.
- **Evitar en general el uso de medicinas**, salvo los antitérmicos si fueran necesarios. Tomar antibióticos sin indicación puede prolongar la diarrea y, a veces, el período de contagio a otras personas. Los medicamentos para los vómitos pueden dar efectos secundarios.

UN MANUAL PARA CURARSE DE RISA

- **Ofrecer alimentos en seguida.** No forzar al niño ni dejar un período de pausa. Dar alimentos en pequeñas cantidades y frecuentemente. Los que estén amamantados deben seguir igual. A los que tomen biberón no es conveniente diluir la leche. En los más mayores no hará falta cambiar nada. Pueden tomar cualquier cereal, verduras, carnes, pescado, lácteos (no sólo yogur, sino también leche) y frutas. No añadir azúcar a los alimentos. En los niños mayores, al igual que en los adultos, las limitaciones serán tan sólo el azúcar y los dulces y los alimentos grasos.

La alimentación precoz acelera la curación de la gastroenteritis. Al principio puede parecer lo contrario, por un reflejo intestinal que esta mas vivo en esta situación. En cualquier caso, al igual que en otras situaciones, si el niño no desea comer, no se le debe forzar.

¿Cuándo debo consultar al pediatra?

En el lactante, que es el que tiene más riesgo de deshidratarse, habrá que consultar si lo notan decaído e inapetente, si las heces son muy frecuentes y sobre todo si vomita mucho. Si el niño está contento, llora con lágrimas, si babea, si orina