

## GASTROENTERITE

Autores:

Manuel Merino Moína. Pediatra. Centro de Salud El Greco. Getafe. Madrid.

Juan Bravo Acuña. Pediatra. Centro de Salud El Greco. Getafe. Madrid.

Tradução: Susana Rocha e Isabel González Rodríguez.

### O que é a gastroenterite?

É uma doença diarreica (fezes líquidas), que geralmente começa de forma brusca e pode acompanhar-se de outros sintomas como náuseas, vômitos, febre e dor de barriga tipo cólica. É uma doença aguda, que vai curar-se sozinha em poucos dias, e por isso se chama gastroenterite aguda. A duração é variável e nas crianças mais pequenas pode ser até de uma ou duas semanas.

A causa é infecciosa, e na maioria das vezes é produzida por vírus e nalguns casos por bactérias. A gastroenterite é uma infecção muito frequente na infância e é excepcional que nos países ocidentais seja grave.

### Qual é o tratamento?

O tratamento baseia-se em três pontos principais:

- **Manter a criança hidratada:** isto é, oferecer-lhe frequentemente água e que beba o que ela quiser, mas sempre com pequenos goles de cada vez para prevenir o vômito. Naqueles casos mais graves, em especial se são meninos muito pequenos, a água não é suficiente e então deverão tomar uma solução hidratante da farmácia.

- **Evitar, em geral, o uso de medicamentos:** excepto os antieméticos se fossem necessários ou outros medicamentos se o médico recomendar. Se a criança toma antibióticos que o médico não recomendou, a diarreia pode ser bem mais prolongada e o período de transmissão a outras pessoas maior, inclusive naquelas gastroenterites produzidas por bactérias. Os medicamentos que se usam para o vômito só servem para a melhoria do sintoma, mas não para a cura da doença e podem ter efeitos colaterais.

- **Oferecer logo alimentos,** mas só se a criança quiser e sem o período de pausa. Nos lactentes não é necessário modificar a sua alimentação: os que mamem ao peito podem continuar a fazê-lo, os que tomem biberão não precisam mudar a concentração do leite em pó com mais

água; os que já tenham começado a comer papas e sopa também não têm que mudar nada, pois podem comer qualquer verdura, carne, peixe, qualquer produto lácteo e fruta, mas evitando pôr açúcar nos alimentos. Nas crianças mais velhas, tal como nos adultos, as limitações serão apenas a já referida para o açúcar e que não ingiram alimentos com gordura.

Mesmo que a alimentação precoce acelere a cura da gastroenterite, no começo pode parecer o contrário, pois a criança tem uma dejectão que cada vez que come. Isto não deve fazer ninguém preocupar-se pois é só consequência de um reflexo intestinal que está mais vivo nesta situação. Se a criança não quer comer não se deve forçar.

### Como prevenir a gastroenterite?

A gastroenterite como é uma doença infecciosa, pode ser contagiada para outras pessoas. A maneira mais frequente de contágio é pelo contacto com as fezes ou as fraldas da criança doente, pelo que o modo de evitar o contágio será com as medidas higiénicas habituais, como são a lavagem das mãos, da criança doente e da pessoa que a cuida. Esta higiene tem que ser mais demorada quando se mudam as fraldas, se dá banho à criança e antes das refeições.

Há pouco tempo existe na farmácia uma vacina oral contra um dos vírus que é o que produz gastroenterite com maior frequência: o rotavírus. Essa vacina não está incluída no calendário de vacinação habitual e apenas pode ser aplicada em crianças pequenas.

### Quando pode o seu filho ir para a creche ou para a escola?

Como na maioria dos casos a gastroenterite neste país é ligeira, a actividade da criança não deve ser limitada. Só nos casos em que o estado geral não é bom, tem vômitos, febre, dor de barriga ou dejectões muito frequentes, não deve ir para a escola até que esteja melhor.

Nas creches aconselham que o menino não volte até que ele possa controlar as dejectões. Se

ele usa fralda, pode voltar para a creche se as fezes ficam contidas dentro da fralda. Se as fezes contêm sangue ou mucosidade é aconselhável não voltar até que as fezes sejam normais.

### **Quando tem que consultar o pediatra?**

A principal preocupação dos pais de uma criança com gastroenterite é que o menino possa desidratar-se.

Geralmente, o senso comum é um bom conselheiro. Tem que ter presente que o objectivo é restituir o que a criança perdeu e estimular a realimentação precoce. Deve valorizar-se o estado geral do menino: se ele está contente ou chora com lágrimas, se se baba, se urina normalmente ou simplesmente se ele brinca como habitualmente, então é porque não está desidratado.

No lactente, que é mais vulnerável para esta doença, terá que consultar o pediatra se o bebé está menos activo ou sem apetite, se as fezes/dejecções são muito frequentes e especialmente se além disso ele vomita com frequência, pois então não é possível restituir as perdas e pode ser necessário que o pessoal de saúde supervisione a rehidratação, que sempre que for possível, deve ser por via oral (pela boca) com pequenas quantidades, ou avalie se é aconselhável começar a re-hidratação por via intravenosa num centro sanitário.

A criança mais velha é mais fácil de vigiar pois ela pode pedir água se tiver sede. Isso facilita muito o tratamento e só no caso de que o vómito seja contínuo ou esteja muito prostrada vai ser necessário a observação por pediatra.