



**ALL ABOUT CHILDREN PEDIATRIC
PARTNERS, PC**

Teléfono: 610-372-9222 Fax: 610-372-9222

Dirección de correo electrónico: info@aacpp.com

Website: www.aacpp.com

Vómitos/Diarrea: los sí y los no

Qué cosas **no** debe hacer

- No se preocupe demasiado. Con los líquidos adecuados y apropiados, la mayoría de los niños puede manejar fácilmente el problema de los vómitos y las deposiciones flojas durante todo un día sin deshidratarse.
- No le dé leche (ni fórmula que contenga lactosa). Tampoco le dé jugo de manzana. ¡Esto empeorará las cosas!
- No le dé Imodium, Kaopectate o Pepto-bismol a menos que nos consulte primero.

Qué cosas **sí** puede hacer

- ° Tratar los vómitos primero con media onza (1 cucharada sopera) de Ginger Ale no efervescente, Seven-Up, Sierra Mist u otras gaseosas del tipo lima-limón, o Pedialyte (o soluciones equivalentes con la marca del comercio donde las adquiera) con hielo, cada 1/2 hora, durante 2 horas; luego con 1 onza (2 cucharadas soperas) cada 1/2 hora, durante 2 horas más. Luego trate la diarrea ofreciéndole tanto como desee, de una sola vez, durante 2 a 6 horas más.
- ¿Qué debe comer su hijo? Para bebés: el arroz, las bananas, las tostadas y la manzana **fresca** (**no** puré de manzana, ni jugo de manzana) quizá sean los mejores sólidos en los que debe concentrarse. La leche de soja o sin lactosa (o la fórmula para bebés) puede ofrecerse tan pronto como la diarrea haya disminuido un poco. Consulte con nosotros sobre este punto.
- ° Los niños mayores pueden consumir sopa, tostadas, bananas o manzanas frescas, arroz, queso del tipo "cottage" y gelatina o pueden seguir una dieta regular, si no tienen vómitos.
- ° Si en la materia fecal aparece comida sin digerir, esto no debe ser motivo de preocupación.
- El acidophilus —la bacteria benigna del yogur— puede servir en cualquier edad, en especial, si aparece diarrea durante el tratamiento con antibióticos. Para los niños pequeños, abra la cápsula y rocíela en el puré de manzana. Lactobacillus GG y Probiotica son algunas marcas comunes, pero también hay genéricos disponibles.

- El zinc puede servir en los niños de más de seis meses de edad. La dosis es de 10 a 20 mg por día.
- Los vómitos combinados con diarrea pueden acelerar estos síntomas, ¡de modo que asegúrese de tratar primero los vómitos!

Cuándo llamar

- Si la fiebre supera los 102 grados.
- Si el vómito o la diarrea contienen sangre.
- Si hay mucosidad en la materia fecal.
- Si la materia fecal tiene el mismo olor que los huevos podridos.
- Si aparecen signos de deshidratación:
 - pañales secos en los bebés, durante más de 8 horas;
 - ausencia de lágrimas cuando llora;
 - "demasiada debilidad para caminar" es preocupante en niños mayores.