

+ Recomendaciones para pacientes con gastroenteritis +

¿Qué es una gastroenteritis?

La gastroenteritis aguda (también llamada diarrea o infección intestinal), es una enfermedad infecciosa que se acompaña en ocasiones de vómitos y/o fiebre. En estos casos, es importante administrar líquidos para compensarlos con los que se pierden con las deposiciones, los vómitos y la fiebre, y así evitar la deshidratación.

Es muy importante administrar pequeñas cantidades de líquido (con cucharilla, a sorbitos, con caña o jeringa) de forma frecuente (cada 5-10 minutos).

Si bebe de una sola vez grandes cantidades de líquido para calmar la sed probablemente lo vomitará. Cuando el paciente ya tolera los líquidos se puede iniciar una dieta blanda con los alimentos indicados en Dieta Astringente.

Dieta líquida

Durante las primeras 4-6 horas tomar una solución de rehidratación oral. Ofrecer pequeñas cantidades 5-10ml cada 5-10 minutos. A cucharaditas, sorbos o con jeringa.

-Bioralsuero®: 3x200ml.

-Oralsuero®: Presentación en envase de un litro. Guardar en nevera una vez abierto.

-Sueroral hiposódico®: Añadir a un litro de agua un sobre de Sueroral hiposódico®.

Dieta sólida astringente (indicar cuando tolere bien la dieta líquida)

*Arroz hervido o papilla de arroz (según la edad del niño)..

*Sémola de arroz (se puede preparar con caldo vegetal).

*Puré de zanahoria, patatas hervidas.

*Pollo a la plancha o hervido (hervido sin piel).

*Pescado blanco (rape o merluza) hervido a la plancha.

*Terneira sin grasa a la plancha. Carne de ave cocida o a la plancha.

*Plátano maduro. Manzana rallada.

*Pan tostado.

Alimentos poco recomendados

*Leche y derivados lácteos

*Pan, bollería y postres dulces

*Fritos y alimentos grasos