

# Hablemos Acerca De...

La diarrea generalmente se caracteriza por el aumento en el número de deposiciones fecales diarias, y por la consistencia aguada de éstas. Su niño puede presentar fiebre, vómito, o dolores abdominales con la diarrea. Ésta es generalmente causada por un virus, pero también puede ser causada por una bacteria, intoxicación, problemas para digerir ciertos alimentos, o reacción a ciertas medicinas.

La deshidratación es la pérdida excesiva de líquidos corporales usualmente causada por diarrea o vómito. Una persona deshidratada puede perder también electrolitos (sales corporales). La deshidratación puede ser peligrosa para los niños y especialmente para los bebés, porque sus cuerpos necesitan más líquido por libra (kilo) que los adultos.

## ¿Qué pasa?

Los síntomas de deshidratación incluyen:

- Disminución de la cantidad de orina y/o color amarillo oscuro en la misma. Un bebé menor de un año debe mojar de 6-8 pañales en un período de 24 horas. Un niño mayor de un año orina usualmente cada 6-8 horas
- Soñolencia o cansancio inusual
- Ojos hundidos o secos (sin lágrimas)

Algunos síntomas más serios son:

- Fontanela (mollera) hundida
- Boca reseca (sin saliva)
- Piel reseca o arrugada
- No orina por 12 horas o más

## ¿Cómo se trata la diarrea y la deshidratación?

**1** Suspense la leche y/o la fórmula. Los niños alimentados con leche materna pueden continuar su alimentación.

## La diarrea y la deshidratación

**2** Comience a darle líquidos transparentes poco a poco. Si su niño tiene menos de 2 años, dele líquidos como Pedialyte®, Infalyte®, Ricelyte® ya que tienen un buen balance de agua, minerales y calorías. Si su niño tiene más de 2 años y no quiere tomar Pedialyte®, dele otros líquidos (como Coca-Cola® ó 7-Up® sin gas ni cafeína, agua, Gatorade®, o gelatina de agua). Dele unos sorbos cada 15-30 minutos.

- Un niño con diarrea moderada puede tomar cualquier líquido. Pero si la diarrea le causa sed, debe darle líquidos especialmente balanceados como Pedialyte®. Los refrescos (sodas), sopas, jugos, bebidas deportivas, y leche descremada hervida tienen cantidades erróneas de azúcar y sal que pueden enfermar más a los niños.
- No le dé refrescos con cafeína porque estos aumentan las posibilidades de deshidratación.
- Más de 8 onzas al día de jugo de manzana puede aumentar la diarrea en algunos niños. Esto sucede con toda bebida que contiene azúcar.

**3** Si su niño no presenta diarrea después de 8 horas de haber comenzado los líquidos, empiece a darle comidas sólidas apropiadas para su edad. Puede incluir galletas saladas, pan tostado, cereales cocidos, plátanos (bananas), arroz, puré (compota) de manzana, y pasta. Evite comidas grasosas cuando su niño tiene diarrea. Su niño debe comenzar a comer alimentos sólidos después de 24 horas de haber comenzado la diarrea.

**4** Si la diarrea o vómito vuelven a presentarse, empiece nuevamente con líquidos transparentes poco a poco.

**5** Observe continuamente al niño para detectar signos de deshidratación.

### ¿Qué pasa en el hospital?

En la sala de urgencias, las enfermeras y los doctores revisarán la sangre de su niño para detectar si hay desequilibrio en los minerales. Si su niño no toma líquidos o si está muy deshidratado, se le pondrá una línea intravenosa (un pequeño tubo que se inserta en la vena) para darle suero y electrolitos.

Si su niño se queda hospitalizado, probablemente se le continuará dando suero y se le harán análisis de sangre frecuentemente. Si su niño está muy deshidratado, el tiempo de hospitalización es usualmente de 1-4 días. Su niño volverá a la casa cuando esté mejor y pueda tomar líquidos transparentes.

### ¿Hay complicaciones?

- Soñolencia
- Bajo nivel de azúcar
- Disminución de la circulación sanguínea
- Más vómito o diarrea, o irregularidad temporal en los latidos del corazón a causa del desequilibrio de electrolitos

- Si no se tratan estas primeras complicaciones, pueden causar un shock (choque), convulsiones, o falla al riñón a consecuencia de la disminución de orina

### Llame a su doctor si . . .

- Su niño no orina en 12 horas o más.
- Su niño está muy soñoliento y no responde.
- Su niño tiene diarrea por más de 1 día.
- Su niño continúa con dieta líquida por más de 1 día.
- Su niño tiene algún síntoma de deshidratación.
- Su niño tiene sangre en la diarrea o vómito.
- Su niño tiene dolor abdominal severo o estómago hinchado.
- Su niño tiene fiebre de más de 104 grados Fahrenheit (40 grados centígrados).
- Su niño tiene dolor de cabeza severo.



Toda la información contenida en las series *Hablemos Acerca de . . . tiene* solamente un propósito educativo. Esta información educacional no sustituye el consejo de un médico ni el cuidado que un médico u otro proveedor de salud pueden brindar. Si usted tiene preguntas acerca de la salud de su niño, comuníquese con su proveedor de salud.

Pediatric Education Services  
801.662.3500 Rev.7/02  
© Primary Children's Medical Center 2005  
*Diarrhea and dehydration*