

Hablemos Acerca De...

Diarrea y deshidratación

¿Qué son la diarrea y la deshidratación?

La **diarrea** es cuando su niño tiene heces (popó) blandas y acuosas, y tiene más evacuaciones intestinales que lo habitual. Su niño también podría tener fiebre, vómitos o cólicos (dolor de vientre) si tiene diarrea. Generalmente, la diarrea es causada por un virus pero también puede ser causada por bacterias, alimentos contaminados, problemas con la digestión de algunos alimentos o una reacción a un medicamento.

La **deshidratación** sucede cuando su niño pierde mucho líquido de su cuerpo debido a la diarrea o los vómitos. La deshidratación puede hacer que su niño pierda sales y otros minerales importantes llamados **electrolitos**, lo cual puede causar otros problemas de salud. La deshidratación es peligrosa para los niños y los bebés porque estos necesitan más líquido por libra de peso corporal que los adultos.

¿Cuáles son las señales y los síntomas de la deshidratación?

Su niño podría estar deshidratado si no orina (hacer pis) con la suficiente frecuencia o si su orina es de color oscuro. Un bebé menor de 1 año debería mojar entre 6 y 8 pañales en un período de 24 horas. Un niño mayor por lo general orina cada 6 a 8 horas. Su niño también podría estar más cansado de lo habitual o tener los ojos hundidos o secos (sin lágrimas).

Las señales y síntomas más graves son:

- Hundimiento de la parte blanda de la cabeza del bebé
- Boca seca (sin saliva)
- Piel seca o arrugada
- Falta de orina durante 12 horas
- Sensación de frío en los brazos, las manos, las piernas y los pies
- Piel manchada o azulada



¿Qué tratamiento debe recibir mi niño para la diarrea y la deshidratación?

Para la diarrea

Un niño menor de 1 año: continúe alimentándolo con leche materna o leche de fórmula.

Un niño mayor de 1 año: dele alimentos que sean fáciles de digerir, como pan, galletas saladas, puré de papas, cereales cocidos, pastas y puré de manzana. No le dé a su niño alimentos con grasa o grasos mientras tenga diarrea.

Si su niño tiene diarrea leve, puede recibir alimentos y bebidas normales. Siga observando a su niño para ver si presenta señales de deshidratación si tiene diarrea.

Para la deshidratación

Un niño menor de 1 año: dele Pedialyte entre cada alimentación con leche materna o de fórmula. Pedialyte tiene un buen equilibrio de agua, azúcar y sales que el cuerpo necesita. No dé a su bebé agua pura si está deshidratado. El agua no tiene las sales y los azúcares que el cuerpo de su niño necesita cuando está deshidratado.

Un niño mayor de 1 año: dele Pedialyte. Si su niño no bebe Pedialyte, dele una bebida que esté compuesta por mitad de bebida deportiva (Gatorade, Powerade) y mitad de agua. Las bebidas deportivas sin diluir tienen mucha cantidad de azúcar y pueden causar diarrea.

Los refrescos, los jugos y otras bebidas azucaradas pueden empeorar la diarrea. Evítelos si es posible.

¿Qué sucede si mi niño tiene vómitos?

Si su niño tiene vómitos a menudo, deje de alimentarlo con leche de fórmula y alimentos sólidos.

Si tiene menos de 1 año: dele a su niño pequeñas cantidades de Pedialyte cada 15 o 30 minutos.

Si tiene más de 1 año: dele a su niño una bebida compuesta por mitad bebida deportiva (Gatorade, Powerade) y mitad agua cada 15 o 30 minutos.

Si pasaron 6 horas desde que su niño vomitó, puede alimentarlo con leche de fórmula o alimentos sólidos. Siga observando a su niño para ver si presenta señales de deshidratación.

¿Qué sucede en el hospital?

En el departamento de emergencias: los proveedores de atención médica pueden ordenar pruebas de sangre para asegurarse de que el nivel de electrolitos de su niño sea normal.

Si su niño no puede beber líquidos o está deshidratado, se le puede administrar una vía IV (un tubo pequeño que se inserta en una vena). A través de la vía IV, su niño recibirá líquidos y electrolitos.

Si es ingresado en el hospital: la vía IV permanecerá en su lugar. La sangre de su niño será analizada regularmente para garantizar que los líquidos IV estén dando resultados.

Generalmente, un niño que está deshidratado permanecerá en el hospital durante 1 a 4 días. Podrá regresar a casa cuando se sienta mejor y podrá beber líquidos claros.

¿Qué otros problemas pueden aparecer a causa de la deshidratación?

Otros problemas que a veces pueden aparecer a causa de la deshidratación son:

- Somnolencia
- Baja cantidad de azúcar en la sangre
- Menos circulación de sangre por el cuerpo
- Más vómitos o diarrea
- Un patrón de latidos cardíacos irregulares debido a los niveles bajos de electrolitos

Si estos problemas no se tratan, su niño puede enfermarse gravemente, puede tener convulsiones o sus riñones pueden dejar de funcionar.

¿Cuándo debo llamar al proveedor de mi niño?

Llame al proveedor de atención médica de su niño si este:

- No orina durante 12 horas
- Tiene mucha somnolencia y no responde, o está muy irritable y no deja de llorar
- Tiene diarrea que dura más de 1 día
- Solo ha bebido líquidos durante más de 1 día
- Tiene señales de deshidratación (vea la [página 1](#))
- Tiene diarrea con sangre o vómitos
- Tiene vómitos de color verde o vomita líquidos claros
- Tiene mucho dolor o hinchazón de vientre
- Tiene fiebre superior a 100.4 °F (38 °C), si es menor de 1 año, o superior a 104 °F (40 °C) si tiene más de 1 año

Diarrhea and Dehydration

Intermountain Healthcare cumple con las leyes federales de derechos civiles vigentes y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.