

VOMITO / GASTROENTERITIS

¿Qué provoca el vómito?

Cuando el niño vomita, a menudo es causado por un virus (**Rotavirus** and **Adenovirus** son los más comunes) o cuando tu hijo come algo que no le agrada a su estómago. El niño también puede tener evacuaciones agudas (diarrea). La mayor parte del tiempo, el vómito se detiene en 6 a 24 horas. La diarrea puede continuar por 1 o 2 semanas más. Si su hijo vomita sin diarrea, y los vómitos duran más de 24 horas, puede tener algo más serio.

¿Cómo puedo cuidar a mi hijo?

1. Ofrecer pequeñas cantidades de líquidos claros durante 8 horas (sin alimentos sólidos)

Ofrecer líquidos claros (no leche) en pequeñas cantidades hasta que 8 horas hayan pasado sin vómitos.

- **Para los bebés menores de 1 año de edad**, utilicé una solución de electrolitos orales (como Pedialyte o Kao Lectrolyte). Estas bebidas le dan minerales importantes al bebé, los cuales se pueden perder al vomitar o estar enfermo. Hasta que pueda conseguir Pedialyte o Kao Lectrolyte, dele fórmula de a 1 cucharadita (5 ml) cada 5 minutos.
- **Para niños que todavía están amamantando**, si está amamantando y su bebé vomitó más de una vez, siga alimentándolo pero sólo de un lado por 10 minutos cada 1 ó 2 horas. Si su bebé vomitó 3 veces o más, amamántelo por 4 a 5 minutos cada 30 a 60 minutos. Tan pronto hayan pasado 8 horas sin vómitos, puede volver a la normalidad de amamantar en ambos lados. Es raro la necesidad de Pedialyte y Kao Lectrolyte para los bebés alimentados con leche materna. Si el vómito continúa, cambie a Pedialyte durante 4 horas. Comience alimentar de 1 a 2 cucharaditas (5 a 10 ml) de Pedialyte cada 5 minutos. Si el bebé está orinando con menos frecuencia de lo normal, se le puede ofrecer al niño una solución de electrolitos entre comidas durante un breve periodo (de 6 a 24 horas).
- **Para un niño de más de 1 año de edad**, agua, cubitos de hielo, paletas de hielo no lácteo, refrescos a fuerza media de lima-limón sin gas son útiles (agitar el refresco hasta que no tengas gas, las burbujas inflan el estómago y aumentan las posibilidades del vómito). Gatorade (uso de fuerza media al mezclar con una cantidad igual de agua) viene en muchos sabores y es también un reemplazador efectivo de líquido y electrolitos para niños mayores de un año de edad.

Comience con 1 cucharadita a 1 cucharada de líquido claro, dependiendo de la edad de su hijo, cada 5 minutos. Después de 4 horas sin vómito, duplique de la cantidad a cada hora. Si el niño vomita en el uso de este tratamiento, permita que su hijo descanse el estómago completamente durante 1 hora y luego empezar de nuevo, pero con cantidades más pequeñas. Cuando los niños mayores están tolerando líquidos claros, puede progresar a una dieta blanda como abajo. Cuando los niños pequeños menores de 1 año están tolerando líquidos claros, en primer lugar tratar fuerza ½ fórmula durante 1-2 botellas. Si esto se tolera bien y luego progresa a la fórmula normal sin diluir. Recuerde, cuando se reanuda la fórmula sin diluir puede notar una mayor cantidad de diarrea- asegúrese de proteger el área del pañal contra la dermatitis del pañal o rozaduras.

2. Ofrecer alimentos blandos después de 8 horas sin vomito.

Después de 8 horas sin vómito, su hijo puede volver gradualmente a una dieta normal. Los bebés pueden comenzar con alimentos suaves tales como cereales. Si su bebé sólo toma fórmula, déle 1 o 2 onzas por toma lo cual sería menos de lo habitual. Los niños mayores pueden comenzar con los alimentos tales como galletas saladas, cereales, pan blanco, sopas blandas como " pollo con las estrellas, " arroz y puré de papa. El fácil de recordar " dieta BRAT " se refiere a los plátanos, arroz, puré de manzana y pan tostado que también se consideran alimentos blandos. Por lo general, su hijo puede estar de vuelta en una dieta normal dentro de las 24 horas después de la recuperación a causa del vómito.

3. Medicamentos

Evite medicamentos por vía oral durante 8 horas. Los medicamentos orales a veces pueden irritar el estómago y hacer el vómito peor. Si su hijo tiene fiebre o dolor abdominal tipo cólico, Tylenol funciona mejor. Evite Motrin, ya que puede provocar malestar estomacal, especialmente cuando se toma con el estómago vacío. Evite medicamentos gastrointestinales, como PeptoBismol o Lomotil que, aunque útil en adultos, pueden prolongar los síntomas y causar efectos secundarios peligrosos en los niños. Llame a su médico si su niño necesita seguir tomando un medicamento con receta médica.

4. Errores comunes en el tratamiento del vomito

Un error común es dar tanto líquido claro como su hijo quiere en vez de aumentar gradualmente la cantidad. Esto casi siempre conduce la continuación de vómitos.

Cantidades pequeñas y frecuentes de líquidos son la clave para tratar los vómitos y la prevención de la deshidratación.

El uso de medicamentos para adultos gastrointestinales puede ser perjudicial en los niños.

¿Cuándo debo llamar al médico de mi hijo?

Llame de INMEDIATO si:

- Su hijo muestra alguna señal de deshidratación (no a orinado en 8 horas, tiene la boca muy seca, llora sin lágrimas)
- Su hijo vomita sangre
- Su hijo parece muy enfermo

Llame durante horas de consulta si:

- Su niño tiene menos de 2 años y vomita por más de 24 horas
- Su niño tiene más de 2 años y vomita por más de 48 horas
- Tiene otras preguntas o preocupaciones