

Vómito Infantil **(Reflujo Gastroesofágico)**

¿Qué es el vómito infantil?

El vómito infantil o reflujo gastroesofágico es cuando el bebé devuelve el alimento contenido en el estómago a través del esófago hacia la boca sin ningún esfuerzo. La leche sale por la boca con facilidad a menudo precisamente cuando eructa su bebé. Generalmente pasa poco tiempo después de alimentar a su bebé. Normalmente, son los bebés (de nacimiento hasta 1 año de edad) que devuelven. Más de la mitad de todos los niños devuelven su comida en cierto grado.

La regurgitación es inofensiva, siempre y cuando su bebé no vomite grandes cantidades que interfieran con el peso normal.

¿Qué es la causa?

Este padecimiento se presenta porque el esfínter esofágico inferior, (anillo de músculos que permite el paso de los alimentos del esófago al estómago y que al contraerse evita que regrese), no ha madurado totalmente y carece de la fuerza necesaria para mantenerse cerrado.

¿Cuánto dura?

La regurgitación mejora con la edad. A los 7 meses de edad, la mayoría de reflujo ha disminuido o se ha resuelto. Las razones para esto son, probablemente, porque el bebé tiene la edad suficiente para sentarse o está comiendo alimentos sólidos. Para el momento en que su bebé ha estado caminando durante 3 meses, incluso reflujo severo debe ser totalmente resultado.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo?

- **Alimentos en cantidades más pequeñas**
La alimentación excesiva de su hijo empeora el vómito, ya que es más probable que ocurra con el estómago completamente lleno. Disminuya la alimentación de su hijo (por lo menos una onza menos de lo que acostumbra) y aliméntelo cada dos horas. Su bebé no tiene que terminarse la botella completa.
- **Evite la presión sobre el estómago de su hijo**
Evite apretar los pañales ya que esto presiona de más el estómago. No permita que otras personas jueguen bruscamente con su hijo después de cada comida.
- **Haga eructar al bebé**
Haga eructar a su bebé de dos o tres veces durante cada alimentación. Hágalo cuando hace una pausa y mira a su alrededor. No interrumpa su ritmo de alimentación con el fin de sacarle los gases. Tenga en cuenta que eructar es menos importante que darle comidas más pequeñas y evitar los pañales apretados.
- **Mantenga a su bebé en posición vertical después de alimentarlo**
Después de alimentar a su hijo procure mantenerlo en posición vertical durante 30 minutos usando un porta niños delantero o trasero o un columpio.
- **Acueste a su hijo en una posición adecuada**
La mayoría de los bebés que tiene problemas de vomito pueden dormir de espaldas. Esta es la posición que se recomienda para evitar el riesgo de SIDS (síndrome de muerte infantil súbita). Si su bebé se está ahogando o si tiene problemas para respirar, llame a su médico.

- **Agregue cereal de arroz a la formula**

Si después de haber seguido las sugerencias que aparecen arriba su hijo sigue vomitando, puede probar hacer más espesa la formula con cereal de arroz. Agregue una cucharadita de cereal de arroz por cada onza de formula. También tendrá que agrandar la apertura del chupón del biberón.

- **Bloqueadores de ácido o antiácidos líquidos**

Los bebés con reflujo o síntomas de la acidez estomacal severa necesitan reducción temporal del ácido del estómago. En los primeros 6 meses de vida, es posible comprar sin receta Maalox o Mylanta para adultos (el sabor de Berry es una buena opción si está disponible). Para este grupo de edad, use 2.5mL de Maalox o Mylanta cuando tenga instantes de molestias/llorar sin motivo hasta 3 veces al día hasta que otros medicamentos o medidas se vuelvan efectivos (los medicamentos recetados son de acción más prolongada y más fuertes, pero pueden tomar hasta 1 semana para que tengan pleno efecto).

¿Cuándo debo llamar al médico?

Llame de INMEDIATO si:

- Observa sangre en el vomito
- El vómito provoca ahogamiento o tos

Llame al médico durante horas de consulta si:

- El vómito no mejora después de seguir las recomendaciones
- Su bebé no aumenta de peso en forma normal
- Usted tiene alguna otra pregunta o preocupación