

GASTROENTERITIS AGUDA

Apellido y nombre:

Historia Clínica:

Su hijo presenta un cuadro de gastroenteritis. En general, son cuadros que cursan con diarrea y vómitos y, en la gran mayoría de los casos, no es necesario el uso de medicamentos.

Con una hidratación y alimentación adecuada cura espontáneamente en 5 a 7 días.

Deberá estar alerta si su hijo presenta:

- Dolor abdominal en aumento.
- Vómitos frecuentes.
- Palidez marcada.
- Disminución en la cantidad de orina.
- Diarrea con sangre.
- Deposiciones diarreicas muy frecuentes y abundantes.
- Decaimiento marcado.

Medidas de prevención para gastroenteritis

- Lavarse bien las manos con agua y jabón antes de preparar biberones o manipular alimentos.
- Lavar bien las frutas y verduras antes de consumirlas.
- Cocinar bien los alimentos como carnes y huevos.
- No usar la misma tabla sin lavar donde apoyó carne cruda para cortar otros alimentos.
- La carne, al igual que las hamburguesas, deben estar bien cocidas. NO DEBEN tener color rosado en su interior.
- Asegurarse de que el agua para consumo sea potable, DE LO CONTRARIO HERVIRLA.

Indicaciones médicas:

- Si es lactante, continuar con la lactancia materna a intervalos frecuentes.
- Administrar abundantes líquidos (agua, sales de rehidratación) de forma fraccionada, con cucharita.

Dieta para diarrea:

Leche entera o yogurt natural, sin cereales ni frutas.

Carnes bien cocidas y magras (pollo, vaca, cocidas al horno, plancha o hervida).

Huevo duro.

Puré de zanahorias.

Manzana asada, banana madura.

Nestum arroz o maíz.

Sémola, fideos cabello de ángel, arroz, polenta (con queso y aceite).

Pan tostado, galletitas de agua, galletitas dulces simples (tipo María, Vocación).

Jaleas de membrillo, dulce de membrillo.

Quesos untables, frescos, port salut. Si son quesos duros, con moderación.

Otras indicaciones:

.....