



Fuente CIUSSS MCQ

# Gastroenteritis en niños de 0-17 años

La gastroenteritis (comúnmente conocida como *gastro*) es una inflamación del aparato digestivo, a menudo causada por una infección vírica. Su principal complicación es la deshidratación, que puede producirse rápidamente, sobre todo en niños menores de 2 años.

Su hijo puede experimentar principalmente vómitos y/o deposiciones blandas frecuentes (diarrea). Estos síntomas pueden ir acompañados de fiebre o dolor abdominal. Esta enfermedad contagiosa suele durar menos de una semana. Sin embargo, las heces pueden tardar hasta 7-10 días en normalizarse por completo.

La gastroenteritis es contagiosa. Es importante que lave sus manos y las de su hijo con frecuencia. Limpie las superficies comunes (inodoro, lavabo, superficies de trabajo, cambiador, etc.) lo más a menudo posible con un desinfectante.

El tratamiento principal consiste en mantener una hidratación adecuada. El estado general del niño es más importante que el número de vómitos o diarreas.

## Signos de deshidratación a tener en cuenta:

- Boca seca.
- Llanto sin lágrimas.
- Sed excesiva.
- Disminución de la frecuencia urinaria (menos de 3 o 4 veces por periodo de 24 horas).
- Somnolencia o irritabilidad.

## Hidrate constantemente

### a pesar de vómitos y diarrea.

Ofrezca al niño líquidos con regularidad, en pequeñas cantidades cada vez, de acuerdo con los 3 puntos siguientes:

- **Si usted amamanta a su hijo:**

Ofrezca el pecho a su bebé más a menudo para asegurarse de que está bien hidratado.

- **Si su hijo se alimenta con leche artificial:** Prepare la leche siguiendo las instrucciones del fabricante, es decir, la misma concentración, y ofrézcale tomas más frecuentes para que esté bien hidratado.
- **Si su hijo ha empezado a tomar alimentos sólidos, independientemente del tipo de leche:**

Las soluciones de rehidratación para beber siguen siendo la opción preferida.

## Soluciones de rehidratación para beber

### -Primera opción:

#### Solución de rehidratación comercial:

Líquido listo para usar o polvo para reconstituir. Es muy importante seguir las recomendaciones del fabricante a la hora de diluir.

### -Segunda opción:

#### Receta casera (para alivio a corto plazo)

- 360 ml de jugo de naranja sin azúcar y sin pulpa. Jugo congelado: reconstituir el jugo con agua hervida durante 5 minutos.
- 600 ml de agua (hervir durante 5 minutos y enfriar bien antes de dársela al niño).
- 2,5 ml (½ cucharadita) de sal de mesa.

Utilice sólo las cantidades indicadas para no agravar la enfermedad de su hijo.

### -Tercera opción:

#### Jugo de naranja diluido con la cantidad

equivalente de agua hervida durante 5 minutos (enfriar bien el agua antes de usarla). Prepare una mezcla de mitad jugo de naranja y mitad agua. Sólo debe utilizarse jugo de naranja sin azúcar y sin pulpa.

Ofrézcale de 5 a 15 ml cada 5 a 15 minutos, según la tolerancia de su hijo. Aumente lenta pero progresivamente las cantidades en función de la tolerancia, la sed y la cantidad de diarrea o vómitos.

### Cantidades recomendadas en función de la edad

Edad	Cantidad recomendada
De 0 a 6 meses	De 30 ml a 90 ml por hora (de 1 a 3 onzas)
De 6 meses a 2 años	De 90 ml a 125 ml por hora (de 3 a 4 onzas)
Más de 2 años	De 125 ml a 250 ml por hora (de 4 a 8 onzas)

Para obtener una cantidad precisa en función de la edad y el peso de su hijo, le recomendamos que hable con su farmacéutico o se ponga en contacto con Info-Santé llamando al 811.

### Reanudación de la alimentación

1. Si su hijo vuelve a vomitar, dele un descanso de 30-60 minutos sin líquidos ni alimentos sólidos.
2. Reanude la hidratación gradualmente, en 5-15 mL cada 5-15 minutos, según lo que su hijo pueda tolerar.
3. Tras 4 horas de rehidratación bien tolerada, reanude la alimentación habitual de su hijo, gradualmente, en pequeñas cantidades cada vez.

No se recomienda dar a beber únicamente solución rehidratante durante más de 24 horas.

- La reanudación precoz de la alimentación regular del niño (leche materna, preparados comerciales para lactantes, alimentos sólidos) reduce la duración de los síntomas y mantiene el estado nutricional.
- Siga una dieta variada a base de cereales, pan, pasta, arroz, fruta, verdura, carne y productos lácteos. La dieta restrictiva (plátano, compota, arroz y tostadas) no ayuda a reducir la diarrea ni los vómitos.
- Además, este tipo de dieta tiene menos calorías y menos nutrientes, lo que puede retrasar el proceso de recuperación. Evite los

alimentos crudos, picantes o dulces, así como los jugos de fruta y los refrescos.

### Tenga en cuenta que:

- Puede administrar el paracetamol o ibuprofeno para reducir la fiebre y el dolor.
- Puede dar paracetamol a su hijo si tiene más de 3 meses. Siga la posología, la cantidad y el intervalo de dosificación recomendados en la etiqueta del producto, según el peso de su hijo.
- En caso de duda, consulte a su farmacéutico o a Info-Santé llamando al 811.
- Evite dar ibuprofeno si su hijo no puede hidratarse.
- Si su hijo tiene náuseas o vómitos, utilice supositorios de paracetamol.

**¿Cuándo consultar?** *(En En todo momento, puede hacerse referencia [a la herramienta de apoyo a la toma de decisiones](#).)*

### Signos de deshidratación grave:

- Orina menos de 3 ó 4 veces en un período de 24 horas.
- Ojos oscuros y sin lágrimas.
- Boca y lengua secas y pegajosas.
- Su hijo se niega a hidratarse.
- Dolor abdominal que persiste o empeora.
- Diarrea que persiste durante más de 7 días.
- Fiebre que persiste durante más de 24-48 horas.

### ¿Cuándo acudir **RÁPIDAMENTE** a urgencias?

- Sangre en las heces o heces negras.
- Diarrea con fuertes dolores abdominales.
- Diarrea, sed intensa y ausencia de orina durante más de 12 horas.
- Vómitos frecuentes que se prolongan durante más de 4-6 horas a pesar de la administración de pequeñas cantidades de solución de rehidratación oral.
- Vómitos con sangre o heces.
- Deterioro del estado general (debilidad, somnolencia, irritabilidad, confusión).

## Para más información



- [Hojas informativas y vídeos: ciusssmcq.ca/health-advice/you-are-ill/](https://ciusssmcq.ca/health-advice/you-are-ill/)
- [Ayuda a la decisión: gastroenteritis](#)
- [INSPQ : Diarrea y vómitos \(gastroenteritis\)](#)
- [Gastroenteritis: registro del Centro Hospitalario Universitario Sainte-Justine](#)

## Datos de contacto de las clínicas médicas

- [Sitio web del CIUSSS MCQ: información de contacto de las instalaciones](#)

## ¿A quién consultar?

- Su farmacéutico.
- Info-Santé 811 disponible en todo momento: 24 horas al día, 7 días a la semana.
- Su médico de familia en su GMF o clínica médica
- Si no tiene médico: 1-844-313-2029, opción 1. Abierto de 8:00 am a 8:00 pm de lunes a viernes y de 8:00 am a 4:00 pm los sábados, domingos y festivos.
- Clínicas sin citas
- El servicio de urgencias más cercano a su residencia (Véase la información anterior *¿Cuándo acudir RÁPIDAMENTE a urgencias?*)