

GASTROENTERITIS AGUDA

Què és la gastroenteritis?

La gastroenteritis és una infecció que causa diarrea, és a dir, augmenta el nombre de deposicions i són més toves. Generalment, també fa vòmits, febre i dolor abdominal.

Què s'ha de fer a casa?

S'ha d'evitar que l'infant es deshidrati:

- Cada vegada que l'infant fa una diarrea o vomita ha de reposar el líquid. Feu servir el sèrum hiposòdic de venda a les farmàcies. No s'aconsellen les begudes per a esportistes, sucs envasats, refrescos o begudes preparades a casa.
- Si l'infant vomita sovint ha de prendre el sèrum a poc a poc (una cullerada cada 5 minuts) i augmentar-ne la quantitat progressivament segons la vagi tolerant.
- Quan no vomiti els líquids, doneu-li menjar en petites quantitats, sense forçar-lo i mantenint l'aportació de líquid entre les preses.

Pla de menjars

- No cal cap temps de dejuni. Des del començament pot menjar, sense forçar. En general, els infants amb gastroenteritis tenen poca gana.
- Si fa lactància materna, l'ha de continuar i augmentar la quantitat de preses.
- Els biberons de llet s'han de fer amb el nombre de cullerades habitual, sense diluir-los més.
- La dieta astringent no és imprescindible. N'hi ha prou amb una alimentació suau, que li vingui de gust. El menjar que acostumen a tolerar millor són: cereals (arròs, pasta, com ara macarrons o similars), patata, pa, carn magra, verdura (no flatulent), peix, iogurt i fruita. S'han d'evitar els menjars flatulents, amb molt de greix o sucre, pastisseria industrial, sucs envasats i postres dolços.

Quan s'ha de consultar a un servei d'urgències?

- Si l'infant està decaïgut o endormiscat, no fa pipí, no té saliva a la boca o plora sense llàgrimes.
- Si vomita molt sense tolerar res o fa diarrees molt líquides i freqüents de manera que no és capaç de beure tant com perd.
- Si fa vòmits verdosos o amb sang.
- Si fa deposicions amb sang.

Qüestions importants

- No feu servir solucions casolanes (llimonada alcalina), ni refrescos comercials per reposar les pèrdues produïdes per la gastroenteritis.
- Feu servir les solucions de rehidratació ja preparades que venen a la farmàcia.
- Si feu servir solucions de rehidratació en pols, seguiu les instruccions del producte. Assegureu-vos que la quantitat d'aigua sigui la correcta.
- El perill de deshidratació es més gran quan més petit és l'infant.
- No li doneu medicaments per a la diarrea o els vòmits sense consultar amb el pediatre.

