

Diarrea Aguda (Gastroenteritis)

La diarrea es un problema común en los niños y una de las razones más frecuentes de las visitas al consultorio del médico. Las infecciones por virus o bacterias son la causa principal de la diarrea aguda, pero es posible que haya otras razones. Independientemente de cuál sea la causa de la diarrea, su hijo debe ser observado cuidadosamente para evitar la deshidratación, especialmente en los bebés.

¿Qué es la diarrea aguda?

Diarrea significa deposiciones de poca consistencia que generalmente provocan evacuaciones frecuentes. Es posible que también se presente vómito.

Diarrea aguda significa que la diarrea solamente dura por un tiempo limitado; también se llama *gastroenteritis*. Existen muchas causas posibles de gastroenteritis, entre ellas infecciones por bacterias, virus y parásitos. La diarrea también puede ser síntoma de otra enfermedad, pero esto es menos común.

La gastroenteritis es la mayor causa de enfermedades en niños de todo el mundo, especialmente en lugares donde los niños viven en condiciones antihigiénicas. La diarrea aguda usualmente desaparece dentro de un periodo que varía entre unos días y una semana.

Es posible que su hijo necesite antibióticos u otro tratamiento si la infección es causada por bacterias o parásitos. Si es causada por un virus (comúnmente llamado “influenza estomacal”), los antibióticos no surten efecto. Usted debe observar detenidamente a su hijo para asegurarse de que la diarrea no le produzca una deshidratación y para darle fluidos que reemplacen los que se han perdido.

¿Cuáles son los síntomas?

- Es posible que la diarrea aguda comience súbitamente. Su hijo comienza a tener evacuaciones frecuentes; puede parecer que simplemente no puede parar de ir al baño.
 - La materia fecal tiene poca consistencia y es aguada.
 - Es posible que haya sangre en la materia fecal. Esto es más común si la diarrea aguda es causada por una bacteria. *Llame al consultorio del médico si su hijo tiene sangre en la materia fecal.*
- El vómito puede ser un síntoma temprano, pero usualmente sólo se presenta durante algunos días.
- Otros síntomas pueden ser cólicos abdominales y fiebre.

¿Cuál es la causa de la diarrea aguda?

Existen muchas causas posibles de gastroenteritis. Algunas de las más comunes son:

- *Virus*. Las infecciones por virus son la causa más común de diarrea aguda. Estas infecciones a veces se llaman influenza estomacal, aunque no son causadas por el virus de la influenza. La diarrea por virus generalmente desaparece en pocos días sin necesidad de antibióticos.
- *Bacterias*. La diarrea puede ser causada por infecciones debidas bacterias, tales como la *Salmonella* y la *Shigella*, o ciertos tipos de *Escherichia coli*. Estos gérmenes pueden transmitirse por medio de comidas o agua contaminadas, o porque su hijo contrae los gérmenes de una persona infectada. Algunas de estas infecciones son tratadas con antibióticos, pero otras no.
- *Parásitos*. La diarrea puede ser causada por ciertos parásitos; el más común es el *Giardia lamblia*. Es más probable que estas infecciones se presenten si su hijo ha viajado recientemente o si viene de un área donde estos parásitos son comunes. Sin embargo, puede que también ocurran brotes en otras áreas. Se administran medicinas específicas para matar al parásito.
- *Otros factores pueden ser los causantes*, como alergias, intoxicación por comida, enfermedades gastrointestinales y otras enfermedades. Si la diarrea de su hijo no desaparece como es esperado, puede que su médico recomiende hacer un análisis para determinar la causa.

¿Cuáles son las posibles complicaciones de la diarrea aguda?

La *deshidratación* es la principal complicación de la diarrea en los niños. Ésta ocurre cuando su hijo no toma suficientes líquidos para reemplazar los que el cuerpo está perdiendo por la diarrea. Su hijo se puede deshidratar incluso si no está sediento. La deshidratación se puede desarrollar rápidamente, en especial en los bebés.

Los signos de *deshidratación temprana* son:

- Orinar con menos frecuencia, en menor cantidad.
- Resequedad de la boca o boca pegajosa.
- Disminución en la cantidad de lágrimas al llorar.

Los signos de *deshidratación más grave* son:

- Ausencia de lágrimas.

- Ojos secos o hundidos.
- En los bebés, el “punto blando” hundido en la parte superior de la cabeza (fontanela).
- Piel que parece pálida.
- Somnolencia excesiva.

Administre líquidos para evitar la deshidratación, entre ellos preparaciones especiales como el Pedialyte.

Llame a nuestro consultorio si su hijo desarrolla síntomas de deshidratación.

¿Qué pone a su hijo en riesgo de tener una diarrea aguda?

- La diarrea es un síntoma muy común. Casi todos los niños presentan por lo menos una diarrea leve una que otra vez.
- Ciertos factores incrementan el riesgo de que su hijo tenga una diarrea aguda, como asistir a una guardería, vivir en condiciones antihigiénicas y viajar a áreas donde los parásitos son comunes.
- Los niños que tienen enfermedades que afectan la capacidad del sistema inmunitario para combatir los gérmenes corren un riesgo mayor de contraer infecciones que llevan a la diarrea aguda, tales como algunos virus y parásitos que no causan diarrea en los niños sanos.

¿Se puede prevenir la diarrea aguda?

Haga que su hijo se lave las manos frecuentemente y tome otras medidas para evitar que se extienda la infección que causa la diarrea de su hijo.

¿Cuál es el tratamiento para la diarrea aguda?

Determinar la causa. El médico examinará a su hijo y hará preguntas que ayuden a determinar qué está causando la diarrea. Otros síntomas de su hijo, además de la información acerca de lo que ha comido, pueden aportar datos importantes. Además, su médico puede tener una buena idea acerca de los gérmenes causantes de diarrea que están circulando en su comunidad. Se puede analizar una muestra de materia fecal de su hijo para obtener datos acerca de la posible causa.

Tratamiento. Puede que su hijo reciba tratamiento con antibióticos si la causa es una infección por cierto tipo de bacteria. Los antibióticos son administrados para ayudar a que su hijo se recupere más rápidamente, para reducir el riesgo de propagar la infección y para evitar complicaciones. Asegúrese de que su hijo termine todo el antibiótico recetado; no deje de darle la medicina aunque se sienta mejor.

- Su hijo será sometido a otros exámenes si se sospecha una infección por parásitos. Es posible que se necesiten medicinas especiales para matar el parásito.
- Los antibióticos no serán de ayuda si la causa es una infección por virus, porque estas medicinas sólo matan bacterias, no virus. La mayoría de las causas de diarrea por virus desaparecen en pocos días.

Prevenir la deshidratación. Independientemente de cuál sea la causa de la diarrea de su hijo, el tratamiento más importante es reemplazar los fluidos que se están perdiendo para prevenir la deshidratación. Esto es especialmente importante para los bebés, quienes pueden perder fluidos corporales muy rápidamente.

- Existen soluciones especiales para reemplazar los fluidos corporales que se han perdido, tales como el Pedialyte. Estos productos no sólo proveen agua, sino también azúcares y electrolitos (sales) que el cuerpo de su hijo necesita. Estas preparaciones ayudan al cuerpo de su hijo a absorber tanta agua como sea posible.
- Para los niños mayores que no toman Pedialyte, es una buena opción darles Gatorade y Crystal Light. No les dé jugos de fruta porque estos pueden empeorar la diarrea. Se permite la leche. La mayoría de los niños con diarrea leve que pueden tomar leche no necesitan soluciones de fluidos especiales.

Tratar la deshidratación. Si su hijo está deshidratado, puede ser que necesite grandes cantidades de líquidos. Los líquidos se pueden administrar en cantidades pequeñas a intervalos cortos de tiempo. Si es necesario, administre una cucharadita cada uno o dos minutos. Después de un tiempo, puede darle gradualmente cantidades más grandes de reemplazo de líquidos a intervalos más largos. Su hijo también puede comer otros alimentos si los puede tolerar.

- Administrar fluidos para reemplazar los que se han perdido es importante aunque su hijo esté vomitando. Déle tantos líquidos como sea posible, aunque sea una o dos cucharaditas, a intervalos frecuentes. El vómito usualmente disminuye con el tiempo.

Si el vómito continúa o es intenso, y su hijo no “retiene” ningún líquido, es posible que deba ir al hospital. Allí le darán fluidos intravenosos (IV) junto con otros tratamientos necesarios.

- Después de que su hijo se haya rehidratado (ya no esté deshidratado), reanude la alimentación tan pronto como sea posible, lo cual incluye el amamantamiento para los bebés. Para los niños mayores, comience con alimentos tales como arroz o pan, carnes magras, yogur o verduras.
- Por lo general, los niños no deben usar antidiarreicos sin receta médica, como el Imodium o el Kaopectate. Estos productos pueden disminuir el número de deposiciones pero no reducen la cantidad de diarrea.

- La duración y gravedad de la diarrea de su hijo dependerán principalmente de la causa. La mayoría de los casos de diarrea comienzan a mejorar en pocos días.

 **¿Cuándo debo llamar a su consultorio?**

Llame a nuestro consultorio si:

- La diarrea de su hijo no comienza a mejorar dentro de 3 a 5 días.
- Su hijo tiene vómito continuo o intenso que hace imposible el reemplazo de los líquidos perdidos.
- Usted tiene problemas para reanudar la dieta de su hijo, especialmente si él o ella no puede comer durante más de 1 día.

Llame a nuestro consultorio inmediatamente si:

- Su hijo presenta síntomas de deshidratación.
- Él o ella orina muy poco o no orina; en los bebés, pañales secos durante 6 u 8 horas.
- Resequedad de la boca.
- Somnolencia inusual.
- Ojos hundidos o punto blando (fontanela).
- Diarrea con sangre visible.