

## Woodburn Pediatric Clinic

### Tratamiento para la Diarrea y el Vómito

1. Mantenga al niño bien hidratado (deje que el niño tome líquidos saludables)
2. Mantenga al niño bien nutrido (deje que el niño coma, pero no se preocupe, si el niño no tiene hambre)

Evite todos los alimentos y bebidas que en el pasado le han causado malestar estomacal.

Empújelo los líquidos. Si el niño tiene vómito, dele pequeñas cantidades de líquido (2 cucharaditas) cada 10 minutos.

Líquidos permitidos para la rehidratación – **Pedialyte** es el mejor, **Gatorade, agua**. **NO** le de leche, ni jugo o té.

Límite las frutas y verduras frescas, puede promover la diarrea. **SI le puede dar plátanos.**

Los alimentos que son generalmente bien tolerados incluyen: arroz cocido, sopas claras, pan tostado, galletas saladas, tortillas de harina blanca, papas cocidas, huevos cocidos, fideos, verduras cocidas, plátano y gelatina. Yogur o prebióticos pueden ayudar. **Evite** comidas grasosas o fritas.

Asegúrese de que todos en casa se laven bien sus manos después de ir al baño, después de cambiar pañales y antes de preparar los alimentos y antes de comer.

#### **Observe signos de deshidratación:**

- Si el paladar está seco (en la boca del niño).
- Si orina menos, debe tener al menos 2 pañales mojados en 12 horas.
- Si la mollera se ve hundida o caída.

#### **Llame a la clínica al 503-981-5348, si se presenta cualquiera de los siguientes síntomas:**

- Si cree que el niño está deshidratado.
- Si el niño vomita varias veces y esto dura más de 1 día.
- Si hay moco o sangre en el popo.
- Si tiene fiebre más alta que 101.0 grados.
- Si tiene 10 o más evacuaciones al día (diarrea).
- Si hay otros síntomas que le preocupen.

Esta información está basada en las actualizaciones médicas. Actualizada en 08/2016.