

Gastroenteritis y deshidratación en niños

Hoy se trató a su hijo por gastroenteritis (“gripe estomacal”). La gripe estomacal es causada por un virus o una toxina que se encuentra en los alimentos. Los síntomas incluyen vómitos (devolver) y diarrea (materia fecal blanda y acuosa).

Estos síntomas pueden provocar deshidratación (pérdida de agua y minerales del cuerpo). Para evitarlo, usted debe instar a su hijo a beber pequeñas cantidades de líquido de forma regular.

No creemos que su hijo deba permanecer en el hospital.

Consideramos que es seguro para su hijo regresar a su casa.

Aquí encontrará respuestas a algunas preguntas comunes acerca de este tipo de enfermedad.

Líquidos transparentes sugeridos para niños

Menores de 1 año de edad:

- Pedialyte.
- Otras marcas de líquidos de rehidratación oral (Walgreens, Target, CVS; que se venden como líquido, polvo o paletas de helado).

Gastroenteritis and Dehydration in Children

Today your child was treated for gastroenteritis (“stomach flu”). The stomach flu is caused by a virus or food toxin. Symptoms include vomiting (throwing up) and diarrhea (loose, watery stools).

These symptoms may cause dehydration (loss of water and minerals). To prevent this, you must urge your child to drink small amounts of fluid on a regular basis.

We do not think your child needs to stay in the hospital.

We believe that it is safe for your child to go home. Here are answers to some common questions about this illness.

Suggested clear liquids for children

Under the age of 1 year:

- Pedialyte
- Other brands of oral rehydration fluids (Walgreens, Target, CVS; sold as liquid, powder or freezer pops).

Si usted es sordo o tiene dificultades para oír, por favor avísenos. Tenemos a su disposición servicios gratuitos de intérpretes de lenguaje de señas (ASL y SEE), lectores de labios para inglés, teclados telefónicos, amplificadores telefónicos, materiales para escribir mensajes y materiales impresos.

Mayores de 1 año de edad:

- Pedialyte.
- Gatorade diluido (mezcla de ½ parte de Gatorade y ½ parte de agua).
- Puede probar otros líquidos transparentes. Los mejores contienen azúcar, sodio y potasio.

¿Cómo se trata la gripe estomacal?

A veces, realizaremos análisis para detectar un virus o para ver si su hijo está deshidratado. No recetamos antibióticos porque no funcionan con el virus de la gripe. Estos medicamentos solamente funcionan en las infecciones causadas por gérmenes (bacterias). Por lo general, los niños mejoran en 2 a 5 días.

¿Cómo se evita la deshidratación?

La mejor manera de evitar la pérdida de agua del cuerpo es beber la cantidad suficiente de líquidos apropiados. Si su hijo está muy deshidratado o no puede beber lo suficiente, es posible que sea necesario administrar líquidos por vía intravenosa (IV, un tubo pequeño que se coloca en una vena).

Over the age of 1 year:

- Pedialyte
- Half-strength Gatorade (mixture of ½ Gatorade with ½ water).
- You may try other clear liquids. The best ones contain sugar, sodium and potassium.

How do you treat stomach flu?

Sometimes we will test for a virus or to see if your child is dehydrated. We do not prescribe antibiotics because they do not work on the flu virus. These medicines only work on infections caused by germs (bacteria). Children usually get better in 2 to 5 days.

How do you prevent dehydration?

The best way to prevent loss of water from the body is to drink enough of the right kind of fluids. If your child is very dehydrated or cannot drink enough, we may need to give fluids through an IV (small tube that is placed in a vein).

¿Qué debo darle a mi hijo para comer y beber?

Si su hijo tiene vómitos (con o sin diarrea)

1. Al principio, dele a su hijo pequeños sorbos de líquidos transparentes, alrededor de 1 cucharadita cada 5 minutos aproximadamente.
2. Después de 2 horas de líquidos transparentes, dele a su hijo pequeñas cantidades de leche materna, leche o leche maternizada. No agregue más agua a la leche materna o a la leche maternizada.
3. Si su hijo come alimentos sólidos, comience a agregar cantidades pequeñas de alimentos blandos. Estos pueden incluir cereales, pan, fideos, puré de papas, vegetales cocidos, arroz, galletas, yogur o puré de manzana.
4. Después de 24 horas, su hijo puede regresar a su dieta y horarios de alimentación normales.

No le dé bebidas que contengan cafeína (algunos té, bebidas gaseosas, PowerAde y café) ni alimentos con mucha azúcar o grasa. Estos alimentos empeoran los vómitos y la diarrea.

Si su hijo tiene diarrea solamente (no tiene vómitos)

1. Dele a su hijo líquidos adicionales. Comience con leche materna, leche o leche maternizada. No agregue más agua a la leche materna o a la leche maternizada.
2. Si su hijo come alimentos sólidos, comience a agregar cantidades pequeñas de alimentos blandos (consulte el punto número 3 de la primera página).

What should I give my child to eat and drink?

If your child has vomiting (with or without diarrhea)

1. At first, give your child small sips of clear liquids, about 1 teaspoon about every 5 minutes.
2. After 2 hours of clear liquids, give your child small amounts of breast milk, milk or formula. Do not add extra water to breast milk or formula.
3. If your child eats solid foods, begin to add small amounts of bland foods. These may include cereal, bread, noodles, mashed potatoes, cooked vegetables, rice, crackers, yogurt or applesauce.
4. After 24 hours, return to your child's normal diet and feeding schedule.

Do not give drinks with caffeine (some teas, soda, PowerAde and coffee) or foods with lots of sugar or fat. They will make vomiting and diarrhea worse.

If your child has diarrhea only (no vomiting)

1. Give your child extra liquids. Start with breast milk, milk or formula. Do not add extra water to breast milk or formula.
2. If your child eats solid foods, begin to add small amounts of bland foods (see number 3 on the first page).

3. Si la diarrea es intensa, dele mucho líquido adicional.
4. Después de 24 horas, su hijo puede regresar a su dieta y horarios de alimentación normales.
5. Puede tratar de alimentar a su hijo con yogur natural (con cultivos activos) o con productos de farmacia, como Culturelle o Florastor Kids.

¿Hay algún medicamento que pueden ayudar?

- Para las molestias, dele acetaminofeno (Tylenol para niños). Los niños mayores de 6 meses puede tomar ibuprofeno (Motrin para niños) o Tylenol.
- Para la diarrea, no utilice medicamentos de la farmacia (Pepto-Bismol o Imodium).

¿Pueden otras personas contraer el virus?

Sí. Para detener el contagio del virus, lávese las manos antes de comer y después de cambiar un pañal Nunca cambie un pañal cerca de una zona donde se preparan alimentos. Además, asegúrese de que su hijo reciba la vacuna contra el rotavirus, una causa común de gripe estomacal.

3. If the diarrhea is severe, give plenty of extra fluids.
4. After 24 hours, return to your child's normal diet and feeding schedule.
5. You may try feeding your child plain yogurt (with active cultures) or products from the drug store such as Culturelle or Florastor Kids.

Are there any medicines that may help?

- For discomfort, give acetaminophen (Children's Tylenol). Children over 6 months may have ibuprofen (Children's Motrin) or Tylenol.
- For diarrhea, do not use drug-store medicines (Imodium or Pepto-Bismol).

Can others get the virus?

Yes. To stop the spread of the virus, wash your hands before you eat and after changing a diaper. Never change a diaper near an area where you prepare food. Also, make sure your child gets the shot for rotavirus, a common cause of stomach flu.

Regrese al departamento de emergencias de inmediato si observa lo siguiente:

- Boca seca.
- Falta de lágrimas al llorar u ojos hundidos.
- Cuerpo sin fuerza o debilidad.
- El área blanda en la cabeza de su bebé parece hundida.
- Poca o nada de orina (pis).
- Sangre en el vómito o en la diarrea (se ve de color rojo o negro).
- Convulsiones o “ataques”.
- El niño está muy somnoliento o confundido.
- Dolor de vientre que empeora.
- Fiebre nueva superior a 38,8 °C (102 °F) cuando se mide en la boca.

En caso de emergencia, llame al 911.

Para obtener más información:

Llame a la línea de asesoramiento de enfermería al 612-672-1065 o visite www.pemguidelines.org

Return to the emergency department right away if you notice:

- Dry mouth
- No tears when crying or eyes are sunken
- Limp body or weakness
- The soft spot on baby’s head looks sunken
- Little or no urine (pee)
- Blood in the vomit or diarrhea (looks red or black)
- Seizures or “fits”
- Child is very sleepy or confused
- Pain in belly that gets worse
- New fever over 102°F (38.8°C) when taken by mouth.

In an emergency, call 911.

For more information:

Call the nurse advisors’ line: 612-672-1065 or

Visit www.pemguidelines.org