



# Consejos **pediátricos**

## VÓMITOS

### ¿QUÉ HACER SI NUESTRO HIJO TIENE VÓMITOS?

Para tratar en casa los vómitos en vuestro hijo se puede seguir los siguientes consejos, que denominamos **PAUTA DE TOLERANCIA ORAL**. Podemos realizar esta pauta con cualquiera de los productos específicos para ello:

**a) Pre-escolares y escolares:** CITORSAL. CITORAL. CITORAL JUNIOR Zn. SUERORAL HIPOSÓDICO. BIORALSUERO SABOR NEUTRO. ELECTROLIT.

**b) Lactantes:** BIORALSUERO BABY.

Excepcionalmente se podrá utilizar manzanilla azucarada con unas gotas de limón. Están **CONTRAINDICADOS el uso de: zumos artificiales, lácteos, Aquarius, bebidas de cola, bebidas de té, etc.**

### ¿CÓMO REALIZAR LA ADMINISTRACIÓN DE LÍQUIDOS?

Para controlar y evitar que el paciente siga vomitando se debe administrar la solución oral en pequeñas cantidades que irán aumentando de volumen de forma progresiva.

**1ª Hora:** 2,5 ml DEL SUERO ORAL cada 10 minutos.

**2ª Hora:** 5 ml DEL SUERO ORAL cada 10 minutos.

**3ª Hora:** 5 ml DEL SUERO ORAL cada 5 minutos.

**4ª Hora:** 10 ml DEL SUERO ORAL cada 5 minutos.

A partir de la 4ª hora se puede administrar **10 ml cada 2-3 minutos**, y es obligada la introducción de alimento, sin forzar.

Puede ocurrir que, durante el tiempo de tolerancia oral, el paciente presente de nuevo un vómito, en ese caso se suspende la administración de líquido durante 20 minutos y se reinicia de nuevo desde el principio, es decir a la dosis de 2,5 ml/10 minutos. El tiempo de tolerancia oral, no debe exceder las 4 horas. Si durante ese tiempo y a pesar de seguir estas recomendaciones en el paciente persisten los vómitos debe ser valorado por su pediatra.

### ¿CUÁNDO DEBEMOS ACUDIR A UN SERVICIO DE URGENCIAS?

Si se cumplen alguno de los siguientes criterios: **fiebre alta, superior a 39°C** y que no cede a cifras inferiores con el tratamiento antitérmico. **Si no cesan los vómitos**. Si está **muy decaído** o con sensación de desconexión. Si presenta **palidez-terrosa generalizada en la piel** o si de forma súbita impresiona enfermedad grave.

Una vez el paciente ha tolerado y han cesado los vómitos, **se debe reintroducir la alimentación. No debe estar más de 6 horas con el aporte exclusivo de solución oral** si hemos conseguido que no vomite.



## Consejos **pediátricos**

### VÓMITOS

#### TRATAMIENTO DIETÉTICO.

La introducción de alimentos **depende de la edad del niño:**

- **Lactante con lactancia materna exclusiva:** debe seguir con lactancia materna.
- **Lactante con Lactancia artificial o mixta:** de seguir con la misma alimentación.
- **Lactante con alimentación complementaria:** debe seguir con la misma alimentación.

Es importante saber que:

- **No hay que eliminar la lactosa** de la dieta.
- **No hay que retirar el gluten** si ya estaba siendo administrado en la dieta.
- **Niños en edad preescolar y escolar.** En estas edades la alimentación que se aconseja es la siguiente: sopa del caldo del cocido con arroz, patatas, Zanahorias. Puré de verduras, puré de patatas y/o legumbres. Sopas de pescado o de pollo. Huevo cocido o tortilla francesa hecha. Carnes y/o pescados, cocidos o a la plancha. Yogurt natural. Pan. Manzana asada, manzana natural, pera, plátano no muy maduro. El dulce de membrillo es un alimento de interés en estos casos pues tiene un aporte calórico en pequeñas cantidades y tiene capacidad astringente. Leche entera, salvo que su pediatra indique lo contrario.

En los lactantes podrá preparar **los biberones en Agua de Arroz** (Ver consejos sobre las diarreas).

- **Alimentos Contraindicados:** Dulces, golosinas, chocolates, cacao, bebidas gaseosas, bebidas muy frías. Frutos secos.