

Gastroenteritis Aguda

Es una de las enfermedades más comunes en la edad infantil y generalmente se cura sola. Es más frecuente y potencialmente grave en niños menores de 2 años por riesgo de deshidratación, con una duración inferior a 14 días.

La mejor prevención es **lavarse las manos frecuentemente** y la vacunación contra el rotavirus (virus causante de GEA más frecuente en lactantes), pero aquí os resumimos algunos datos y consejos.

Los pediatras recuerdan que la causa más frecuente de gastroenteritis en los niños es vírica (rotavirus el más frecuente), aunque también puede estar causada por bacterias o parásitos.

Se trata de un cuadro autolimitado y benigno, con un claro predominio en los meses invernales

¿Qué es? Se trata de una infección del tracto gastrointestinal cuya manifestación clínica principal es la diarrea, se define como un cambio en la consistencia de las deposiciones o un aumento en el número de estas (3 o más en 24h) que frecuentemente puede venir acompañada de náuseas, vómitos, dolor abdominal y/o fiebre.



¿Se contagia? El virus se trasmite fácilmente pero no es peligroso. Se disemina a través de alimentos o agua que estén contaminados o por contacto con una persona infectada.

La infección se transmite por:

- Contagio fecal-oral, ya sea directamente por contacto persona a persona o indirectamente al comer o beber alimentos o agua contaminados por materia fecal.
- Contacto directo, como besarse, tocarse, estornudar, toser...
- Contacto indirecto, a través de fómites (objetos o material que puede ser el vehículo de un patógeno que puede penetrar en nuestro organismo y causar una enfermedad)

Diagnóstico El pediatra diagnosticará una GEA por los síntomas, no precisa de la realización de ninguna prueba en la mayoría de los casos.

¿Puede acudir al centro escolar? Un niño con síntomas de GEA no debe acudir al centro escolar, las guías de exclusión escolar recomiendan reincorporarse al centro tras 24-48h sin diarrea y/o vómitos.

RECOMENDACIONES/TRATAMIENTO:

Generalmente el cuadro cede sólo con reposo y dieta adecuada.

En los niños sin signos de deshidratación, se debe continuar su alimentación de forma normal, sin forzar la ingesta.

1. Mantener reposo: ya que la actividad física podría incrementar las náuseas. En caso de que no toleren los líquidos y/o tengan signos de deshidratación.
2. En caso de vómito, mantener media hora de ayuno, iniciando posteriormente la rehidratación. Consiste en administrar de forma fraccionada, cada 5-10 minutos, pequeños sorbos de soluciones de rehidratación oral (de venta en farmacias), sin forzar. No sustituir el suero de rehidratación por bebidas isotónicas o preparados caseros.
3. Cuando haya finalizado la fase de rehidratación, tras 3-4 horas, se debe introducir la alimentación sólida apropiada a la edad del niño, sin restricciones ni forzar.



Apuntes sobre la dieta:

1. Se ha demostrado que las dietas “tradicionalas astringentes” para la diarrea a base de arroz, manzana, etc. aparte de ser innecesarias, suelen ser deficitarias en calorías y pueden alargar la duración de la enfermedad.
2. Debe incluir **alimentos nutritivos, de fácil digestión y absorción**. A pesar de que no está indicado restringir alimentos, inicialmente debemos evitar el chocolate, dulces, alimentos muy condimentados, grasos, fritos y salsas.
3. Si el niño está con **lactancia materna-artificial**, ésta no debe interrumpirse en ningún momento, sino fraccionar las tomas.
4. No se recomienda la dilución de las fórmulas adaptadas ni la utilización de fórmulas sin lactosa. **La tolerancia a la leche entera suele ser buena**.
4. **Vigilar otras características del niño:** color de la piel, fiebre, dolor abdominal, características de la orina y heces, estado de conciencia, alimentos que comió previamente al inicio de los síntomas.
5. **Consultar a su pediatra o acudir a urgencias si:**
 - 1. No tolera los líquidos y/o el cuadro empeora con diarreas cuantiosas.
 - 2. Tiene fiebre muy alta.
 - 3. Muestra signos de deshidratación: ojos hundidos, boca seca, decaimiento, llanto sin lágrimas.

Los virus que causan con más frecuencia gastroenteritis son:

- **Rotavirus:** es el más frecuente. Se asocia infección respiratoria de vías altas alrededor del 20-40% de las veces. La vacuna es muy segura y eficaz para prevenir la enfermedad por rotavirus y sus complicaciones:
Están disponibles RotaTeq® (3 dosis: a los 2-4-6 meses de edad). Rotarix® (2 dosis: a los 2-4 meses de edad).
- **Adenovirus, astrovirus y norovirus.** No hay vacuna.

Cualquier duda, podeis poneros en contacto conmigo a través del correo electrónico enfermeria.cp.elcantizal.lasrozas@educa.madrid.org o en el teléfono 91 603 00 99

Lydia Bonillo Díaz

Enfermera CEIPSO El Cantizal

enfermeria.cp.elcantizal.lasrozas@educa.madrid.org

CP INF-PRI-SEC El Cantizal, Rozas De Madrid,