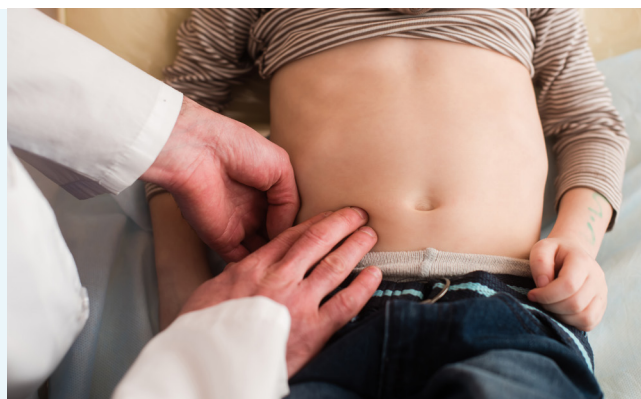


Informació per a pacients i familiars

Gastroenteritis aguda



La gastroenteritis aguda (GEA) és una inflamació de la mucosa gàstrica i intestinal que sol començar de manera brusca i s'autolimita en uns dies. La causa més freqüent és la infecció vírica, però també pot ser secundària a infeccions bacterianes, paràsits o a ingesta d'aliments en mal estat. És molt freqüent en els infants.

La gastroenteritis aguda cursa amb diarrea (augment del número o disminució de la consistència de les deposicions), que pot anar acompanyada o no d'altres símptomes com poden ser vòmits, dolor abdominal, inapetència, febre i malestar general.

Es diagnostica quan la simptomatologia és compatible, sense precisar proves diagnòstiques específiques. En algunes ocasions, quan els símptomes persisteixen o hi ha dubtes en el diagnòstic, es pot sol·licitar un cultiu de femta per intentar trobar el germen causant, però això no sempre és necessari.

Què fer a casa?

1. Eviteu la deshidratació: rehidratació oral.

- Amb la diarrea i els vòmits es perden líquids i sals minerals que cal reposar bevent. Les **solucions de rehidratació oral comercialitzades** (Sueroral hiposòdic®, Oralsuero®, Bioralsuero®...) són la millor opció, ja

siguin els preparats en format sobre que es barregen amb aigua i caduquen a les 24 hores de la seva preparació o bé fórmules en format líquid ja preparades en tetrabric que es conserven 48 hores un cop obertes.

- **Si l'infant presenta vòmits actius:**

Espereu fins que faci uns 30 minuts que no vomita abans d'intentar que toleri. Un cop passats 30 minuts, li heu d'oferir petites quantitats de sèrum cada 5 minuts, sense forçar, preferiblement amb xeringa o cullereta. Podeu augmentar quantitat o freqüència si no vomita.

- **No està indicada l'administració de:**

- Aigua d'arròs
- Solucions de rehidratació casolanes
- Refrescos comercials
- Begudes carbonatades, reconstituents i remineralitzants del mercat
- Llimonada
- Suc pur de poma
- Brou de pollastre

La seva administració pot empitjorar la diarrea.

2. Adapteu la dieta.

En el cas que el vostre fill tingui vòmits

- Si tolera líquids i té gana, li podeu oferir menjar en petites quantitats sense forçar. És normal que tingui menys gana que habitualment.

En cas que el vostre fill tingui diarrea

- **Lactants amb llet materna exclusiva:** Cal que els hi ofereu preses més sovint. Podeu oferir petites quantitats de sèrum de rehidratació entre les preses.
- **Lactants amb llet artificial:** No és necessari modificar el tipus de llet per tant poden continuar amb la seva fórmula habitual sense canviar la preparació.
- **Nens:**
No és recomanable seguir una dieta astringent. És millor oferir una dieta suau i que vingui de gust a l'infant, evitant els aliments amb molt sucre, com per exemple, suc de fruita envasats, greixos o aliments flatulents.

Els aliments que es toleren millor són:

- Cereals; arròs, blat, sèmola, etc.
- Patata i pastanaga
- Pa torrat
- Peix i pollastre a la planxa
- Pernil dolç
- logurts
- Fruites com la poma, el plàtan i la pera



Quan heu d'acudir a Urgències?

- Si el vostre fill és molt petit, especialment si és menor de tres mesos, donat que el risc de deshidratació és més gran.
- Si vomita moltes vegades i no tolera sòlids ni líquids tot i seguir les pautes de rehidratació.
- Si els vòmits són verdosos o amb sang vermella.
- Si les deposicions són molt líquides, abundants i freqüents i no aconseguiu reposar les pèrdues al mateix ritme.
- Si hi ha sang a la femta.
- Si el nen està molt decaigut, plora sense llàgrimes, té la boca seca, els ulls enfonsats, orina poc...
- Si presenta dolor abdominal intens que no millora amb analgèsia, com podria ser el paracetamol.

Per a més informació podeu descarregar-vos al mòbil l'app d'Althaia

