

Centro Médico Dr. Berchid
(NICA: 14.051)

Dietas, consejos y recomendaciones útiles:

GASTROENTERITIS AGUDA EN LACTANTES

1-NIÑOS LACTANTES EXCLUSIVOS:(MENORES DE 4 MESES Y MEDIO)

-Durante las primeras 12-24 horas:

-Si sigue lactancia materna se puede mantener con suplementos de agua de arroz, o de zanahoria (preparad en casa o a partir de preparados comerciales) o soluciones de rehidratación oral (suero oral hiposódico)

Estos suplementos se ofrecen al final de cada toma o alternativamente con ellas sin forzar al niño a tomarlos.

-Si sigue lactancia artificial se suspende la leche y se ofrecen exclusivamente biberones de agua de arroz o de zanahoria o soluciones de rehidratación oral (suero)

La cantidad y el ritmo horario son los habituales en cada caso

-Posteriormente, pasadas las primeras 12-24 horas:

-Si la lactancia es materna se sigue el ritmo habitual.

-Si sigue lactancia artificial se introduce la leche artificial habitual progresivamente hasta la concentración habitual.

En general los biberones se preparan con la cantidad usual de agua y añadiendo una medida de leche en polvo el primer día dos medidas el segundo día y así sucesivamente. Los primeros días los biberones se pueden preparar con agua de arroz o de zanahoria.

El médico le indicará si debe utilizar alguna leche especial (sin lactosa y le indicará las concentraciones de las tomas)

2-NIÑOS CON ALIMENTACION COMPLEMENTARIA:(MAYORES DE CUATRO MESES Y MEDIO)

-Durante las primeras 12-24 horas se suspende la leche y se ofrecen exclusivamente biberones de agua de arroz, de zanahoria o de suero oral. La cantidad es la que habitualmente toma con el biberón.

-Posteriormente y pasadas 12-24 horas:

-Los biberones se preparan con agua de arroz y la leche se añade a concentraciones lentamente progresivas, añadiendo cada día una medida hasta llegar a la concentración normal.

La alimentación complementaria se reintroduce progresivamente:

-Harina de cereales: A partir del segundo día se puede añadir harina de arroz no lacteada (crema de arroz) para espesar los biberones.

-Verdura y carne a partir del tercer día se puede añadir zanahoria, patata, pollo, arroz.

-Fruta: a partir del tercer día se puede ofrecer manzana y plátano.

Preparación del agua de arroz: Hervir 1 L de agua y dos cucharadas de arroz durante 20 minutos. Después se añade agua hasta hervida hasta completar un litro, se añade una pizca de sal y tres gotas de sacarina líquida.

Preparación de agua de zanahoria: Hervir 2 L de agua y medio Kg de zanahorias peladas y troceadas, a fuego lento y con la olla destapada durante 30 minutos. Se cuele el contenido de la olla, se añade una pizca de sal y tres gotas de sacarina líquida (no guardar más de 12 horas)

Preparados comerciales para rehidratación oral

Suero Oral Hiposódico®: disolver un sobre en un litro de agua hervida.

Isotonar® sobres: Disolver un sobre en 250 cc de agua.

Citortal® sobres: Disolver un sobre en 500 cc de agua.

Texto elaborado y revisado por el Dr. Berchid (*) el 4 de abril de 2010

Referencias bibliográficas en <http://www.cmdrberchid.com/editorial.html>

(*) Ver perfil del autor en: <http://www.cmdrberchid.com/perfil.html>

