

## SERVICIO DE PEDIATRIA

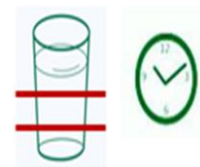
### Vómitos en pediatría. Recomendaciones

#### DEBE SABER

- El vómito es la expulsión forzada por la boca de contenido gástrico. Es muy común en los niños y puede deberse a diferentes causas o procesos infecciosos.
- Es importante que diferenciamos el *vómito* de la *regurgitación*. En el caso de la regurgitación no existe esfuerzo, se trata de pequeñas cantidades y es normal y común en el lactante pequeño.
- Cuando el niño ha vomitado, presenta generalmente el llamado *reflejo vagal*, lo que hace que el niño se ponga pálido y con la piel fría por algunos minutos. No se asuste.
- Puede que el vómito sea el predecesor de un cuadro acompañado también de diarreas.
- **QUE HACER CUANDO EL NIÑO VOMITA:**

Su tratamiento dependerá de la causa, pero siga además estas **recomendaciones generales:**

- ✓ **Reposo:** La actividad física puede incrementar las náuseas.
- ✓ **Dieta:** Es difícil que un niño se deshidrate por vomitar unas cuantas veces sin estar acompañado por diarreas. Mantenga tras el vómito 30 minutos de ayuno e inicie SRO (soluciones de rehidratación oral de venta en farmacias), de **forma fraccionada, es decir, pequeñas cantidades de forma habitual**, cada 5-10 min. No fuerce. Lo prioritario es asegurar el aporte de líquidos.



Tras 3-4h con SRO y sin presentar vómitos le recomendamos **inicie la dieta teniendo en cuenta la edad del niño, fraccionada y sin forzar.**

- ✓ **Alimentados con leche materna:** Mantener la lactancia materna, fraccionando las tomas
- ✓ **Alimentados con leche artificial:** Mantener la misma leche y concentración, fraccionando las tomas.
- ✓ **Menores de un año:** Hacer la verdura con patata, calabacín, judía verde y zanahoria. La fruta: la permitida por la edad, lavada y sin piel.
- ✓ **Mayores de un año:** Introducir la dieta de forma progresiva y fraccionada. (ver “alimentos a evitar”).
- ✓ Las formas de cocinar aconsejadas con la plancha, hervido, vapor, horno.
- ✓ **Medicamentos:** Los tratamientos para el control de los vómitos dependen de la causa que los ocasione. Se deben de ajustar al peso del niño. No se precipite utilizando un medicamento, como siempre siga las indicaciones del pediatra. **Generalmente el cuadro cede sólo con reposo y dieta adecuada.**



- ✓ **Vigilancia** de la aparición de otros síntomas que debe de comunicar al pediatra: color de la piel, fiebre, dolor, características de la orina y heces, estado de conciencia, alimentos que comió previamente al inicio de los síntomas...

## DEBE EVITAR

---

- Cacaos, chocolate, dulces, legumbre, verduras flatulentas.
- Alimentos muy condimentados, grasos, fritos y salsas.
- No sustituir las SRO por bebidas isotónicas.



## SIGNOS DE ALARMA

---

Consulte a su pediatra o acuda a urgencias si:

- No tolera los líquidos y/o el cuadro empeora con diarreas cuantiosas
- Tiene fiebre alta
- Muestra signos de deshidratación: ojos hundidos, boca seca, decaimiento, llanto sin lágrimas.



**Hospital General de Catalunya: 93 5656000**

Acceso a la web de consejos de salud

