



Dieta e indicaciones para tu hij@ en caso de deshidratación por vómitos y/o diarrea

En ésta pequeña guía te ayudamos a saber si tu hij@ presenta deshidratación por vómito y/o diarrea.

Los síntomas principales para saber la severidad de la deshidratación de tu hij@ son las siguientes:

Deshidratación Grado 1:



Ojos normales ; Conciencia normal o alerta ; Boca pastosa ; Orina en cantidad normal; Pulso no aumentado; sed discreta; llenado capilar normal; lagrimas presentes, respiración normal-discretamente aumentada

Deshidratación Grado 2:



Ojos hundidos; Conciencia irritable/intranquilo; boca seca; orina escasa; pulso aumentado; sed abundante; llenado capilar lento; lagrimas escasas, respiración aumentada.

Deshidratación Grado 3:



Ojos muy hundidos y secos; Inconciente u obnubilado (reacciones lentas); boca muy seca; orina casi indetectable; pulso muy rápido y de intensidad débil; incapaz de tomar líquidos; llenado capilar muy lento; llanto sin lagrimas; respiración muy aumentada.

En cualquiera de los 2 primeros casos, te recomendamos iniciar terapia de **REHIDRATACION POR VIA ORAL** de la siguiente forma:

- Pedialyte SR45: tomar de 5 a 8ml c/5 minutos durante un promedio de 4 horas

Además de la rehidratación oral te recomendamos estar siempre en comunicación con tu médico, ya que él sabrá hacer las modificaciones pertinentes en caso de que la deshidratación de tu hijo se deba a vómito o diarrea de difícil control.

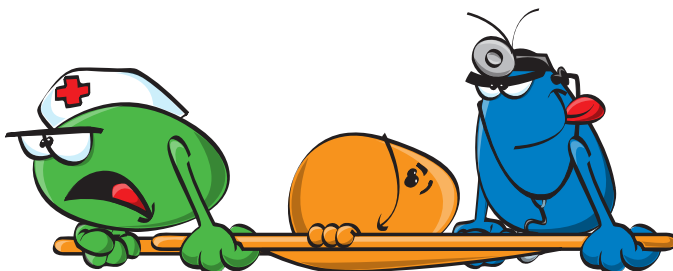
Una vez corregido su problema de deshidratación, te sugerimos una dieta blanda y como ejemplo te ponemos lo siguiente:

DESAYUNO: Manzana, pera, plátano, cereal de arroz y leche recomendada por tu médico

COMIDA: Pollo, huevo (1 diario para los niños mayores de 1 año de edad), papa, chayote, zanahoria, calabaza, arroz.

CENA: se puede repetir desayuno.

Recuerda siempre tu ALARMA: 3 evacuaciones o 3 vómitos en 1 sola hora; si esto llegara a pasar, comunícate con nosotros!!!!



**URGENCIAS LAS 24HRS: 044 2223 00 73 86
(222) 226 6111**

www.medicakids.com