

PLANES DE HIDRATACIÓN

Los planes de hidratación se definen como un conjunto de conductas y medidas a seguir cuya finalidad es restablecer y mantener el equilibrio hidroelectrolítico de un individuo. Están indicados en aquellos pacientes que cursen con alguna enfermedad que generen deshidratación.

EL PRIMER PASO PARA ESTABLECER QUÉ PLAN DE HIDRATACIÓN ES MÁS CONVENIENTE DEBEMOS EVALUAR LOS SIGUIENTES SIGNOS CLÍNICOS

- Sed
- Orina
- Aspecto
- Ojos
- Boca y lengua
- Respiración
- Elasticidad
- Pulso
- Llenado capilar

PLAN A

Si el paciente no presenta ningún signo/ síntoma, entre los planes de hidratación, es conveniente que se aplica el plan A para prevenir la deshidratación.

Pacientes con tolerancia a la vía oral, se recomienda ofrecer más líquidos. En lactantes no suspender la lactancia materna y continuar alimentándolo.

Si la diarrea empeora, se aconseja reposición de agua y electrolitos a través de las sales de rehidratación oral (SRO):

- En menores de 2 años: 50 a 100 ml de SRO
- En mayores de 2 años: 100 a 200 ml de SRO después de cada deposición líquida.
- Control en 24 hs.
- Se brindan pautas de alarma

PLAN B

Si el paciente presenta 2 o más signos/ síntomas según el algoritmo, entre los planes de hidratación, es conveniente que se aplica el plan B para tratar la deshidratación.

En pacientes con tolerancia a la vía oral, administrar 50 a 100 ml por kg de peso de SRO en un tiempo de 4 a 6 horas, y luego reevaluar.

PLAN C

Si el paciente presenta 2 o más signos/ síntomas según el algoritmo, entre los planes de hidratación, es conveniente que se aplica el plan C para tratar la deshidratación.

Se considera paciente con deshidratación grave con shock hipovolémico, aquel que presente alterado 1 o más de los siguientes signos: aspecto, llenado capilar y pulso. Requiere derivación al hospital.