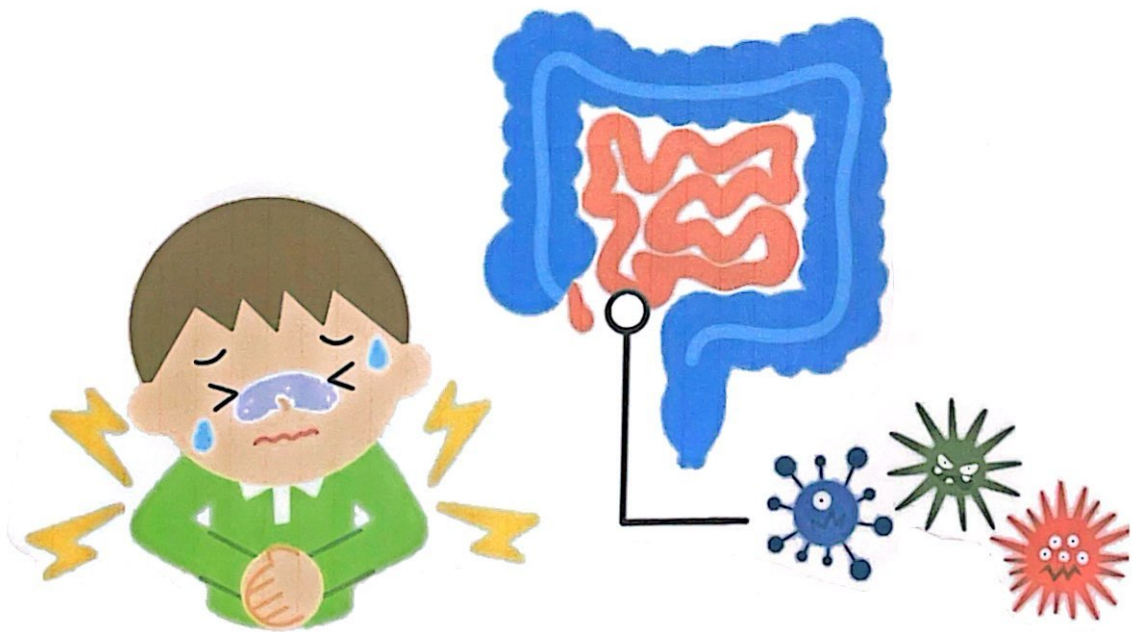


# **ENFERMEDADES**

## **DIARREICAS**

### **AGUDAS**

#### **(EDAS)**



**Las enfermedades diarreicas constituyen un problema de salud pública en el mundo, especialmente en los países en desarrollo, donde representa una importante causa de morbilidad y mortalidad en niños menores de cinco años, dijo la Organización Panamericana de la Salud (OPS). La diarrea en el primer año de vida puede deteriorar el estado nutricional y causar graves secuelas. Se ha estimado que en Asia, África y América Latina cada año mueren alrededor de 3.3 millones de niños menores de 5 años por diarrea 31 La diarrea es**

**una manifestación de padecimiento ocasionado por bacterias parásitos o virus que dañan el estómago y el intestino que se adquieren al consumir alimentos o agua contaminada. Esto ocurre cuando no se hierven o no se desinfectan y cuando se preparan, sirven o comen con las manos sucias. En el Ecuador la mortalidad infantil ha descendido en los últimos 30 años, se mantiene en niveles que deben ser corregidos y que no responden a los compromisos internacionales adquiridos. Las cifras hablan de la muerte niños y niñas**

# ¿QUÉ ES?

Se define a la diarrea como la presencia de 3 o más deposiciones de menor consistencia y de mayor volumen en 24 horas que lleva a la consiguiente pérdida de líquidos y electrolitos a través de la materia fecal, en otros casos se considera diarrea también a la presencia de moco y sangre sin importar la frecuencia o número aumentado de deposición. La diarrea es la eliminación de heces acuosas con una frecuencia mayor a tres veces en un día; es un problema que *usualmente dura uno o dos días y cede*

espontáneamente sin ningún tratamiento especial. No obstante, una diarrea prolongada puede acarrear otros problemas. La diarrea puede causar deshidratación, lo que significa que el cuerpo pierde suficiente cantidad de líquidos como para funcionar normalmente. La deshidratación es particularmente peligrosa en los niños, y debe ser tratada rápidamente para evitar complicaciones serias de la salud.

# ¿CÓMO SE TRANSMITE?

La diarrea es una enfermedad causada por virus (causa más frecuente), bacterias y parásitos que se encuentran en los alimentos contaminados, descompuestos o porque no nos lavamos las manos antes de comer.

**Malnutrición:** Los niños que la padecen son más vulnerables a las enfermedades diarreicas. A su vez, cada episodio de diarrea empeora su estado nutricional

**Fuente de agua:** El agua contaminada con heces humanas procedentes, por ejemplo, de aguas residuales, fosas sépticas o letrinas, es particularmente peligrosa.

**Otras causas:** Las enfermedades diarreicas pueden también transmitirse de persona a persona, en particular en condiciones de higiene personal deficiente. Los alimentos elaborados o almacenados en condiciones antihigiénicas son otra causa principal de diarrea.

**Infección:** La diarrea es un síntoma de infecciones ocasionadas por muy diversos organismos bacterianos, virales y parásitos, la mayoría de los cuales se transmiten por agua con contaminación fecal. *Escherichia coli* (en niños pequeños puede causar el síndrome urémico hemolítico).



# SÍNTOMAS

Si tu hija o hijo presenta alguno de los siguientes signos o síntomas, están ante un cuadro de diarrea:

- . Más de tres evacuaciones aguadas o líquidas en 24 horas o en número mayor al patrón habitual de los menores. Recuerda que si tu hija o hijo es alimentado al seno materno va a evacuar con mayor frecuencia, semilíquido y color amarillo.
- . Puede o no presentarse vómito.
- . Puede haber fiebre.
- . Mal estado general.
- . Náuseas.

## SIGNOS DE DESHIDRATACIÓN

- . Irritabilidad.
- . Decaimiento.
- . Tendencia al sueño.
- . Aumento de la sed.
- . Signo del pliegue cutáneo.
- . Mucosa oral y lengua seca.
- . Vómitos.
- . Dolor abdominal.
- . Fiebre.
- . Meteorismo (gases).



# TRATAMIENTO

## DIETA Y NUTRICIÓN

Los niños que presentan una enfermedad diarreica aguda deben consumir una dieta apropiada para la edad en cuanto hayan sido rehidratados y no presenten vómitos. Los lactantes pueden reanudar la lactancia materna o la leche maternizada.

Para la diarrea crónica inespecífica de la infancia (la diarrea del deambulador), se debe aumentar el contenido de grasa y fibra, y se debe reducir la ingesta de líquidos (especialmente zumos de frutas).

En otras causas de diarrea crónica, debe mantenerse la nutrición adecuada, en particular vitaminas liposolubles.

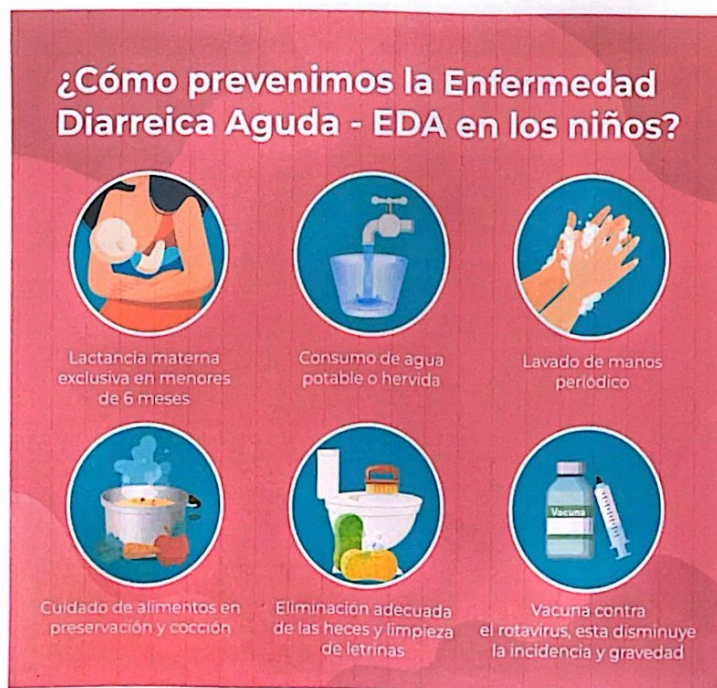
## REHIDRATACIÓN

Las soluciones de rehidratación oral (SRO) deben contener hidratos de carbono complejos o glucosa al 2% y 50 a 90 mEq/L (50 a 90 mmol/L) de sodio. Las bebidas deportivas, las gaseosas, los jugos y bebidas similares no cumplen estos criterios y no deben usarse.



# PREVENCIÓN DEL (EDAS)

- ❖ Mantén el esquema de vacunación de tu hijo(a) al corriente, incluyendo la vacuna contra el rotavirus en los primeros 6 meses de edad.
- ❖ Da lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida y en forma complementaria hasta los 2
- ❖ Tomar agua purificada.
- ❖ Utiliza cuchillos diferentes para alimentos crudos y cocidos.
- ❖ Lava y desinfecta las verduras y frutas antes de consumirlas.
- ❖ Lava las carnes y vísceras antes de su preparación.
- ❖ Cuece o fríe muy bien los alimentos, sobre todo los pescados y mariscos.
- ❖ No dejes los alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- ❖ Lava tus manos con agua y jabón antes de preparar los alimentos, antes de comer, después de ir al baño, y después de cambiar el pañal.
- ❖ Evita estornudar, toser o escupir frente a los alimentos.
- ❖ Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca al preparar los alimentos.
- ❖ Lava frecuentemente las manos de los niños con agua y jabón.
- ❖ Lava o limpia sus juguetes.



# CONCLUSIÓN

- ❖ Para prevenir esta situación se debe concientizar la importancia de la lactancia materna en los niños; con una buena alimentación se evitará las posibles infecciones diarreicas.
- ❖ La preparación de biberones debe realizarse con el más estricto cuidado higiénico.
- ❖ Se debe realizar programas destinados a fomentar la lactancia materna y a la apropiada nutrición en el destete, así como la educación sobre medidas higiénicas personales y de manipulación de alimentos.
  
- ❖ En caso de utilizar leche no pasteurizada, hiévela antes de beberla.
- ❖ No consumas alimentos después de su fecha de caducidad.
- ❖ Limpia los productos enlatados o que estén en frascos de vidrio, antes de abrirlos y consumirlos.
- ❖ Mantén los alimentos tapados y en refrigeración.
  
- ❖ Los programas de prevención deben ser locales, basados en la información científica y ser evaluados en términos de costos y beneficios para que se consiga la mayor eficacia posible con limitados recursos médicos y financieros.
- ❖ Se debería realizar un seguimiento a los pacientes con síndrome diarreico con el fin de determinar la eficacia de los medicamentos y posteriores prevenciones.

