

GASTROENTERITIS VIRAL

Es una infección del estómago y los intestinos causada por diferentes virus como el Norovirus, Rotavirus, Astrovirus, Adenovirus entérico, que se pueden transmitir de persona a persona o por el consumo de alimentos o agua contaminados.



SÍNTOMAS



- DIARREA
- DOLOR ABDOMINAL
- NÁUSEAS O VÓMITOS
- FIEBRE
- DOLOR DE CABEZA
- ESCALOFRÍOS
- RIGIDEZ ARTICULAR O DOLOR MUSCULAR

PREVENCIÓN

- LAVARSE LAS MANOS CONSTANTEMENTE Y DESPUÉS DE IR AL BAÑO.
- LAVAR BIEN LAS FRUTAS Y HORTALIZAS.
- NO ROMPER LA CADENA DE FRIO DE LOS ALIMENTOS.
- NO BEBER AGUA DE FUENTES, RIOS O ARROYOS.
- EVITAR QUE LOS NIÑOS BEBAN AGUA DE LAS PISCINAS



TRATAMIENTO



- EL PRINCIPAL TRATAMIENTO ES LA HIDRATACIÓN, BEBER MUCHOS LÍQUIDOS, COMO AGUA, CALDOS TRANSPARENTES O SUERO DE REHIDRATACIÓN ORAL.
- REPOSO EN CASA
- EVITAR ALIMENTOS GRASOS, CONDIMENTADOS, CAFÉINA, ALCOHOL Y NICOTINA.
- TOMAR MEDICAMENTOS ANTIDIARREICOS, ANTIEMÉTICOS Y ANALGÉSICOS
- TOMAR PROBIÓTICOS.

ES IMPORTANTE HABLAR CON UN PROFESIONAL DE LA SALUD ANTES DE TOMAR CUALQUIER MEDICAMENTO.

ALIMENTACIÓN

- AUMENTAR EL CONSUMO DE VERDURAS Y FRUTAS ASTRINGENTES COMO LA PERA, MANZANA, GUAYABA, DURAZNO.
- EVITAR LAS FRUTAS ACIDAS O VEGETALES CON ALTO CONTENIDO DE FIBRA.
- ARROZ BLANCO, POLLO COCIDO CON ZANAHORIA, PAPA COCIDA, PESCADO AL VAPOR, PAN TOSTADO, MANZANA O PLÁTANO.



¿CUÁNDO CONSULTAR POR URGENCIAS?



- SI SE ENCUENTRA DESHIDRATADO.
- VOMITA TODO LO QUE COME.
- DIARREA O VÓMITO PERSISTENTE POR MÁS DE 24 HORAS.
- DEPOSICIÓN O VÓMITO CON SANGRE.
- FIEBRE ALTA.
- DOLOR ABDOMINAL INTENSO PERSISTENTE

BIBLIOGRAFÍA

<https://www.msmanuals.com/es/profesional/trastornos-gastrointestinales/gastroenteritis/generalidades-sobre-la-gastroenteritisref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F>

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/viral-gastroenteritis/symptoms-causes/syc-20378847>