

## Vómitos



### Su niño ha tenido vómitos.

Los vómitos pueden tener muchas causas que no siempre resultan de una infección. La exposición a microbios, comer demasiado, estar herido, estar bajo estrés, o calentarse demasiado son algunas de las causas de vómitos.

**Si el niño vomita después de una lesión en la cabeza, necesita ser atendido en seguida por un proveedor de servicios médicos.**

Es importante asegurarse que su niño no se deshidrata si está vomitando. La deshidratación (una pérdida grande de los fluidos del cuerpo) es muy dañina para los niños.

### Cosas que se pueden hacer en casa para cuidar al niño con vómitos:

- Un niño con vómitos puede propagar microbios a otras personas. ¡Lávese las manos y las manos de su niño! Lavarse las manos evita la propagación de gérmenes. Lávese las manos antes de preparar comida o después de usar el baño. Enseñe a su niño a lavarse las manos también.
- Limpie la cocina y el baño con desinfectantes que mata a las bacterias y los virus.
- Limpie los juguetes con los que su niño haya jugado con un desinfectante que mata a bacterias y virus.
- No alimente a su niño durante las primeras 4 a 6 horas después de que haya empezado a vomitar. Usted puede darle a su niño cada 15 minutos trocitos de hielo para que los chupe.
- Después de 4 a 6 horas, si su niño deja de vomitar después de chupar los trocitos de hielo puede tomar de 1 a 2 cucharadas de una solución oral de rehidratación cada 5-10 minutos. Algunas soluciones de rehidratación son Ricelyte, Ceralyte y Pedialyte. Es importante ofrecerle sorbos porque su niño puede vomitar

de nuevo si toma demasiado de una sola vez. A veces el niño está más dispuesto a tomar líquidos si se ofrecen en forma congelada como Pedialyte Freezer Pops o trocitos de hielo; o si están en forma granizada y pueden comerse con cuchara.

- No le dé a su niño líquidos como caldo, jugo, refrescos con gas o bebidas para deportistas. Estas bebidas pueden contener demasiada sal o azúcar y pueden enfermarle más.

**Si no ha vomitado durante 6 a 12 horas y se siente mejor, su niño puede tratar de comer. Al principio déle pequeñas cantidades de comida. Algunas comidas que puede probar son:**

- Cereales de arroz, trigo y avena
- Galletas sin sabor y pan
- Yogurt
- Verduras
- Frutas
- Sopas hechas con verduras y cereales, como sopa de verduras con arroz;
- Pollo horneado o hervido sin la piel

**Hasta que su niño se sienta bien, no le dé:**

- Leche
- Comida con grasa, como hamburguesas, papas fritas o pizza
- Mantequilla o jugo de carne (gravy)
- Jugo de frutas
- Bebidas o alimentos con mucha azúcar, como refrescos con gas, té dulce o bebidas para deportista

Información para padres  
de niños en edad escolar

## Vómitos



### Contacte a su proveedor de cuidado de salud si su niño que ha tenido vómitos:

- Tiene temperatura de 101° o superior tomada por la boca o de 100° o superior tomada en la axila
- Dice que le duele orinar
- No orina al menos una vez en 8 horas.
- Se deshidrata (no orina tanto como lo usual, los ojos y la boca parecen secos)
- Tiene dolor de oídos
- Tiene el cuello rígido
- Tiene dificultad para respirar
- Tiene ataques
- Está confundido
- Pierde el conocimiento
- Vomita sangre
- Tiene heces fecales con sangre o de color negro
- Tiene un fuerte dolor de estómago
- Parece que se siente muy mal

### Es posible que su niño no pueda ir a la guardería o a la escuela si ha tenido vómitos:

Se excluye a estudiantes que hayan vomitado dos o más veces durante las 24 horas previas, a menos que los vómitos sean causados por una enfermedad no contagiosa y el niño no está en peligro de deshidratación.

**Para información adicional sobre la exclusión de niños con vómitos o fiebre, vea la lista de exclusión de la escuela o guardería por enfermedades contagiosas de DHEC en [www.scdhec.gov/health/disease/exclusion.htm](http://www.scdhec.gov/health/disease/exclusion.htm)**

**Las marcas en este documento sólo sirven como ejemplos. DHEC no promociona ninguno de los productos mencionados en este documento.**

Nombre del niño \_\_\_\_\_

Enfermera de la escuela \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Escuela \_\_\_\_\_

Número de teléfono de la escuela (\_\_\_\_) \_\_\_\_\_

