

Ficha de Aconselhamento sobre Diarreia e/ou Vômitos

(Gastrenterite) – Conselhos para pais e tutores de crianças com menos de 5 anos

Sussex e Surrey
Children & Young People's
Urgent Care Network

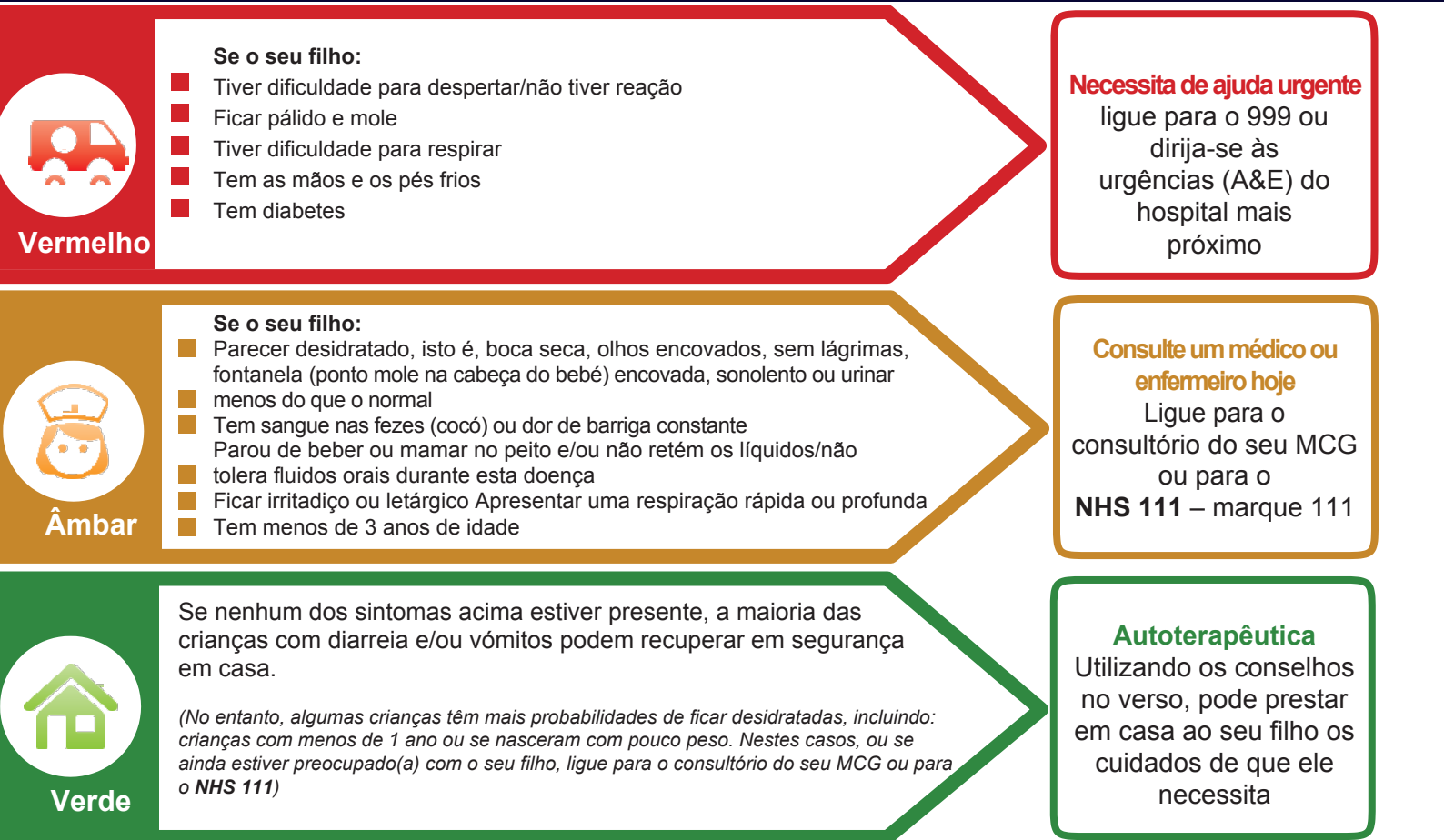


Nome da criança _____ Idade _____ Data/hora do aconselhamento _____

Aconselhamento adicional / Seguimento _____

Nome do profissional _____ Assinatura do profissional _____

Como está o seu filho? (conselhos tricolores)



A maioria das crianças com diarreia e/ou vômitos melhoram muito rapidamente, mas algumas podem piorar. Observe regularmente o seu filho e siga os conselhos do seu profissional de cuidados de saúde e/ou indicados nesta ficha.

Números de telefone úteis (Também pode adicionar alguns números de telefone aqui)



Consultório do MCG
(anote o número aqui)

.....

NHS 111
marque 111

(disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana)

Equipa de enfermeiros sociais
(anote o número aqui)

Para aconselhamento online: **NHS Choices** www.nhs.uk (24 horas por dia, 7 dias por semana)
Serviço de Informação à Família: Tel.: 01243 777807 Site Web: www.westsussex.gov.uk/family

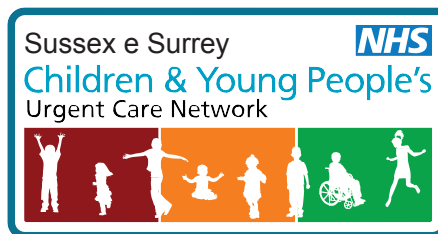
Se necessitar de apoio linguístico ou tradução, informe o assistente com quem falar.

Para obter mais cópias deste documento, envie-nos um e-mail para:

Área de Chichester/Worthing: contactus.coastal@nhs.net • Área de Crawley: CCCG.Contactus-crawleyccg@nhs.net Área de Horsham/Mid Sussex: HSCCG.Contactus-horshamandmidsussexccg@nhs.net

Ficha de Aconselhamento sobre Diarreia e/ou Vômitos

(Gastrenterite) – Conselhos para pais e tutores de crianças com menos de 5 anos



Acerca da gastrenterite

A diarreia e/ou vômição grave pode conduzir a desidratação, que é quando o corpo não tem água suficiente ou o equilíbrio certo de sais para realizar as suas funções normais. Se a desidratação se agravar, pode ser perigosa. As crianças com um risco acrescido de desidratação incluem: bebés novos com menos de 1 ano (sobretudo abaixo dos 6 meses), as que nasceram com pouco peso, as que pararam de beber ou mamar durante a doença e as crianças com subnutrição ou baixo crescimento.

Como posso cuidar do meu filho?

- A diarreia pode durar entre 5 a 7 dias e para no espaço de 2 semanas. Os vômitos normalmente não duram mais de 3 dias. Se o seu filho continuar doente além destes períodos, aconselhe-se.
- Continue a dar-lhe os alimentos habituais, incluindo leite materno ou outros alimentos de aleitamento.
- Incentive o seu filho a beber muitos fluidos: pouca quantidade e frequentemente. A água não é suficiente, sendo preferível uma solução de reidratação oral (SRO). Esta pode ser comprada sem receita médica nos grandes supermercados e farmácias e ajudar a impedir a desidratação.
- O seu profissional de cuidados de saúde poderá recomendar que dê ao seu filho um fluido especial conhecido como solução de reidratação oral (SRO), por exemplo Dioralyte. É igualmente utilizado para tratar crianças que ficaram desidratadas.
- Misturar o conteúdo da saqueta de SRO em xarope diluído (não xarope “sem açúcar”) em vez de água poderá melhorar o sabor.
- Não se preocupe se o seu filho não se interessar por comida sólida, mas ofereça-lhe comida se ele tiver fome. É aconselhável não dar bebidas gasosas e/ou sumos de fruta, pois podem piorar a diarreia.
- Se o seu filho tiver outros sintomas, como febre alta, rigidez no pescoço ou erupção cutânea, peça conselhos a um profissional de cuidados de saúde.
- O seu filho poderá ter cólicas estomacais; se analgésicos simples não ajudarem, procure aconselhamento adicional.
- Se o seu filho tiver de fazer imunizações de rotina, discuta isto com o seu MCG ou enfermeiro clínico, pois poderá não ser necessário adiá-las.
- **Lavar as mãos é a melhor forma de impedir a propagação da gastrenterite.**

Tratamento posterior

Assim que o seu filho estiver reidratado e já não vomitar:

- Continue a amamentar, dê alimentos de aleitamento e procure que ele ingira líquidos; dê leite não diluído imediatamente. Reintroduza a comida habitual da criança.
- Evite dar sumos de fruta ou bebidas gasosas até que a diarreia tenha parado. Se a desidratação reaparecer, comece novamente a dar a SRO.
- Os medicamentos antidiarreia (também chamados medicamentos antimotilidade intestinal) não devem ser dados a crianças*.

A fim de impedir a propagação da gastrenterite (diarreia e/ou vômitos):

4

Você e/ou o seu filho devem lavar as mãos com sabão (líquido se possível) em água corrente morna e em seguida enxugá-las cuidadosamente:

- Depois de ir à casa de banho
- Depois de trocar a fralda
- Antes de tocar em comida

8

O seu filho não deve:

- Partilhar as suas toalhas com ninguém
- Ir à escola ou quaisquer outras instalações de cuidados infantis até 48 horas após o último episódio de diarreia
- e/ou vômitos Nadar em piscinas até 2 semanas depois de a diarreia ter parado