

# Manteniendo a su bebé saludable:

## Diarrea en bebés menores de 12 meses de edad

Si su bebé es menor de 3 meses de edad, cuando comience la diarrea, llame a la enfermera o doctor de su bebé.

### ¿Qué es diarrea?

#### **Heces fecales aguadas y abundantes que pueden:**

- Que tengan mal olor.
- Que sean de color verde.
- Que contenga moco o sangre.
- Que empapen el pañal o se escurran por la pierna.

Su bebé puede defecar cuatro o más veces de lo normal durante un periodo de 24 horas.

El bebé también puede tener fiebre y/o vómitos.

### Qué debe saber:

- Su bebé puede deshidratarse rápidamente por la diarrea.
- La deshidratación ocurre cuando el bebé pierde demasiada agua de su cuerpo.
- Gérmenes, comida, y algunas medicinas pueden causar diarrea.
- Los bebés pueden tener diarrea cuando se sientan mal de otras cosas, como resfriado (catarro) o dolor de oídos.
- Tomar mucho jugo de fruta o comer mucha fruta fresca puede causar que las heces se aflojen. ¡Esto no es necesariamente diarrea!
- El número de veces que el bebé defeca al día puede variar. Si usted cree que su bebé tiene diarrea, considere lo que es normal.
- La mayoría de las veces, la diarrea se detiene sin intervención en unos días.

### Qué debe hacer para alimentarlo:

- No deje de amamantarlo, si es la forma en que lo alimenta.
- Los bebés que tienen diarrea necesitan comida y líquido. Alimente a su bebé de forma normal.

Si su bebé tiene seis meses o más y come comida sólida, dele comida que normalmente come. Algunos alimentos buenos para su bebé son:

- Pasta
- Papas
- Frijoles
- Panes
- Cereal cocido, como avena o sémola (grits)
- Arroz
- Galletas sin sal
- Verduras bien cocidas
- Bananas

### Qué debe hacer a la hora de cambiarle el pañal:

- ¡Lávese las manos después de cambiar los pañales del bebé!
- Lave y seque la piel del bebé después de cambiarle los pañales.
- Después de que el área del pañal esté limpia, úntele crema para la dermatitis del pañal.

### Qué NO debe hacer:

- **¡No le dé aspirina a su hijo!**
- No le dé medicamentos contra la diarrea, a menos que su doctor o enfermera se lo indique.
- No le dé a su bebé solamente líquidos claros, a menos que la enfermera o el doctor se lo indique.
- No alimente a su bebé con leche descremada, leche hervida o miel.
- No alimente a su bebé con bebidas o comidas dulces como jugo, gaseosas, té endulzado, postres hechos de gelatina o helados de paleta.
- No alimente a su bebé con comida picante o grasosa.
- No alimente a su bebé con sopas o galletas saladas.

# Manteniendo a su bebé saludable:

*continúa...*

## **Diarrea en bebés menores de 12 meses de edad**

### **Llame al doctor o a la enfermera de su bebé si:**

- El bebé tiene menos de 3 meses de edad.
- El bebé comienza a vomitar.
- La diarrea no se mejora en 24 horas.
- El bebé está muy somnoliento o muy inquieto.
- Si la temperatura bajo la axila del bebé está por encima de los 101°F.
- El bebé no moja el pañal al menos 5 veces durante un periodo de 24 horas.
- El bebé no moja el pañal al menos una vez en cuatro horas.
- La parte blanda en la cabeza del bebé está hundida.
- El bebé tiene otras enfermedades como dolor de oídos o resfriado (catarro).
- La boca del bebé está seca y pegajosa.
- El bebé no tiene lágrimas cuando llora.
- Las heces del bebé tiene sangre o moco o es del color negro.