

LA GASTROENTERITIS es una inflamación y/o disfunción del intestino producida por un germen o sus toxinas, que da lugar a una alteración de su capacidad para regular la absorción y secreción de sales y agua.

Sus manifestaciones más significativas son, además de la diarrea (disminución de la consistencia de las heces con un aumento del número de deposiciones), cólicos estomacales, náuseas o vómitos y en ocasiones fiebre.

Se producen alrededor de 1.700 millones de casos de enfermedades diarreicas, a nivel mundial, cada año.

Las gastroenteritis (o comúnmente llamada "pasa") tienen el origen en la ingesta de agua o alimentos contaminados o por transmisión de persona-persona (ruta fecal-oral).

Una proporción significativa de las enfermedades diarreicas se puede prevenir mediante el acceso al agua potable y a servicios adecuados de saneamiento e higiene.

El período de incubación oscila entre 1 y 3 días; los síntomas duran entre 1-2 días, pero puede llegar a extenderse hasta los 10 días.

La población anciana, inmunodeprimida y los bebés constituyen el grupo de población al que debemos prestar una mayor atención.

Para realizar el diagnóstico es suficiente conocer la sintomatología del paciente, aunque, en ocasiones, es necesario realizar un cultivo de heces para determinar el germen causante ó para descartar una posible infección bacteriana o parasitaria.

Si el paciente presentara signos tales como sequedad bucal, orina amarilla oscura, ojos hundidos, hipotensión arterial, confusión.... Estaríamos ante la sospecha de un cuadro de deshidratación, por lo que urgiría acudir al médico.

No hay un tratamiento médico específico para la gastroenteritis viral. El tratamiento consistirá en medidas de cuidado personal (fundamentales en la prevención) y, también, podemos ofrecer preparados ricos en sales y azúcar (caseros o de compra en farmacia), ya que una adecuada hidratación suele ser suficiente si el paciente no presenta complicaciones.

Para el alivio sintomático de la diarrea y los calambres abdominales, existen distintos fármacos que disminuyen la motilidad intestinal y aumentan la absorción de líquidos.

En caso de que el paciente presente diarrea sanguinolenta, fiebre persistente o síntomas sistémicos, se debe acudir al médico y evitar este tipo de fármacos que favorecen la persistencia y la multiplicación del germen.

El tratamiento con antibióticos no es necesario en la mayo-



Cómo actuar frente a la gastroenteritis

Una adecuada hidratación suele ser suficiente si el paciente no presenta complicaciones, aunque hay fármacos para el tratamiento

ría de los casos, ya que no actúan frente a virus además de que pueden prolongar el cuadro diarreico, desarrollo de bacterias resistentes a los antibióticos e incrementar el período de transmisión a otras personas.

Cuando es un niño el afectado, empezar por una solución de rehidratación oral. Durante el proceso gástrico, el agua sola no reemplaza los electrolitos perdidos. Evita también darle bebidas carbonatadas ricas en azúcar ya que pueden empeorar el proceso.

Iremos ofreciendo de manera

"El paciente debe seguir una alimentación normal lo antes posible e impedir la pérdida progresiva de líquidos"

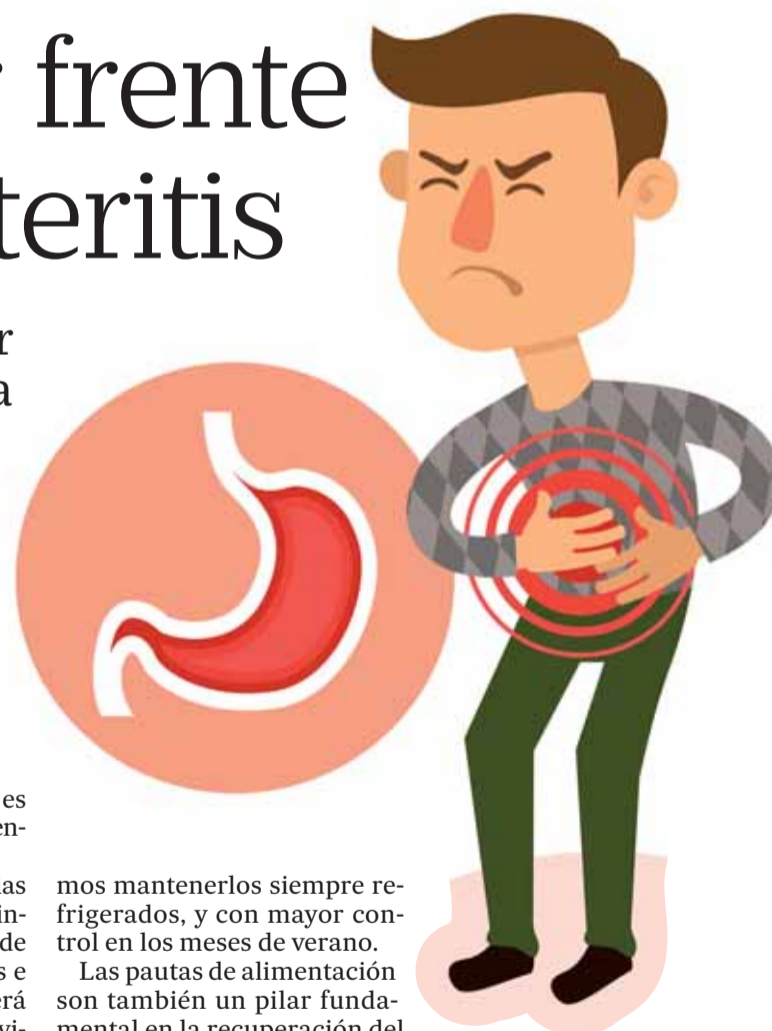
gradual alimentos blandos, fáciles de digerir. Evitaremos alimentos ricos en grasas y azúcares.

Prevención

Evitar la gastroenteritis no es complicado siguiendo unas sencillas pautas.

Tendremos que extremar las precauciones en cuanto a la ingesta de agua, en todo tipo de desplazamientos (nacionales e internacionales). Lo ideal será tomar agua embotellada y evitar hielos en las bebidas. Si no podemos acceder a agua mineral embotellada, podemos desinfectar el agua del grifo, hirviéndola o añadiendo lejía de uso bucal (1 gota por litro). También deberemos tener especial cuidado con los vegetales que vayamos a consumir crudos; asegurándonos de hacer un lavado en profundidad con aguas potables.

Especial cuidado tendremos con las comidas que contengan salsas ó huevo. Debere-



mos mantenerlos siempre refrigerados, y con mayor control en los meses de verano.

Las pautas de alimentación son también un pilar fundamental en la recuperación del proceso. Hasta la fecha, se optaba por una dieta astringente, considerando que era la mejor medida para suspender los cuadros diarreicos. Entre estas medidas se encontraba el eliminar la suministro de leche materna. Ahora está comprobado que la leche materna previene este tipo de procesos.

El paciente debe seguir una alimentación normal lo antes posible. Se trata de impedir la pérdida progresiva de líquidos. ●

El farmacéutico es el profesional sanitario más accesible y el experto en el medicamento

