

# Diarrea-vómito-deshidratación

---



Instituto  
Nacional de  
Aprendizaje



# Introducción

En este recurso encontrará información relacionada con los primeros auxilios en caso de que la PAM presente diarrea, vómito y deshidratación.





# Diarrea

- Se define como un aumento en la frecuencia de las deposiciones, cambios en la consistencia y características de la defecación, es decir cuando la persona presenta más deposiciones por día, heces más líquidas, puede haber cambios en color y olor (fétida: mal olor).
- Cuando la diarrea es intensa, hay peligro de deshidratación, como se muestra en la siguiente imagen.



# Diarrea: actuación

- Hidratar con agua, bebida de rehidratación o con sales de rehidratación comerciales disueltas como se indica en el envase (si la víctima no tolera su sabor, puede diluirlas al doble).
- Mantener una dieta adecuada.
- En caso de ser diarrea con sangre o fiebre, o acompañada de vómitos o bien presenta signos y síntomas de deshidratación, llame al 9-1-1.
- Si hay vómitos, será imposible reponer líquidos por vía oral.

## BEBIDA DE REHIDRATACIÓN

En un litro de agua diluir:

- 2 cucharadas soperas de azúcar.
- 1/2 cucharadita de sal.
- 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio.
- El jugo de 1 limón mediano.

# Deshidratación

- Es una afección que se presenta cuando el cuerpo no tiene tanta agua y líquidos como debería.
- Se clasifica en leve, moderada o severa sobre la base del porcentaje de líquido corporal que se ha perdido o que no se ha repuesto.

Las PAM y personas con enfermedades tienen mayor riesgo de sufrir deshidratación.



# Deshidratación: causas

- Pérdida excesiva de líquidos.
- Consumo insuficiente de agua o líquidos.
- Vómito y diarrea.
- Aumento en la orina.
- Sudoración excesiva.
- Pérdida de apetito.
- Irritación en la garganta.
- Úlceras bucales.

La deshidratación  
severa es una  
situación de  
emergencia  
potencialmente  
mortal.



# Deshidratación: signos

- Ojos hundidos.
- Boca pegajosa o reseca.
- Disminución o ausencia de orina.
- Baja presión sanguínea.
- Frecuencia cardíaca baja.
- Turgencia deficiente de la piel (a la piel le puede faltar su elasticidad normal y regresar a su posición lentamente al ser pinzada en un pliegue).
- Llenado capilar mayor a 2 segundos.





# Deshidratación: signos

Disminución en la turgencia de la piel



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)

Llenado capilar



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY](#)





# Deshidratación: actuación

- Recaudar información.
- Suministrar pequeñas cantidades de líquido preferiblemente suero oral.
- Traslado en caso de shock (disminución excesiva de la presión arterial).



## **Signos de shock:**

- Piel fría y húmeda.
- Piel pálida.
- Pulso acelerado.
- Respiración rápida.
- Náuseas o vómitos.
- Mareos o desmayo.

# Fiebre

- La fiebre es la elevación de la temperatura corporal.
- Es un fenómeno adaptativo para combatir microorganismos que causan enfermedades, como bacterias o virus.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)





# Actuación ante la fiebre

- Mida la temperatura de la víctima con un termómetro.
- Aplique frío con toallas o trapos húmedos en frente, axilas, ingles, muñecas y detrás de las rodillas.
- Haga que la víctima se bañe con agua tibia, para luego ir enfriando gradualmente el agua.
- Mantenga hidratada a la persona.
- Busque asistencia médica para adultos con más de 40 °C.
- Medicación según prescripción médica.



# Cierre

- La diarrea, vómito y deshidratación generalmente se presentan por causas virales o bacterianas al ingerir alimentos contaminados, lo importante es prestar atención a las características tanto de las heces como del vómito y reportar al personal médico o de enfermería.
- Se deben valorar los signos de deshidratación y actuar rápidamente, ya que la pérdida de electrolitos puede ser mortal.
- Recuerde que lo importante es rehidratar a la persona.