

Vómitos de repetición

¿Qué hay que saber?

Es un síntoma frecuente que acompaña a muchas enfermedades. En la mayoría de los casos están relacionados a procesos benignos. No obstante, en casos particulares, puede constituir la primera manifestación de un proceso grave.

¿Cuáles son las principales causas de los vómitos?

Las causas pueden ser muchas y dependiendo de la edad, unas son más frecuentes que otras:

- Infecciones (intestinales, respiratorias, orina, meningitis...)
- Problemas digestivos.
- Alergias alimentarias.
- Enfermedades endocrinas (diabetes...)
- Enfermedades neurológicas.
- Problemas alimentarios.
- Fármacos, tóxicos, etc.

La mayoría de las veces los vómitos son autolimitados y en uno o dos días remiten. Hay ocasiones en las que se debe consultar al Servicio de Urgencias:

Signos de alarma:

- Vómitos persistentes.
- Afectación del estado general.
- Antecedente de traumatismo craneoencefálico o abdominal.
- Signos de deshidratación: Llorar sin lágrimas. Ojos hundidos. Decaimiento, irritabilidad. Sequedad de la piel. Mucosas secas (lengua seca). Respiración anormal. Sed intensa. Disminución de la cantidad de orina.
- Alteración neurológica (cefalea progresiva, rigidez de nuca, hemorragias cutáneas, alteración de la conciencia, movimientos anómalos, vómitos a chorro o en escopetazo).
- Vómitos con sangre (roja o en posos de café), bilis (color verdoso) o heces.
- Deposiciones con sangre o de color negro.
- Dolor abdominal continuo y abdomen hinchado.
- Ingesta de algún tóxico o medicamento.

¿Qué hacer en caso de que un niño vomite en el colegio?

- Mantener la calma y tranquilizar al niño.
- Facilitar el acceso al aseo.
- Evitar que aspire el vómito: inclinarle la cabeza hacia delante y sujetársela poniéndole la mano en la frente.
- Valorar el estado general del niño y síntomas acompañantes (fiebre, diarrea, manchas en la piel...)
- Observar características del vómito (su contenido, fuerza de expulsión, evolución en el tiempo).
- Averiguar si el niño presenta alguna enfermedad crónica (diabetes, alergia alimentaria...)
- Determinar si existe algún factor o causa desencadenante (traumatismo craneoencefálico, abdominal, ingesta de algún tóxico...)

- Mantenerle en observación y pasados unos minutos, si no existen vómitos ni náuseas, dar sorbos pequeños o una cucharada cada 5-10 minutos de alguna bebida azucarada (zumos, agua azucarada) para evitar la deshidratación.

Los vómitos repetidos producen un aumento de los cuerpos cetónicos en sangre y en orina. Esto produce un olor como a manzana en el aliento (acetona). Estos cuerpos cetónicos favorecen a su vez los vómitos. Por ello, hay que administrar líquidos azucarados para disminuir la cetosis y así evitar que siga vomitando.

- Si los vómitos se acompañan de diarrea es preferible utilizar soluciones de rehidratación oral (SRO), de venta en farmacias, que se ajustan a las pérdidas producidas por los vómitos y las deposiciones diarreicas.
- No se deben utilizar soluciones caseras (limonada) ya que existen frecuentes errores en la preparación que pueden tener consecuencias negativas para el niño. Tampoco hay que utilizar refrescos comerciales ni bebidas para deportistas.
- Es posible que el niño tenga sed y quiera beber más, pero si toma mucho líquido lo normal es que lo vomite, por lo que hay que dárselo en pequeñas cantidades.
- Si los líquidos son bien tolerados, se puede aumentar la frecuencia y la cantidad, y cuando haya tolerado los líquidos durante 2-3 horas se le podrá ofrecer algún alimento suave que le apetezca, evitando alimentos con mucha grasa o azúcar.
- Nunca se le debe forzar a comer.
- No se deben utilizar medicamentos para los vómitos o diarrea si no lo ha indicado el pediatra.
- Las SRO se deben dar en pequeñas cantidades y poco a poco para facilitar la tolerancia. Tras un periodo corto de tiempo (unas 3-4 horas) a base de SRO, debe de iniciarse la alimentación (alimentación precoz).