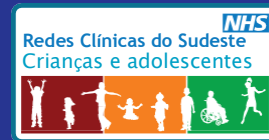


Ficha de Aconselhamento – Diarreia e/ou vómitos

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

Dezembro de 2016
Kent, Surrey e Sussex
Versão



Nome do menor _____ Idade _____ Data/hora do aconselhamento _____

Aconselhamento adicional / Seguimento _____

Nome do profissional _____ Assinatura do profissional _____

Como está o seu filho? (Conselhos tricolores)



Vermelho

Se o seu filho está/tem:

- Dificuldade para despertar/não tem reação
- Pálido e mole
- Dificuldade para respirar
- Diabetes
- Pés e mãos frios com pele sarapintada
- Sem fraldas molhadas ou não faz chichi há >18 horas

Necessita de ajuda urgente

Ligue para o 999 ou dirija-se ao Serviço de Urgências do hospital mais próximo



Âmbar

Se o seu filho:

- Parece desidratado, isto é, boca seca, olhos encovados, sem lágrimas, fontanela (ponto mole na cabeça do bebé) encovada, sonolento ou urina menos do que o normal
- Tem sangue nas fezes (cocó) ou dor de barriga constante
- Parou de beber ou mamar no peito e/ou não retém os líquidos/não tolera fluidos orais durante esta doença
- Está irritado ou letárgico
- Apresenta uma respiração rápida ou profunda
- Tem pés e mãos frios sem pele sarapintada
- Sangue no vómito
- Tem menos de 3 anos de idade

Deve contactar um médico ou enfermeiro hoje

Ligue para o consultório do seu MCG ou para o **NHS 111** – marque 111



Verde

Se não se verificar nenhum dos sintomas acima, a maioria das crianças com diarreia e/ou vómitos podem recuperar em segurança em casa.

(Note que as crianças com menos de 1 ano ou as que nasceram com um peso baixo poderão ser mais propensas a ficarem desidratadas. Se o seu filho parece estar bem, mas você continua preocupado(a), contacte o consultório do seu MCG ou ligue para o NHS 111).

Autoterapêutica

Utilizando os conselhos no verso, pode prestar em casa ao seu filho os cuidados de que ele necessita

A maioria das crianças com diarreia e/ou vómitos 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

(24 horas por dia,
7 dias por semana)

Enfermeiro escolar/
Equipa de
enfermeiros sociais
(anote o número aqui)

.....

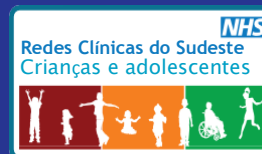
Aconselhamento online: NHS Choices www.nhs.uk (disponível 24 h por dia/7 dias por semana)

Se necessitar de apoio linguístico ou tradução, informe o assistente com quem falar. Para enviar comentários ou obter informações adicionais, incluindo como obter cópias adicionais deste documento (indique Ref.: DV1), temos uma caixa de correio para estas consultas em nome da área das Redes Clínicas do Sudeste (Kent, Surrey e Sussex). Envie um e-mail para: CWSCCG.cypSECpathways@nhs.net

Ficha de Aconselhamento – Diarreia e/ou vômitos

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

Dezembro de 2016
Kent, Surrey e Sussex
Versão



Acerca da gastroenterite

A diarreia e/ou vômitos graves podem conduzir a desidratação, que ocorre 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: bebês 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.

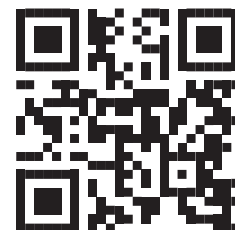
Como posso cuidar do meu filho?

- 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.
- Se amamenta o seu filho, continue a fazê-lo; caso contrário o seu filho não deve ingerir comida sólida até estar reidratado.
- 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). A SRO, por exemplo Dioralyte, é igualmente utilizada para tratar crianças que ficaram desidratadas. A SRO pode ser comprada sem receita médica nos grandes supermercados e farmácias e ajuda a impedir a desidratação.
- 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. São de evitar as bebidas gasosas e/ou sumos de fruta, pois podem piorar a diarreia. É importante que o seu bebê/filho se alimente bem para ajudar com a recuperação.
- 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 os 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 talvez não seja necessário adiá-las.
- **Lavar as mãos é a melhor forma de impedir a propagação da gastroenterite.**

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 gastroenterite (diarreia e/ou vômitos):

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 frequentar 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