

Cómo aliviar los problemas de pancita del niño pequeño

Los problemas dolorosos de pancita de un niño pequeño, incluyendo la diarrea y el estreñimiento, son horribles tanto para los padres como para los bebés. Aquí hay una lista de cosas para ayudarte a tener bajo control el malestar estomacal de tu niño pequeño.

Observa si tu hijo hace popó aguada con frecuencia. Es signo de que tu hijo pequeño tiene diarrea, así que consúltalo con tu médico.

Lávate las manos con frecuencia y práctica una buena higiene para evitar contagios.

Después de cada episodio de popó aguada rehidrata a tu niño pequeño con 100 o 200 ml de agua.

Observa si tu hijo hace pipí oscuro y de olor fuerte, ya que puede ser una señal de deshidratación.

Pregunta a tu farmacéutico o a tu médico si los sueros orales son aconsejables.

Sigue las recomendaciones de tu médico para darle medicamentos antidiarreicos a tu niño pequeño.

No lleves a tu niño pequeño a la guardería mientras esté enfermo y hasta 48 horas después de su último episodio de diarrea.

Si tu niño pequeño no hace popó al menos tres veces a la semana, puede ser señal de estreñimiento.

Dale más fluidos a tu niño pequeño, idealmente agua simple. Tomando en cuenta que la leche materna sigue siendo su principal fuente de hidratación en el primer año.

Asegúrate de que haya suficientes frutas y vegetales en su alimentación.

Asegúrate de que tu pequeño se mantenga activo, ya que ello puede ayudar a que sus intestinos se sigan moviendo.

Darle a tu niño pequeño un suave masaje de pancita —moviendo las manos en el sentido de las manecillas del reloj— después de un baño relajante puede ayudar a aliviar el estreñimiento.

Evita la medicación de venta libre para el estreñimiento de tu niño pequeño, a menos que te lo recete tu médico.

Para saber más acerca del malestar estomacal de tu pequeño, consulta con el médico.

FUENTES:

<http://smababy.co.uk/toddler/toddler-tummy-problems> [1]

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.ec/12-24-meses/problemas-de-pancita-del-nino>

Enlaces

[1] <http://smababy.co.uk/toddler/toddler-tummy-problems>