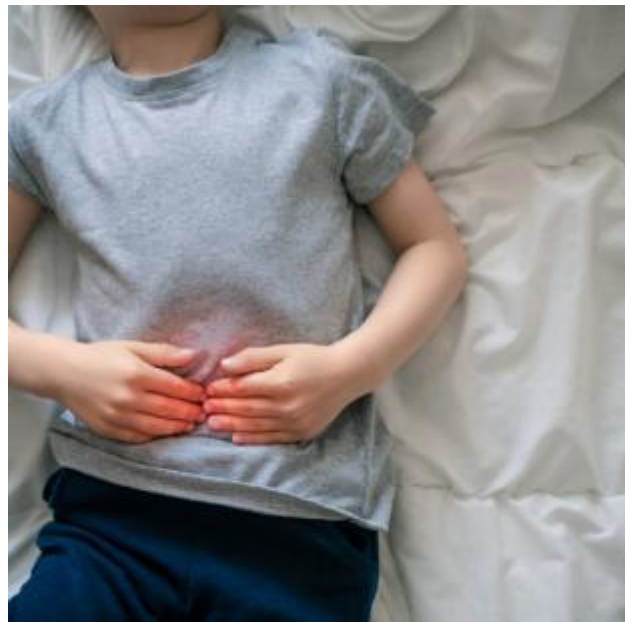


Publicado en *Mom & me Centroamérica* | 1000 Primeros Días del Bebé (<https://www.momandme.nestle.com>)

Inicio > Diarrea, estreñimiento, cólicos y vómitos son las afecciones digestivas que más afectan a los lactantes

Comparte esto

X

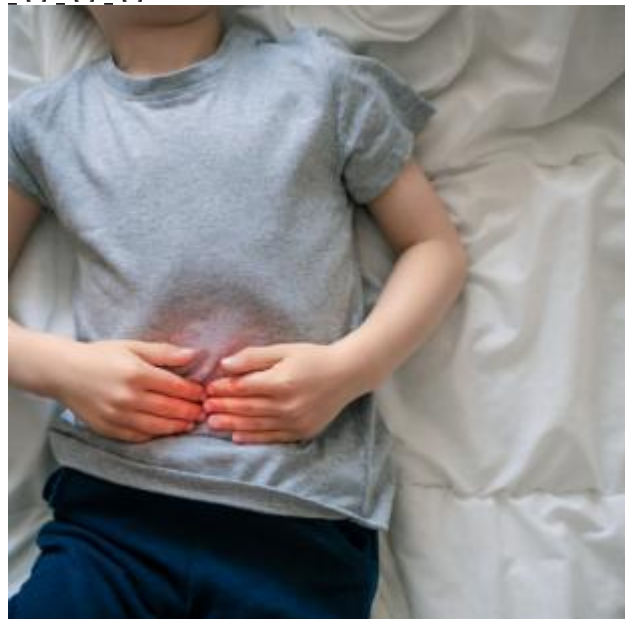


Diarrea, estreñimiento, cólicos y vómitos son las afecciones digestivas que más afectan a los lactantes

Entre tres y cuatro lactantes por cada diez; padecen problemas digestivos

<https://www.momandme.nestle.com/diarrea-estrenimiento-colicos-y-vomitos-...> [1]

[2] [3] [4]



Diarrea, estreñimiento, cólicos y vómitos son las afecciones digestivas que más afectan a los lactantes

Entre tres y cuatro lactantes por cada diez; padecen problemas digestivos

Miércoles, Mayo 19th, 2021

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

- En el Mes de Mayo, Mes de la Salud Digestiva, los expertos abogan por un diagnóstico oportuno como clave para evitar complicaciones de salud posteriores.
- Los problemas digestivos en niños son una de las principales causas de consulta pediátrica en lactantes.
- En los primeros meses de vida se estima que aproximadamente un 32% de las consultas al pediatra obedecen a problemas de evacuación y hasta un 40% por cólicos.¹

Los trastornos digestivos funcionales, es decir los que no se deben a un problema orgánico en los niños, constituyen una de las principales causas de consulta de los padres al médico pediatra.

Según estudios recientes, la prevalencia de estos trastornos (cólicos, estreñimiento y regurgitación) en lactantes varía desde 27% hasta un 38% en Estados Unidos, Europa y Asia. En Centroamérica y algunos países de Latinoamérica se han reportado cifras muy similares, lo cual supone que, en promedio, entre tres y cuatro de cada 10 niños sufren alguna de estas molestas afecciones, que si bien no son críticas, afectan la calidad de vida de los pequeños y sus familias.^{23?}

“Es crucial establecer un diagnóstico oportuno y adecuado para orientar a los padres y ofrecer el manejo indicado para cada caso. Debe evitarse el manipuleo innecesario del niño con estudios y medicamentos en forma empírica y sin fundamento. Aunque estos trastornos suelen mejorar espontáneamente en función del tiempo y la edad, su manejo inadecuado puede significar la aparición de complicaciones a largo plazo, por ejemplo, trastornos del sueño, de la conducta, problemas de alimentación, estreñimiento crónico, ansiedad y dolor abdominal en niños de edad escolar, entre otros”, comenta el doctor Jorge Palacios, pediatra gastroenterólogo.

Entre estos padecimientos, el estreñimiento es uno de los más frecuentes. Afortunadamente, hasta un 95% de los casos obedece a causas funcionales sin que exista una patología orgánica que lo produzca.?

El estreñimiento es una entidad caracterizada por la disminución en la frecuencia de evacuación que suele desencadenar retención de las heces?. Los pequeños tienen dolor al evacuar, con excesivo pujo, ya que las heces son grandes y duras. El diagnóstico se debe basar en una detallada historia clínica y un examen

completo.

Algunos de los signos de alerta para buscar el manejo inmediato de estos niños son: menos de tres deposiciones a la semana, episodios de retención fecal, incontinencia o escape involuntario de heces, defecaciones dolorosas duras y voluminosas.

“Es importante que los padres sepan que no solamente debe valorarse la frecuencia de las deposiciones, también es importante el volumen (grosor) y la dureza de las heces, así como otros síntomas, como dolor o sangrado” agrega Palacios.

En los niños se presentan edades y etapas que pueden exacerbar o desencadenar el estreñimiento: el momento de retirar el pañal, el inicio de la época escolar y el miedo o rechazo a defecar, por el dolor e incomodidad que representa.

En niños mayores de seis meses, también puede influir, en el momento del inicio de la alimentación complementaria, el cese de la leche materna, el cambio a consumir leche entera de vaca, una dieta rica en proteínas animales, embutidos, lácteos, alimentos grasos y pobre en líquidos y fibra.

Los cólicos por otro lado se definen como un síndrome que se caracteriza por llanto excesivo, muy repetido sobre todo en las noches. Existen criterios específicos, bien definidos para diagnosticarlo y especialmente para excluir la posibilidad que se trate de alguna enfermedad diferente y riesgosa para el niño. Es importante consultar a su pediatra para el diagnóstico oportuno.

Se deben mencionar otros problemas que preocupan a los padres como lo son la regurgitación y la rumiación. La experiencia desagradable de observar a los niños expulsando voluntaria o involuntariamente su alimento es un motivo de preocupación intenso para la familia y una causa frecuente de consulta, para establecer si se trata de un evento funcional u orgánico y establecer el manejo apropiado.

“La regla más importante para padres y madres, en todos estos casos, es acudir a un especialista de confianza que encuentre las causas del malestar y establezca el manejo apropiado en forma oportuna” concluye Palacios.

Consejos claves

Cada bebé es diferente y no es posible tener una receta mágica para aliviar las molestias digestivas, pero existen algunos consejos que en definitiva ayudan a los padres. En el sitio web Mom and Me de Nestlé , los padres y madres puede encontrar éstos y otros consejos sobre cómo cuidar mejor la salud de sus pequeños.

1. La leche materna puede ejercer un efecto antiinflamatorio, modula la microbiota intestinal reduciendo la presencia de bacterias productoras de gases, lo que puede reducir el malestar del lactante relacionado con distensión abdominal. Los médicos recomiendan lactancia exclusiva al menos hasta los 6 meses.

2. Es importante amamantar al niño en un ambiente adecuado y con una postura correcta. El acople apropiado de la boca del bebé al seno materno y evitar que el niño se esté moviendo por distracciones, ayudan a la deglución y a tener una mejor digestión.

3. Si el bebé es mayor es mayor de 6 meses, es importante -desde el inicio- favorecer el consumo de una dieta balanceada, que incluya vegetales y legumbres que le proveerán fibras prebióticas. La ingesta de Pre y Probióticos favorece una digestión saludable.

Fuentes:

¹Las enfermedades digestivas afectan 2 de cada 3 niños menores de un año.

<https://distritocentralgt.home.blog/2021/01/04/las-enfermedades-digestivas-afectan-2-de-cada-3-ninos-menores-de-un-ano/>

²Trastornos funcionales digestivos del lactante. <https://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/trastornos-funcionales-digestivos-del-lactante.pdf>

³Chogle, A. et al. Multi-country cross sectional study found that functional gastrointestinal disorders such as colic and functional dysquezia were common in South American Infants. Acta Paed 2018; 107 (4):708-313.

?Zablah, R. et al. Prevalence of functional gastrointestinal disorders in school-aged children in El Salvador. Revista de Gastroenterología de México. 2015;80(3):186---191

?¿Por qué el estreñimiento en niños es tan frecuente? <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-estrenimiento-ninos-tan-frecuente-20210408081642.html>

? ?Trastornos funcionales digestivos del lactante. <https://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/trastornos-funcionales-digestivos-del-lactante.pdf>

Aviso Importante: La leche materna es el mejor alimento para el lactante.

Acerca de Grupo Nestlé Centroamérica - Nestlé es la compañía de alimentos y bebidas más grande del mundo. Está presente en 189 países de todo el mundo y sus 328.000 empleados están comprometidos con el propósito de Nestlé de mejorar la calidad de vida y contribuir a un futuro más saludable. Nestlé ofrece un amplio portafolio de productos y servicios para las personas, las familias y sus mascotas a lo largo de sus vidas. Sus más de 2.000 marcas van desde iconos globales como Nescafé® o Nespresso® a favoritos locales como Maggi®, Nido®, La Lechera® e Ideal®. El desempeño de la compañía es impulsado por su estrategia de Nutrición, Salud y Bienestar. Nestlé tiene su sede en la ciudad suiza de Vevey, donde fue fundada hace más de 150 años. Nestlé está presente en Centroamérica desde hace 80 años. Opera 6 plantas de producción en los diferentes países de la región. Actualmente la compañía emplea a más de 4,000 colaboradores y trabaja con más de 3,000 proveedores de materias primas, empaques y materiales indirectos. Gracias a una cartera sin igual de marcas y productos para Centroamérica, estamos presentes en la vida cotidiana de nuestros consumidores y en todas las etapas de su vida. Para mayor información lo invitamos a visitar: www.nestle-centroamerica.com [6]

[Leer más](#) [7]

URL de origen: <https://www.momandme.nestle.com/diarrea-estrenimiento-colicos-y-vomitos-son-las-afecciones-digestivas-que-mas-afectan-los-lactantes>

Enlaces

[1] <https://www.momandme.nestle.com/diarrea-estrenimiento-colicos-y-vomitos-son-las-afecciones-digestivas-que-mas-afectan-los-lactantes>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.momandme.nestle.com/diarrea-estrenimiento-colicos-y-vomitos-son-las-afecciones-digestivas-que-mas-afectan-los-lactantes&media=https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/gettyimages->

<https://www.momandme.nestle.com/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/gettyimages->

1225157999_1.jpg&description=Diarrea, estreñimiento, cólicos y vómitos son las afecciones digestivas que más afectan a los lactantes

[3]

<https://twitter.com/share?text=Diarrea%2C%20estre%C3%B1imiento%2C%20c%C3%B3licos%20y%20v%C3%B3mitos%20estre%C3%B1imiento-colicos-y-vomitos-son-las-afecciones-digestivas-que-mas-afectan-los-lactantes>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.momandme.nestle.com/diarrea-estre%C3%B1imiento-colicos-y-vomitos-son-las-afecciones-digestivas-que-mas-afectan-los-lactantes>

[5] <https://www.momandme.nestle.com/printpdf/104085>

[6] <https://www.nestle-centroamerica.com>

[7] <https://www.momandme.nestle.com/javascript%3A%3B>