

Instrucciones de alta para la hipocalcemia (niños)

A su hijo le han diagnosticado hipocalcemia. Esto significa que no tiene suficiente calcio en la sangre. El calcio es un mineral que ayuda al crecimiento de los huesos y de los dientes. Controla el ritmo cardíaco y permite la contracción de los músculos. Las causas de la hipocalcemia incluyen la falta de calcio o de vitamina D en la dieta de su hijo, problemas en el sistema digestivo o problemas glandulares. Otras posibles causas son enfermedad renal o del páncreas, niveles bajos de magnesio o niveles altos de fosfato. A continuación encontrará lo que necesita saber sobre los cuidados en el hogar.

Cambios en la alimentación

- Procure que su hijo consuma más alimentos ricos en calcio.
 - Dele más leche, queso, requesón, yogur, helados (con moderación), col rizada, tofu y brócoli.
 - Lea las etiquetas de los alimentos. Compre productos con calcio añadido. Por ejemplo, jugo de naranja, leche de soya o cereales enriquecidos con calcio listos para consumir.
- Dele un suplemento de calcio según le indique el proveedor de atención médica.
- Dele un suplemento de vitamina D según le indique el proveedor de atención médica. Esto es importante porque ayuda a que el cuerpo del niño absorba el calcio. Existen varias marcas de suplementos multivitamínicos para niños que contienen vitamina D.
- Limite la cantidad de refrescos que consume su hijo. Estas bebidas contienen fosfatos. Los fosfatos pueden interferir con su capacidad de absorber el calcio.

Otros cuidados en el hogar

- Informe al proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos con receta o de venta libre que su hijo use. Incluya los suplementos de hierbas. Algunos medicamentos comunes pueden hacer que el cuerpo pierda calcio.
- Procure que su hijo vuelva a sus actividades normales según le indique el proveedor de atención médica.
- Procure que su hijo salga a jugar al sol por lo menos 20 minutos cada día. La exposición al sol ayuda a que su cuerpo produzca vitamina D, la cual a su vez ayuda a la absorción del calcio. No pase mucho tiempo al sol directo sin usar protector solar.

Seguimiento

Programe una cita de seguimiento con su proveedor de atención médica según le indiquen.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica de su hijo

Llame al proveedor de inmediato si nota que el niño presenta cualquiera de estos signos o síntomas:

- Fatiga extrema
- Depresión
- Alucinaciones
- Confusión
- Calambres, espasmos o contracciones musculares
- Entumecimiento y hormigueo en los brazos, las piernas, las manos o los pies
- Convulsiones
- Ritmo cardíaco irregular