

# Aquí tiene ayuda: Deshidratación leve en su bebé o Niño

Cuando su bebé o su niño tiene fiebre, vómitos o diarrea, pierde cosas buenas que su cuerpo necesita, como agua y minerales.

Esto se llama deshidratación. Su bebé o niño no siempre puede decirle cuándo está deshidratado o tiene sed.

Así que depende de usted prestar atención a los síntomas. Y el síntoma principal es un pañal seco. ¿Sabe su hijo ir al baño?

Su síntoma principal es que no va al baño para orinar como es normal. Esto es lo que puede hacer en el hogar.

El objetivo es reemplazar el líquido perdido. Eso significa que si usted amamanta, debe alimentar a su hijo con más frecuencia.

Si usa biberón, aumente el número de biberones que le da. También puede darle a su hijo bebidas especiales llamadas soluciones de rehidratación oral, que puede comprar en las farmacias.

Para un niño mayor, asegúrese de que beba a menudo. Las pequeñas cantidades de leche o agua funcionan mejor.

No le dé a su hijo jugo de fruta ni refrescos. Tienen demasiado azúcar y no contienen una cantidad suficiente de los minerales que el cuerpo necesita. Tenga en cuenta lo siguiente, por si acaso.

Llame a su médico si su bebé o su niño tiene la boca seca, menos lágrimas de lo normal y no ha mojado pañales o no ha orinado en más de 6 horas.

Obtenga ayuda de emergencia, si su bebé o su niño está muy somnoliento o es difícil despertarlo, o si no ha mojado pañales ni orinado en más de 12 horas.

Estas son algunas cosas que puede hacer para evitar la deshidratación. Cuando su hijo no se siente bien, es posible que no quiera beber nada. Pero siga intentándolo. Dele a su hijo pequeños sorbos de agua.

Deje que beba tanto como quiera. La deshidratación leve se cuida fácilmente en el hogar, pero usted conoce mejor a su hijo. Si tiene alguna pregunta o duda, puede llamar a su doctor.