

# DOLOR ABDOMINAL

## INFORMACIÓN PARA PADRES



### ¿QUÉ ES EL DOLOR ABDOMINAL?

El dolor abdominal es un síntoma frecuente e inespecífico en los niños y niñas, que puede ser debido a diversas causas, siendo la mayoría benignas y autolimitadas (estreñimiento, aumento del movimiento del intestino, gases, diarrea).

Un porcentaje escaso requieren ingreso o ser operados, pero es fundamental saber cuándo debemos consultar para poder diferenciar las causas leves de aquellas que requieren tratamiento urgente.

### ¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

- Es una sensación de molestia, malestar o queja que el niño o niña refiere al abdomen.
- Puede asociar fiebre, vómitos, diarrea, o tos. Es importante valorar la localización, la evolución y los síntomas que asocia para llegar a un diagnóstico.
- Algunas enfermedades no localizadas en el abdomen también pueden provocar dolor abdominal (anginas, catarro de vías altas, neumonía, otitis).

### ¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

- Intente valorar la intensidad sin preguntar continuamente. Observe si juega, si el dolor desaparece al dormir, le despierta por la noche o le obliga a reposar
- Deje que mantenga su actividad normal
- Observe las deposiciones. Tenga en cuenta cuando fue la última deposición y su consistencia.
- Si el niño o niña se queja habitualmente de dolor abdominal, sobre todo por las mañanas, es importante que no deje de ir al colegio

### ¿DEBEMOS OFRECERLE ALGUNA ALIMENTACIÓN ESPECIAL?

- En general, se recomienda dieta suave, apetecible, baja de grasas y sin forzar la ingesta.
- Si el bebé está tomando el pecho o el biberón, puede seguir tomándolos.
- Si está inapetente y no admite la ingesta, se puede ofrecer pequeñas cantidades de líquido en forma de suero de rehidratación oral.

### ¿CUÁNDO PUEDE VOLVER A LA GUARDERÍA/ ESCUELA? ¿CUÁNDO PUEDE REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA?

- Habitualmente el dolor abdominal es transitorio
- La vuelta al centro escolar/guardería y al ritmo de vida habitual dependerá de la causa.
- Si la causa es infecciosa debemos esperar a que el niño o niña se encuentre bien para evitar el contagio de otros compañeros.
- En aquellos casos de dolor abdominal recurrente en los que no se aprecien síntomas nuevos respecto a episodios previos, tras una valoración médica, podría recomendarse no interrumpir la asistencia escolar.

### ¿CUÁNDO DEBEMOS CONSULTAR EN UN SERVICIO DE URGENCIAS?

- El paciente debe ser valorado si:
- Si tiene mal estado general, está decaído, pálido o asocia rechazo alimentario marcado.

- Si el dolor se hace continuo, cada vez más intenso, de tal manera que, el niño o niña no mantiene su actividad habitual o duerme mal.
- Si el dolor abdominal lo refiere un niño o niña menor de 4-5 años es recomendable su valoración en atención primaria, para valorar derivar a urgencias hospitalarias.
- Si el dolor se localiza en el lado derecho del abdomen o se aleja de la zona periumbilical.
- Si su hijo tiene vómitos continuos, verdosos, marrones o con sangre.
- Si las deposiciones son negras, como alquitrán, o tienen sangre roja.
- Si el abdomen está tenso, duro o hinchado.
- Si ha sido operado de abdomen previamente.
- Si el paciente presenta drepanocitosis.
- Si hay antecedentes conocido o posible de haber ingerido un cuerpo extraño punzante, una pila de botón o más de un imán.
- Si presenta dolor intenso tras un traumatismo abdominal.

## ¿CÓMO LO PODEMOS PREVENIR?

A menudo, la causa del dolor abdominal es una infección, generalmente de origen viral que se contagia fácilmente. En este caso, para prevenir su contagio se aconseja:

- Lavado de manos con jabón antes de las comidas y después de usar el inodoro
- Depositar los pañales sucios en bolsas de plástico antes de tirarlos a la basura
- Limpiar el cambiador y lavarse las manos después de cambiar los pañales del bebé

Es importante prevenir el estreñimiento comiendo fruta y verdura frescas y promoviendo la realización de actividad física.



LAVADO DE MANOS



## RECUERDA

EL DOLOR ABDOMINAL SUELE SER TRANSITORIO, CAUSADO POR INFECCIONES VIRALES

EN CASO DE DOLOR INTENSO, CONTINUO, CON AFECTACIÓN DEL ESTADO GENERAL, DEBE SER VALORADO POR UN PEDIATRA

## ¡ESPERAMOS QUE HAYA SIDO ÚTIL!

PARA AMPLIAR INFORMACIÓN, PUEDES CONSULTAR LOS SIGUIENTES QR



DOLOR ABDOMINAL



SALUD Y ESCUELA

