

Náusea y vómito

(Nausea and Vomiting)

La náusea es una sensación desagradable en la boca del estómago que puede llegar a producir vómito. La náusea y el vómito pueden ser causados por una infección intestinal, envenenamiento por alimentos, embarazo, diabetes, jaquecas, lesiones en la cabeza o medicamentos, especialmente los antibióticos o la aspirina. La náusea y el vómito pueden ser también señales de otras enfermedades serias.

Si usted vomita, es mejor no comer nada por varias horas o hasta que se esté sintiendo mejor. Sin embargo, debe tomar sorbos de líquidos transparentes para no deshidratarse. Los líquidos transparentes incluyen bebidas de rehidratación, tes suaves y jugos diluïdos. Evite las bebidas gaseosas. Si el vómito dura más de 24 horas, debe tomar sorbos de una bebida rehidratante para restaurar los fluidos y nutrientes perdidos. Cuando se esté sintiendo mejor, comience a tomar caldos y comidas ligeras, tales como galletas, tostadas secas o cereal cocinado hasta que los síntomas hayan desaparecido por 12 a 48 horas.

Debe llamar a su doctor o a otro profesional médico si tiene cualquiera de los síntomas siguientes después de vomitar:

- si nota sangre en el vómito que parezca de color rojo o como café molido
- si tiene fiebre y un dolor en aumento en la parte inferior derecha del abdomen—una posible señal de apendicitis
- si siente dolor en un área en particular del abdomen en vez de un calambre generalizado
- si tiene un dolor de cabeza fuerte, el cuello tieso o si se siente adormilado
- si cree que el vómito pueda haber sido causado por un medicamento que esté tomando, tal como antibióticos, aspirina o ibuprofén
- si el vómito ocurrió después de una lesión en la cabeza o si cualquier vómito ha durado más de 48 horas en un adulto, 12 horas en un niño menor de 4 años u ocho horas en un infante menor de seis meses
- si usted experimenta señales de deshidratación, tales como una debilidad persistente al estar de pie, poca o ninguna orina por ocho horas, piel pastosa, ojos hundidos, ritmo cardiaco acelerado o letargia. (Debe saber que éstas son señales de deshidratación aguda y son mucho más sutiles en casos más leves.)

* * * * *

Para mayor información acerca de la salud ...

- Consulte su copia de *La salud en casa: Guía práctica de Healthwise y Kaiser Permanente*.
- Escuche el Teléfono de la salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.
- Visite nuestro sitio Web en members.kp.org

- Contacte el Departamento de Educación para la Salud de su centro para obtener libros, videos, averiguar de clases y de recursos adicionales.

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado médico que usted recibe de su doctor o de otro profesional médico. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor.

Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.