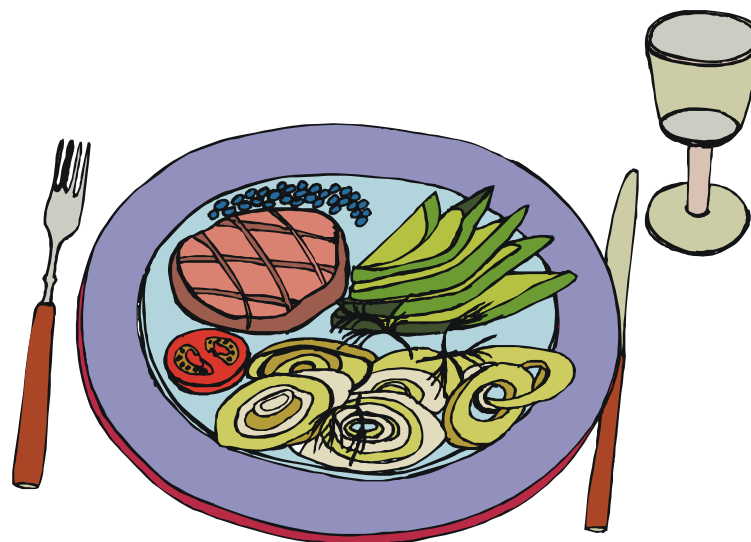


FORMAS DE COCCIÓN RECOMENDADAS:

Hervido, plancha, horno y microondas
Para condimentar y aliñar los alimentos se recomienda
Utilizar aceite en poca cantidad

FORMAS DE COCCIÓN NO RECOMENDADAS:

Guisado, empanados y fritos.



LACTANTS MENORS DE 4 MESOS:

◆ **PRIMERES 4 HORES:** Solució de rehidratació oral: Isotonar (1 sobre amb 250cc ó 500cc d' aigua) o suero oral hiposódic (1 sobre amb un litre d'aigua)

POSTERIORMENT:

Si pren lactància materna → seguir amb lactància materna

Si pren llet adaptada → continuar amb llet adaptada amb cereals sense gluten. Si persisteix el quadre de gastroenteritis consultar amb el seu pediatra

◆SEGONA FASE (24-48H):

Si ha pres lactància materna →continuar amb llet materna

Si ha pres llet adaptada → introduir la llet que prenia abans amb els cereals sense gluten

LACTANTS ENTRE 4 Y 6 MESOS:

◆ **PRIMERES 4 HORES:** Solució de rehidratació oral: Isotonar o suero oral hiposódic

◆ FASE INICIAL (< 24H):

Si pren lactància materna → seguir amb lactància materna
Cereals sense gluten (si n'està prenen)

Si pren llet adaptada → continuar amb llet adaptada amb cereals sense gluten. Si persisteix el quadre consultar amb el seu pediatra

◆SEGONA FASE (24-48H): dieta normal progressiva prèvia al quadre.

LACTANTS ENTRE 7 Y 12 MESOS:

◆ **PRIMERES 4 HORES:** Solució de rehidratació oral: Isotonar o suero oral hiposódic

◆ FASE INICIAL (< 24H):

Llet materna o llet de continuació
Iogurt
Farina o sèmola d'arròs
Cereals

◆SEGONA FASE (24-48H):

Llet materna o llet de continuació
Iogurt
Sèmola d'arròs, cereals, puré de patata
Puré de pastanaga
Pollastre, pernil cuit
Poma al forn o bullida o plàtan madur

◆ MANTENIMENT (A PARTIR 48H):

Dieta normal prèvia al quadre de gastroenteritis

NENS MAJORS DE 12 MESOS:

◆ **PRIMERES 4 HORES:** Solució de rehidratació oral: Isotonar o suero oral hiposódic

◆ FASE INICIAL (24H a 48H):

Llet segons tolerància, iogurt, formatge fresc
Cereals, sèmola d'arròs, puré de patata, pa normal i torrat
Puré de pastanaga
Pollastre o peix, pernil cuit , truita
Poma o pera al forn o bullida, plàtan madur, suc de poma
Oli d'oliva per cuinar

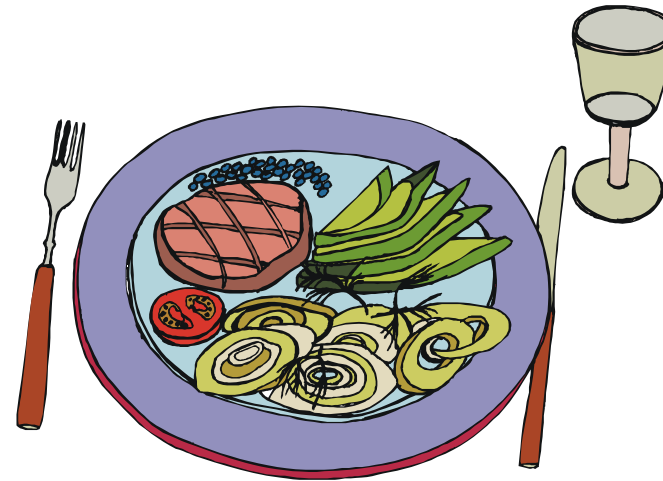
◆ **MANTENIMENT (A PARTIR 48H):** dieta normal progressiva .

FORMES DE COCCIÓ RECOMANADES

Bullit, planxa, forn i micrones
Per condimentar i amanir els aliments és
Recomana utilitzar poc oli

FORMES DE COCCIÓ NO RECOMANADES

Guisats, arrebosats i fregits



Recomendaciones dietéticas en las Gastroenteritis Agudas

SERVICIO DE PEDIATRIA
UNIDAD DE NUTRICIÓN

LACTANTES MENORES DE 4 MESES:

◆ **PRIMERAS 4 HORAS:** Solución de rehidratación oral: *Ísotonar* (1 sobre en 250cc ó 500cc de agua) o suero oral hiposódico (1 sobre en un litro de agua).

POSTERIORMENTE:

Si toma lactancia materna → seguir con lactancia materna

Si toma leche adaptada → seguir con leche adaptada con cereales sin gluten. Si persiste el cuadro de gastroenteritis consultar con su pediatra

◆ SEGUNDA FASE (24-48H):

Si ha tomado lactancia materna → seguir con lactancia materna

Si ha tomado leche adaptada → introducir la leche que tomaba antes con cereales sin gluten

LACTANTES ENTRE 4 Y 6 MESES

◆ **PRIMERAS 4 HORAS:** Solución de rehidratación oral: *Ísotonar* o suero oral hiposódico

◆ FASE INICIAL (< 24H):

Si toma lactancia materna → seguir con lactancia materna
Cereales sin gluten (si está tomando)

Si toma leche adaptada → seguir con leche adaptada con cereales sin gluten. Si persiste el cuadro, consultar con su pediatra

◆ SEGUNDA FASE (24-48H):

Dieta normal progresiva previa al cuadro de gastroenteritis

LACTANTES ENTRE 7 Y 12 MESES:

◆ **PRIMERAS 4 HORAS:** Solución de rehidratación oral: *Ísotonar* o suero oral hiposódico

◆ FASE INICIAL (< 24H):

Leche materna o leche de continuación
Yogur
Harina o sémola de arroz
Cereales

◆ SEGUNDA FASE (24-48H):

Leche materna o leche de continuación
Yogur
Sémola de arroz, cereales, puré de patata
Puré de zanahoria
Pollo, Jamón York
Manzana horno o hervida o plátano maduro

◆ MANTENIMIENTO (A PARTIR 48H):

Dieta normal progresiva previa al cuadro de gastroenteritis

NIÑOS MAYORES DE 12 MESES:

◆ **PRIMERAS 4 HORAS:** Solución de rehidratación oral: *Ísotonar* o suero oral hiposódico

◆ FASE INICIAL (24H a 48H):

Leche según tolerancia, yogur y queso fresco
Cereales, sémola de arroz, puré de patata, pan normal y tostado
Puré de zanahoria
Pollo y pescado, jamón cocido, tortilla
Manzana o pera al horno o hervida, plátano maduro, zumo de manzana
Aceite de oliva para cocinar

◆ MANTENIMIENTO (A PARTIR 48H):

Dieta normal progresiva, previa al cuadro de gastroenteritis