

Diarreia em crianças: o que devemos saber?



O que é diarreia em crianças?

A diarreia se caracteriza pelo aumento do número de evacuações por dia, com a eliminação de fezes podendo ser pastosa, semilíquida ou líquida. Assim, diz-se que a criança está com diarreia se ela tem aumento no número de evacuações, aumento da quantidade de fezes ou alterações na consistência delas, em relação àquilo a que ela está acostumada.

Quais são as causas da diarreia em crianças?

A diarreia em crianças ou em bebês pode ter várias causas. As mais comuns são infecções, sensibilidade aos alimentos, efeitos colaterais de antibióticos e o consumo excessivo de frutas ou sucos. Outras infecções por vírus (74%), bactérias (20%) e parasitas (6%) também podem ser causas de diarreia em crianças. Na maioria das vezes, as diarreias transmissíveis têm causa virótica, ainda que possam também ter outras causas. As diarreias das crianças sofrem uma grande influência da alimentação.

Quais são os principais sinais e sintomas da diarreia em crianças?

As diarreias costumam causar muito mal-estar às crianças. É frequente que juntamente com o aumento do número de evacuações a criança apresente também febre ou vômitos. As evacuações podem ser pastosas, líquidas e semilíquidas e variarem de umas poucas vezes a uma dezena ou mais vezes por dia. Certas características das fezes, como consistência, frequência, odor, presença de pus ou sangue, etc dão indicações sobre a natureza e gravidade da diarreia.

Como o médico diagnostica a diarreia em crianças?

O diagnóstico não apresenta dificuldades e é baseado tanto na história clínica, quanto no exame físico da criança. Em geral, os exames laboratoriais só são necessários quando se deseja diagnosticar com precisão a causa da diarreia.

O médico e os familiares da criança devem estar atentos aos sinais de desidratação: a ausência de lágrimas, boca e língua secas, olhos fundos, pele murcha e pegajosa, muita sede, diminuição da quantidade de urina, respiração acelerada e curta, extremidades frias, pulso fraco e, no bebê, afundamento da moleira (fontanela).

Como o médico trata a diarreia em crianças?

O tratamento das diarreias em crianças envolve tanto cuidados com as evacuações, quanto com a desidratação, que acarreta e que pode ser ainda mais grave que a própria diarreia. Hoje em dia, aconselha-se seguir consumindo os alimentos normalmente, apesar de que anteriormente se aconselhava restringi-los, com o objetivo de deixar descansar os intestinos. Os bebês devem manter a alimentação materna (aleitamento materno) ou com leites de fórmula para cada idade. Não existe uma dieta específica para combater a diarreia, mas as crianças toleram melhor as comidas mais leves. Frutas e verduras ajudam a produzir fezes mais firmes, mas os sucos de frutas podem produzir fezes menos consistentes. Atualmente existem produtos industrializados para reidratação, vendidos livremente como, por exemplo, *Rehidrat*, *Pedialyte* e similares. Ocasionalmente é necessário, além dos líquidos orais, administrar líquidos por via intravenosa o que, em geral, é feito em hospitais. Nas diarreias causadas por antibióticos deve-se dar à criança iogurte ou produtos à base de *Lactobacilos vivos*.

Como evolui a diarreia em crianças?

A diarreia aguda, na maior parte das vezes causada pelo *Rotavirus*, tem a tendência de ser resolvida pelo próprio organismo, dentro de catorze dias, no máximo. As outras formas de diarreia necessitam tratamento de suas causas.

Como prevenir a diarreia em crianças?

Para prevenir a diarreia nas crianças deve-se fazer uma boa higienização das mãos antes de manipular os alimentos e lavá-los bem antes de servi-los à criança, bem como ferver as chupetas e mamadeiras antes de usar. Além de lavar as mãos após o uso de banheiros.

Quais são as complicações possíveis da diarreia em crianças?

A complicação mais frequente e temível da diarreia é a desidratação e ela é tanto mais perigosa quanto menor seja a criança. De um modo geral, a criança se desidrata mais facilmente que o adulto, porque tem uma porcentagem maior de água em seu organismo. Para evitá-la, não suspenda o aleitamento materno e dê à criança o soro de reidratação oral. O ideal é solicitar em uma farmácia ou em um posto de saúde o soro de reidratação oral, que já vem pronto para ser dissolvido em um litro de água, com a quantidade certa de eletrólitos. Mas em caso de emergência, o soro caseiro pode ser usado. Para fazê-lo usa-se um copo de 200 ml de água fervida, duas colheres rasas de açúcar e uma colher rasa de sal. É necessário que o soro seja oferecido sempre e em pequena quantidade para a criança com diarreia, observando

os sinais de melhora. Além disso, a criança deve beber bastante de qualquer líquido a que esteja acostumada.

O soro caseiro não corta a diarreia, apenas repõe os líquidos perdidos nas fezes e nos vômitos.

Todo soro preparado deve ser utilizado em no máximo 24 horas. O que sobrar deve ser dispensado e um novo soro deve ser preparado para o uso, em caso de necessidade.