

SINAIS DE ALARME

Deve levar a criança ao médico sempre que:

- A criança tiver menos de 4 meses ou sofrer de alguma doença crónica;
- A criança vomitar de forma persistente e não tolerar ou recusar os líquidos;
- A criança estiver prostrada (sem a atividade e vivacidade que lhe é habitual) ou apresentar olhos encovados, boca seca, fontanela (moleirinha) deprimida ou se deixar de urinar;
- A criança vomitar sangue ou tiver febre elevada, manchas no corpo ou se suspeitar que possa ter ingerido algo tóxico.



MANTENHA-SE ATENTO

AO APARECIMENTO DE VÓMITOS

NO SEU FILHO!



Previna situações de risco!

**ÂNGELA GERVAIA, MARIA JOÃO MARTINS,
PEDRO EVANGELISTA**

ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE LISBOA
USF CONDE DE OEIRAS

ars|live



Atualizado em maio de 2014. Prazo de revisão: 3 anos.
Validado pelo Conselho Técnico

VÓMITOS EM CRIANÇAS



Octavi: Criança doente

**O QUE DEVO FAZER
QUANDO O MEU FILHO
ESTÁ A VOMITAR?**

Folheto dirigido a pais e outros cuidadores

O QUE DEVO FAZER?

Após o vômito aguarde 30 a 60 minutos antes de oferecer líquidos à criança;

Em seguida, comece por dar a beber uma colher de chá de um líquido (soro de hidratação, água chalada, etc.) de 5 em 5 minutos;

Se a criança não vomitar pode oferecer-lhe os seus alimentos habituais, mas em menor quantidade e a intervalos mais curtos;

Manter o leite materno como habitualmente se o bebé ainda mama;



Evitar alimentos com muita gordura ou açúcar.

COMO SABER SE A CRIANÇA ESTÁ MESMO COM VÔMITOS?



Os bebés podem regurgitar o leite (bolçar) que beberam.

No bolçar, o leite escorre pela boca e a criança, geralmente, não chora.

No vômito, o leite sai da boca em jato, muitas vezes seguido de choro.

Se os vômitos persistem, a criança perde líquidos do seu organismo e corre o risco de desidratação.

O QUE NÃO DEVO FAZER?

Parar o aleitamento materno ou outro tipo de leite que a criança costume beber;

Obrigar a criança a beber ou a comer;

Deixar a criança beber grande quantidade de líquidos porque tem sede, pois isso fará com que volte a vomitar;

Dar alimentos com muita gordura ou açúcar.

COMO PREPARAR ÁGUA CHALADA?

Em 1 litro de água a ferver deitar 1 saqueta de chá preto. Retire 1 chávena deste chá e adicione mais água a ferver até perfazer novamente 1 litro. Adicione 4 colheres de sopa de açúcar e 1 colher de café de sal. Deixe arrefecer.