

# DIARREIA AGUDA NAS DOENÇAS METABÓLICAS

A diarreia aguda consiste no aumento do número de dejeções e/ou uma diminuição da sua consistência, de instalação rápida. O termo agudo vem por ser habitualmente um processo de carácter autolimitado, com uma duração menor do que 2 semanas.

A causa mais frequente é a infeção gastrointestinal que causa uma gastroenterite ou inflamação da mucosa gástrica e intestinal.

## QUAL É O OBJETIVO DO TRATAMENTO?

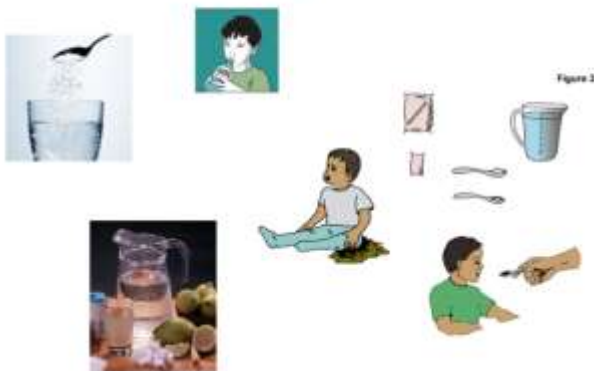
O principal objetivo do tratamento deste processo é a correção da desidratação e, uma vez realizada, a recuperação nutricional.

## QUAIS SÃO AS RECOMENDAÇÕES GERAIS?

Adaptar sempre as recomendações dietéticas de acordo com o erro hereditário do metabolismo do teu/tua filho(a).



## Reidratação oral



1. Hidratação oral durante 3-4 horas nas crianças com desidratação leve-moderada, seguida de uma reintrodução rápida da alimentação habitual associada a suplementos de soluções hidratantes para compensar as perdas sustentadas.
2. Nas crianças com diarreia sem desidratação, manter a dieta habitual, assegurando a ingestão de líquidos. Usar soluções de hidratação oral.
3. Manutenção da lactação em todos os casos.
4. Não retirar em momento algum a fórmula especial indicada para o seu erro hereditário do metabolismo.
5. Não é necessário mudar o leite habitual por um leite sem lactose, salvo indicação do pediatra.

## QUAIS SÃO AS RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS?

Adaptar sempre as recomendações dietéticas de acordo com o erro hereditário do metabolismo do teu/tua filho(a).

- Fracionar a alimentação de acordo a idade da criança. Recomendam-se refeições pouco pesadas e frequentes.
- Oferecer os alimentos à temperatura ambiente, evitando temperaturas extremas.
- As técnicas culinárias mais adequadas são: vapor, fervidos, forno, papillote, grelhados ou refogado. Evitar os fritos, panados, guisados e estufados gordos.
- Evitar alimentos que estimulem o peristaltismo como: algumas frutas, verduras flatulentas (couve, couve-flor, alcachofras), legumes, carnes vermelhas, gorduras, café, chá, chocolate e alguns condimentos fortes como alho, pimenta e caril.

## Dieta adstringente



## Fruta no forno, ou compota etc



- Incorporar em todas as refeições alimentos ricos em hidratos de carbono como pão tostado, massa, arroz e batatas.
- Estão permitidas verduras cozidas e passadas pelo passe-vite. Utilizar a cenoura cozida e abobrinha) descascadas e acompanhadas de batata.
- Dar maçãs e pêras no forno ou em compota, bananas maduras, frutas em calda. Evitar as frutas com grande quantidade de fibra ou com pele.
- Estão indicados o iogurte natural e o queijo fresco e queijos com baixa matéria gorda.
- Os peixes são melhor tolerados do que a carne, mas também estão indicadas as carnes brancas e o presunto cozido.

## QUE CONSELHOS PRÁTICOS SE PODEM APLICAR?

- **Água de arroz:** Ferver 30 gr de arroz num litro de água durante 30 minutos, coar e acrescentar água fervida até obter 1 litro, temperar com uma colher de sal. Utilizar esta água para preparar o leite ou a papa.
- **Água de maçã:** Fervida ajuda a repor as perdas depois da diarreia.
- **Maçã:** como puré de maçã com um pouco de sumo de limão e pequena quantidade de açúcar. Maçã assada no forno sem pele, em compota. A maçã ralada escurecida é muito bem tolerada nestes casos.
- **Marmelo:** incorporado na fruta passada, em pequenas quantidades
- **Batata:** em puré melhor morna, misturada com pequenas quantidades de abobrinha descascada.
- **Banana:** deve estar bem madura para aumentar a sua digestibilidade.
- **Cereais:** é melhor tolerado no pão tostado, pode incorporar biscoitos. Cereais infantis sem adição de açúcar nem mel.

### Consejos prácticos



**Projeto:** As Doenças Metabólicas Raras em Português, um projeto APCDG & Guia Metabólica.

**Apoio económico:** "Para ti, sempre: um CD de música, uma vida CDG", coordenado pela APCDG em 2014 e realizado em conjunto com famílias, amigos e profissionais CDG.

**Coordenação da tradução:** Vanessa Ferreira (Associação Portuguesa CDG e outras Doenças Metabólicas Raras, APCDG, Portugal), Mercedes Serrano e Maria Antónia Vilaseca (Guia Metabólica).

**Tradução:** Lara Luís, Estudante de medicina no ICBAS (Universidade do Porto), Portugal.



Passeig Sant Joan de Déu, 2 08950  
Esplugues de Llobregat  
Barcelona, Spain  
Tel: +34 93 203 39 59  
[www.hsjdbcn.org](http://www.hsjdbcn.org) /  
[www.guiametabolica.org](http://www.guiametabolica.org)

© Hospital Sant Joan de Déu. All rights reserved.