



https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_logo\_pdf.https://enfamilia.ae



## Diarrea que dura mucho tiempo

### ¿Qué es una diarrea prolongada?

Se considera que alguien tiene **diarrea** cuando hace más deposiciones o su consistencia es menor de lo habitual. El número y consistencia de las deposiciones es muy variable a lo largo de la vida del niño. Es perfectamente normal que un bebé alimentado al pecho realice 8 o 10 deposiciones semilíquidas al día en los primeros meses de vida. En cambio, a partir de los 2 años de vida es raro que un niño haga más de 3 deposiciones diarias.

La mayoría de las diarreas se resuelven en unos pocos días (**diarreas agudas**). Si se prolonga más de dos semanas se trata de una **diarrea prolongada o crónica**.

### ¿Por qué se produce?

Las causas son muy variadas. Muchas son procesos funcionales, en los que el tránsito intestinal está acelerado, a veces favorecido por malos hábitos alimentarios como una ingesta excesiva de zumos de frutas. Es el caso de la *diarrea crónica inespecífica*, la forma más frecuente en niños preescolares. También pueden ser diarreas agudas infecciosas que duran más de lo habitual, pero se acaban curando en pocas semanas. Otras son causadas por una intolerancia a alimentos, como la [enfermedad celiaca](#) o la [intolerancia a la lactosa](#). Con menos frecuencia, la causa puede ser una enfermedad más grave, como la [colitis ulcerosa](#) o la [fibrosis quística](#).

### ¿Cómo se diagnostica?

A la hora de valorar a un niño con diarrea prolongada el pediatra suele considerar múltiples factores: si está bien nutrido o ha perdido peso, si su desarrollo es normal, si tiene infecciones respiratorias frecuentes, si las deposiciones contienen moco o sangre, si el niño se tiene que levantar por la noche a defecar, si existe relación con algún nuevo alimento en la dieta, si se han realizado viajes al extranjero, etc.

En muchas ocasiones no es necesario realizar pruebas y puede ser suficiente con esperar un tiempo hasta que el problema se resuelva por sí solo. En otros casos se requieren distintos tipos de análisis o estudios, a veces en unidades especializadas.

### ¿Cómo se trata?

No es recomendable modificar la dieta normal del niño antes de que sea visto por el pediatra. De hecho, las dietas astringentes tan populares para tratar las diarreas agudas pueden ser la causa de una diarrea prolongada si se mantienen mucho tiempo y también pueden empeorar el estado nutricional del niño.

Muchas veces el tratamiento incluirá cambios dietéticos, que pueden ser diferentes según la causa que se sospeche (reducción de azúcares, utilización de leches especiales, exclusión de alimentos, aumento del consumo de fibra, etc.). Estos cambios deben hacerse de manera cuidadosa y evaluando tras un tiempo su eficacia, para que la dieta sea lo menos restrictiva posible y solo durante el tiempo necesario.

Artículo publicado el 9-11-2014, revisado por última vez el 1-6-2021

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien,**

en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

---

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/diarrea-prolongada>