



## Vómitos

### ¿Qué son los vómitos?

El vómito es la expulsión brusca por la boca del contenido del estómago, más o menos modificado, junto con el jugo gástrico y, a veces, también bilis. Se produce por una estimulación refleja del centro del vómito situado en el cerebro y por múltiples causas. Es uno de los síntomas más frecuentes de consulta en la infancia. Llega a ocasionar ingresos hospitalarios y angustia familiar.

### ¿Cuáles son las causas?

Los vómitos aparecen con muchas enfermedades como infecciones de los oídos, de la garganta, catarros, etc. Lo más frecuente es que los niños vomiten cuando tienen una gastroenteritis o diarrea. También pueden ser causados por irritación del intestino por diversas sustancias (medicamentos, alimentos, alergias). Más raramente se deben a enfermedades propias del aparato digestivo. En este caso los vómitos suelen ser constantes o progresivos y mantenidos en el tiempo, con afectación del estado de nutrición del niño.

Hay niños que tienen especial facilidad para vomitar y para los que cualquier circunstancia sin importancia, como un simple berrinche, les hace vomitar.

### ¿Qué puedo hacer?

Muchas veces las enfermedades que producen los vómitos duran poco tiempo. El peligro de los vómitos consiste en que la pérdida continua de líquidos del intestino llegue a causar una deshidratación. Para intentar evitarlo, se recomienda ofrecer líquidos en pequeñas cantidades y frecuentes a los niños que vomitan.

Los bebés pueden seguir tomando el pecho o el biberón con la leche que toman habitualmente.

Si los vómitos van acompañados de diarrea, es mejor no darles zumos de frutas o bebidas gaseosas que pueden empeorar la diarrea. En los más pequeños es preferible utilizar soluciones de rehidratación que venden en las farmacias y que reponen las sales que se han perdido (ver gastroenteritis aguda).

En los bebés se puede utilizar la leche que habitualmente tomen y no son recomendables las bebidas para deportistas, por su contenido en sales y azúcares distintos a los que se necesitan a esta edad. En los niños mayorcitos se pueden dar líquidos ligeramente azucarados, siendo una opción inicial las bebidas para deportistas. No es recomendable a ninguna edad los refrescos ni los zumos ricos en azúcares.

A medida que el niño vaya mejorando se le puede ir ofreciendo los alimentos habituales de su dieta. Se puede intentar dar alimentos con bajo contenido en grasa y azúcares. En general son bien tolerados los cereales, pollo, pavo, frutas y verduras.

### ¿Cuándo debo consultar?

- Si es un bebé menor de 3 meses y ha vomitado más de dos o tres tomas.
- Si los vómitos son bruscos y violentos o se acompañan de decaimiento inmediato al vómito.
- Si el niño continúa vomitando a pesar de tomar los líquidos en pequeñas cantidades.

- Cuando presente algunos de estos síntomas: fiebre mayor de 38.5 °C, dificultad para mover el cuello, dolor abdominal importante y constante, dolor de cabeza intenso.
- Cuando presente síntomas que pueden indicar deshidratación: decaimiento, adormecimiento, saliva escasa, llanto sin lágrimas, ojos hundidos, confusión, debilidad.
- Cuando el vómito contenga sangre o sea de color negruzco (como los posos de café).

## ¿Cómo se trata?

Los vómitos son causados la mayoría de las veces por diferentes enfermedades, por lo que el tratamiento de los mismos corresponde normalmente al de esas enfermedades. No es por lo general aconsejable utilizar medicamentos contra los vómitos (antieméticos), ya que pueden ocasionar efectos secundarios importantes y ocultar los síntomas de la enfermedad que los produce.

## ¿Cómo se puede prevenir?

Al ser un síntoma de muchas enfermedades es difícil su prevención. Cuando es por una infección intestinal o gastroenteritis, deben extremarse durante esos días las medidas de higiene, en especial el lavado de manos frecuente por parte del paciente y de los cuidadores.

No es conveniente dar al niño medicamentos sin consultar previamente con el pediatra.

Artículo publicado el 15-5-2012, revisado por última vez el 15-5-2012

**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/vomitos>