

# **DIETA PARA EL NIÑO CON DIARREA**

(mayor de 1 año de edad)

Ofrézcale líquidos con frecuencia, aunque vomite alguna vez.

Tan pronto como su hijo quiera comer, póngale comida y deje que él decida

## **¿Qué SI dar?**

- Leche entera “normal” sin diluir
- Arroz, trigo (pan, galletas) y otros cereales
- Patatas y zanahorias cocidas
- Carnes magras como la de pollo (sin piel)
- Pescado blanco
- Yogur natural sin azúcar
- Frutas, excepto naranja, kiwi y ciruela

## **¿Qué NO dar?**

- Evite las comidas grasas y las salsas
- Evite golosinas y otros alimentos que contengan azúcar

## **Solución de Rehidratación**

- Ofrezca una solución de rehidratación, como  
.....a demanda.
- Ofrézcale .....de esa solución tras cada deposición.