

P
H
C

DIARREA AGUDA

Es un proceso en el que aumentan la **frecuencia, el volumen y la fluidez** de las deposiciones durante **pocos días**.

Preguntas PHARMACARE

- ¿Ha comido algún medicamento diferente a lo habitual?
- ¿Ha tenido fiebre o vómitos?
- ¿Alguien más de su familia presenta sus síntomas?
- ¿Sufre de alguna enfermedad crónica?



NutriFarmacia

¿QUÉ HÁBITOS DE NUTRIFARMACIA PUEDEN AYUDARME?

El manejo nutricional de la diarrea aguda se basa en: **rehidratación oral, realimentación temprana y evitar alimentos que agraven los síntomas.**

Para adultos sanos con diarrea aguda no severa, mantener la **hidratación con sopas, jugos de frutas, agua y galletas saladas** suele ser suficiente.

Realimentación temprana, introducción de los alimentos tan pronto sean tolerados.

Evitar cafeína y edulcorantes artificiales (sorbitol, manitol).

Evitar productos lácteos excepto yogur.

La **dieta BRAT** (bananas, arroz, puré de manzana, tostadas) es comúnmente recomendada.

Los probióticos más estudiados son **Saccharomyces boulardii** y **Lactobacillus rhamnosus**, se pueden administrar junto a suero oral.

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO

- **Inhibidores de la motilidad intestinal** como loperamida (en adultos, siguiendo recomendaciones).
- **Subsalicilato de bismuto Y Racecadotril**. Ambos actúan disminuyendo la secreción de agua al lumen intestinal.
- **Anticolinérgicos** (buscapina) ayudan disminuyendo los espasmos gastrointestinales.
- **Soluciones de rehidratación oral**. En niños y ancianos, mayor riesgo de deshidratación:

TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO COMPLEMENTARIO

- Adsorbentes intestinales como **carbón activo**.
- Fermentos lácticos (**probióticos de lactobacillus o de levaduras saccharomiceps**) para ayudar a repoblar la flora intestinal.

¿CUÁNDO DEBO IR AL MÉDICO POR DIARREA AGUDA?

- Si la diarrea dura más **de 3 días**.
- Si no se **tolera** ningún alimento.
- Si el paciente tiene episodios de diarrea muy **frecuentes** o antecedentes de diarreas repetidas.



BIBLIOGRAFÍA

Fuentes: Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia et al. (2025) y Foro AF-FC (2024).

Adaptación: Equipo de Farmacia delMercat (Valencia)

Supervisión científica: Dra. María Amparo Pérez Benajas.

FAR
MÀ
CIA

DEL
MER
CAT



Farmacia, dietética, salud, laboratorio, formulas magistrales....

¡Visítanos en nuestra página web!

✉ farmacia@delmercat.es

☎ 963 530 209

💬 679 818 021

📍 Av. del oeste, 21 46001 valencia



www.nutrifarmacia.com