

Diarrea aguda del verano

La presencia de diarreas aumenta coincidiendo con la época cálida.

El diagnóstico suele ser muy fácil: habitualmente es el propio paciente quien hace el diagnóstico de diarrea. El manejo no suele ser difícil, pero hay que tener en cuenta que un porcentaje no despreciable de pacientes puede requerir ingreso hospitalario y que el manejo de los síntomas producidos por la diarrea puede conllevar complicaciones adicionales.

AGENTES MÁS FRECUENTES

Es fundamental investigar la presencia de antecedentes epidemiológicos, que se exponen en la tabla 1.

La presencia de diarreas obedece a múltiples causas, aunque las diarreas propias del verano suelen ser habitualmente de etiología infecciosa y debidas a ingesta de alimentos en malas condiciones.

Es labor del clínico descartar la presencia de otras causas de diarrea. La diarrea en una persona joven, con un antecedente epidemiológico y sin la presencia de una sintomatología muy concreta suele ser suficiente para etiquetar la diarrea aguda de causa infecciosa.

Es importante seguir una serie de consejos para evitar la presencia de diarreas relacionadas con las épocas de más calor. Algunos de ellos se exponen en la tabla 2.

EXPLORACIÓN FÍSICA

La exploración física suele ser bastante inespecífica. Hay que constatar la presencia de datos clínicos de gravedad.

- Más de cinco deposiciones por día.
- Dolor abdominal grave.

Tabla 1. Antecedentes epidemiológicos y microorganismo más frecuentemente asociado

Ingesta de pescado o de marisco	<i>V. parahaemolyticus</i> Virus Norwalk Anisakis
Uso de antibióticos	<i>C. difficile</i> , <i>Salmonella</i> Diarrea por antibióticos
Viajes recientes	<i>E. coli</i> enterotoxigénica Giardia Ameba
Toxiinfección alimentaria	<i>Salmonella</i> Estafilococo <i>Clostridium</i>

Tabla 2. Consejos para evitar la presencia de diarreas relacionadas con las épocas de más calor

- Se recomienda utilizar huevos con la cáscara intacta.
- No lavarlos antes de meterlos en la nevera, no romperlos en el borde del recipiente donde los vamos a batir, no separar la clara de la yema con la propia cáscara y no dejarlos a temperatura ambiente más de 2 h.
- Tener en cuenta la fecha de caducidad de los alimentos.
- Se recomienda máxima higiene con las mayonesas, los pasteles, las natillas, las salsas, etc., conservar en frigorífico y consumir en las 24 h siguientes a su elaboración.

- Diarrea con características inflamatorias (presencia de moco, sangre o pus, presencia de tenesmo, etc.).
- Fiebre alta.
- Signos de deshidratación (como sequedad de piel y mucosas, signo del pliegue, hipotensión, oligoanuria).

En los casos con aspecto de gravedad debe recogerse una muestra de sangre con determinación de bioquímica: es fundamental valorar la función renal y los iones Na y K. Si es factible se recogerá un coprocultivo para realizar un estudio bacteriológico, virológico y parasitológico.

TRATAMIENTO

La mayor parte de las diarreas precisan hidratar al paciente. Se aconsejará la ingesta mínima de 2 a 3 l de agua, o de algún preparado con aporte de electrolitos y glucosa, de venta en todas las farmacias con el nombre comercial de Sueroral. El paciente deberá seguir una dieta astringente. La hidratación endovenosa se realizará cuando se objetiva una insuficiencia renal aguda prerrenal.

La mayoría de las diarreas del verano precisarán del tratamiento con antibióticos. Casi nunca conoceremos cuál es el germen causante. El tratamiento antibiótico debe ser empírico, y no debe administrarse a todos los pacientes. Debe administrarse tratamiento antibiótico ante la presencia de:

- Diarrea grave con seis o más deposiciones diarias.
- La presencia de fiebre por encima de 38 °C.

El tratamiento empírico debe iniciarse con una quinolona: ciprofloxacino 500-750 mg vía oral cada 12 h durante 5 días. Si disponemos de los resultados del antibiograma el tratamiento será acorde con estos resultados. Si existe resistencia o sospecha de resistencia se debe administrar cotrimoxazol, un comprimido cada 12 h durante 5 días.

La administración de loperamida no suele estar indicada.