

Click to verify





























medicamento para utilizarse únicamente con prescripción médica y se encuentra en farmacias en forma de comprimidos, gotas, jarabe o solución oral. El uso de metoclopramida está contraindicado en niños menores de 1 año, así como en personas con hemorragia, obstrucción mecánica o perforación gastrointestinal, epilepsia, feocromocitoma, enfermedad de Parkinson o trastornos del movimiento. Además, durante el embarazo y la lactancia, su uso solo está indicado cuando el médico haya realizado una evaluación en la cual los beneficios superen a los riesgos.
Cómo usar: la dosis recomendada para adultos es de 53 gotas, 3 veces al día, 1 tableta de 10 mg 3 veces al día, 10 ml de jarabe 3 veces al día o 1 ampolla inyectable cada 8 horas.
Conozca más sobre la metoclopramida y sus dosis.
13. Enterogermina
La enterogermina es un probiótico que se utiliza para prevenir y tratar las alteraciones de la flora bacteriana intestinal ocasionadas por infecciones que producen diarrea. Este medicamento está compuesto por bacterias, como *Bacillus clausii*, que son beneficiosas para el intestino.
Lea también: Enterogermina: para qué sirve, dosis y cómo se toma
tuasaude.com/es/enterogermina
Cómo usar: la dosis recomendada es de 1 o 2 cápsulas al día para menores de 12 años y 3 cápsulas al día para mayores de 12 años, y estas deben tomarse diluyéndolas en agua. En el caso de la suspensión, la dosis recomendada de Enterogermina 2 billones para mayores de 12 años es de 2 o 3 frascos al día, y para menores de 12 años es de 1 o 2 frascos al día. La dosis recomendada de Enterogermina 4 billones es de 1 frasco al día, independientemente de la edad.
Lea también: Probióticos: para qué sirven, qué son y cómo tomar
tuasaude.com/es/que-son-los-probioticos
Remedios caseros para infección estomacal
Los remedios caseros para infecciones estomacales e intestinales tienen como objetivo reponer los minerales perdidos debido a la diarrea intensa y los vómitos, y promover la hidratación. La rehidratación oral es importante y puede realizarse con sales de rehidratación, que se pueden encontrar en farmacias o preparar en casa. Además, para aliviar el dolor y disminuir la diarrea, se recomienda beber agua saborizada, que a su vez ayuda a prevenir la deshidratación. El té de menta y pimienta, el agua de jengibre y el agua de limón son bebidas con propiedades antiinflamatorias, antimicrobianas y digestivas que se pueden preparar en casa y ayudan a aliviar los síntomas de infección estomacal.
Conozca otros remedios caseros para las infecciones estomacales.
Uno de los mejores remedios para la infección estomacal e intestinal es el suero casero preparado con agua, azúcar y sal, ya que ayuda a reponer los minerales y el agua que se pierde a través de la diarrea, evitando la deshidratación y proporcionando al cuerpo los minerales necesarios para combatir los microorganismo de la infección y tener una recuperación más rápida. Además del suero casero, otras opciones de remedios caseros para la infección intestinal son agua de jengibre o té de menta piperita, ya que poseen sustancias con acción antiinflamatoria, antiespasmódica y antiemética, que ayudan a aliviar los síntomas de la infección, como diarrea, exceso de gases intestinales o vómitos, por ejemplo.
Vea una lista completa de los síntomas de infección intestinal.
Los remedios caseros pueden usarse para aliviar los síntomas de infección intestinal, pero si no hay mejoría en 2 días se recomienda consultar a un médico general o gastroenterólogo para que indique el tratamiento con medicamentos, en caso necesario.
Este contenido tiene fines informativos y no reemplaza la orientación médica.
No interrumpa ningún tratamiento sin la debida asesoría.
Principales remedios caseros
Algunos remedios caseros para aliviar los síntomas de la infección estomacal son:
1. Suero casero
El suero casero es una excelente opción de remedio casero para la infección intestinal, ya que es rico en sales minerales y azúcar, los cuales mantienen el funcionamiento del organismo y evitan la deshidratación causad por la diarrea o vómitos.
Vea cómo identificar los síntomas de deshidratación.
Ingredientes
1 litro de agua filtrada, hervida o mineral embotellada;
1 cucharada sopera de azúcar o 2 cucharadas rasas de azúcar (20 g);
1 cucharadita de sal (3,5 g).
Modo de preparación
Mezclar bien todos los ingredientes hasta obtener una mezcla transparente.
Beber 2 a 3 litros al día, en pequeños tragos, varias veces al día.
Vea en el siguiente video con la nutricionista Tatiana Zanin el paso a paso para preparar suero casero correctamente:
2. Agua de jengibre
El jengibre es una raíz con excelentes propiedades medicinales, que puede ser utilizado para el tratamiento de la infección intestinal, debido a su acción antiviral y antibacteriana que ayuda al cuerpo a combatir la infección. Además, también permite regular el tránsito intestinal y alivia la inflamación de la mucosa del intestino, reduciendo el dolor e hinchazón abdominal.
Además de esto, también permite regular el tránsito intestinal y alivia la inflamación de la mucosa intestinal, reduciendo el dolor y la inflamación intestinal.
Ingredientes
2 cm de la raíz de jengibre;
1 taza de agua mineral o filtrada.
Modo de preparación
Descascar el jengibre y cortar en pedazos menores.
Agregar el jengibre en un recipiente, añadir el agua y dejar hervir por 5 minutos.
Dejar enfriar, colar y beber hasta 3 tazas de té al día.
El agua de jengibre debe evitarse en personas que están bajo tratamiento con anticoagulantes como warfarina o aspirina, ya que puede aumentar el riesgo de sangrados o hemorragia.
Además, mujeres embarazadas, con antecedente de aborto, problemas de coagulación, riesgo de hemorragia o parto cercano al nacimiento, deben evitar tomar este té.
3. Té de menta piperita
El té de menta piperita alivia la inflamación y calma la irritación de la pared intestinal y, por esto, es una excelente opción para completar el tratamiento de la infección intestinal.
Este té también absorbe el exceso de gases intestinales y tiene propiedades antiespasmódicas que alivian bastante el malestar abdominal.
La menta piperita también calma el estómago y, por esto, puede ayudar bastante en casos de infección intestinal acompañada de síntomas gástricos como mareos o vómitos.
Conozca más sobre las propiedades de la menta piperita.
Ingredientes
2 a 3 cucharadas de hojas frescas, secas o trituradas de menta piperita;
150 ml de agua hirviendo.
Modo de preparación
Colocar las hojas de menta piperita en una taza de té y llenar con agua hirviendo.
Dejar reposar durante 5 a 7 minutos y colar.
Este té debe beberse de 3 a 4 veces al día.
El té de menta piperita no debe ser usado por niños menores de 5 años, mujeres embarazadas, en lactancia o por personas con reflujo gastroesofágico o hernia de hiato, por ejemplo.
4. Agua con jugo de limón
El jugo de limón es un excelente remedio natural para limpiar las impurezas del intestino, eliminando también los microorganismos responsables por infecciones.
Además, también permite regular más fácilmente el tránsito intestinal, aliviando varios síntomas como dolor abdominal, cólicos, pérdida de apetito y diarrea.
Asimismo, el jugo de limón es rico en vitamina C, que ayuda a fortalecer el sistema inmunológico para combatir la infección intestinal.
Ingredientes
Medio limón;
1 vaso de agua tibia.
Modo de preparación
Exprimir el jugo de medio limón en el vaso de agua tibia y beber 1 vez al día, preferiblemente por las mañanas en ayunas.
Conozca todos los beneficios de beber agua con limón todos los días por la mañana.
5. Té de ajo
El té de ajo es rico en alicina y saponinas, los cuales poseen acción antiinflamatoria, antioxidante y antibacteriana, que ayudan a combatir bacterias que causan infecciones intestinales, como *Salmonella* spp., *Escherichia coli* y *Staphylococcus aureus*, además de ayudar a fortalecer el sistema inmunológico para combatir la infección.
Ingredientes
1 diente de ajo picado;
100 a 200 ml de agua.
Modo de preparación
Hervir el agua y agregarla en la taza con el ajo picado.
Triturar bien el ajo y dejar reposar por 5 a 10 minutos.
Después, retirar del fuego, colar y dejar enfriar.
Para mejorar el sabor del té, se puede agregar 1 cucharadita de miel, por ejemplo.
Sin embargo, la miel no debe agregarse en caso de personas con alergia al polen, miel o propóleo.
6. Té de hinojo
El té de hinojo posee acción antiespasmódica, antiinflamatoria, analgésica y digestiva, debido a la presencia de sustancias en su composición, como anetol, estragol y alcanfor, siendo una excelente opción de remedio casero para disminuir los cólicos, gases, diarrea, náuseas y vómitos causados por la infección intestinal.
Ingredientes
1 cucharada de semillas de hinojo;
1 taza de agua hirviendo.
Modo de preparación
Agregar las semillas de hinojo en la taza de agua hirviendo.
Tapar y dejar entibiar durante 10 a 15 minutos.
Colar y beber a continuación de 2 a 3 tazas al día.
Otra forma de preparación es usar las bolsitas de té de hinojo.
El té de hinojo está contraindicado en mujeres embarazadas o en período de lactancia.
7. Té de manzanilla
El té de manzanilla, hecho con la planta medicinal *Matricaria recutita*, es rico en compuestos fenólicos como apigenina, quercetina y patuletina, con propiedades antiinflamatorias y calmantes, que reducen la estimulación del tracto gastrointestinal, aliviando el cólico causado por la infección intestinal.
Ingredientes
2 cucharadas cafeteras de flores secas de manzanilla;
250 ml de agua hirviendo
Modo de preparación
Agregar las flores secas de manzanilla en una taza con agua hirviendo, tapar, dejar reposar durante 5 a 10 minutos y colar antes de beber.
Este té puede ser bebido 3 veces por día, y en caso de necesario, puede endulzarse con una cucharada de miel.
Otra forma de preparar el té de manzanilla es utilizando una bolsita de té, que puede adquirirse en supermercados o farmacias.
Vea otra forma de preparar el té de manzanilla.
8. Té de salicaria
El té de salicaria, hecho con la planta medicinal *Lythrum salicaria* L., es rico en castalagina, vescalagina y salicarninas, con propiedades antibacterianas y antidiarreicas, que ayudan a aliviar los síntomas de infección intestinal.
Ingredientes
2 cucharadas soperas de salicaria;
1 litro de agua.
Modo de preparación
Hervir el agua, quitar del fuego y añadir la salicaria.
Dejar reposar por 5 a 10 minutos.
Colar, espesar entibiar y beber 1 taza hasta 3 veces al día.
El té de salicaria está contraindicada en mujeres embarazadas o en período de lactancia.
Cómo garantizar una recuperación más rápida
Durante un cuadro de infección intestinal se recomiendan algunos cuidados como:
Beber muchos líquidos, por ejemplo agua, agua de coco y jugos de frutas naturales sin la cáscara;
Mantener reposo;
Comer alimentos ligeros como: frutas, verduras y carnes magras;
No comer alimentos con elevado contenido de grasa o que puedan causar indigestión;
No consumir bebidas alcohólicas o con gas;
No tomar medicamentos para detener la diarrea.
Si la infección intestinal no desaparece en dos días, se debe llevar al individuo al hospital para una consulta médica.
Dependiendo del microorganismo que esté causando la enfermedad, puede ser necesario la hospitalización y la administración de antibióticos por vía intravenosa.