

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE · ESTÓMAGO E INTESTINO

Dolor abdominal

EM Orbit

Usted vino al servicio de urgencias con dolor de barriga. El médico lo examinó y le hizo las pruebas necesarias hoy. No encontramos señales de un problema grave que requiera que se quede en el hospital. Esta hoja explica cómo cuidarse en casa.

¿Qué es?

El dolor de barriga tiene muchas causas, como una infección del estómago, gases atrapados, estreñimiento, dolor de la regla o una infección de orina. A menudo no se encuentra una causa clara y el dolor se pasa solo en pocos días. A veces un problema que empieza, como la apendicitis, solo se muestra más tarde. Por eso es importante vigilar las señales de alarma que aparecen abajo.

Cómo cuidarse en casa

- Descanse y tome con frecuencia sorbos pequeños de agua o líquidos claros.
- Coma comidas pequeñas y suaves cuando se sienta con ganas. Evite la comida grasosa, la picante y el alcohol.
- Una compresa tibia (no caliente) sobre la barriga puede aliviar los retortijones.
- Anote cómo es el dolor: dónde está, qué tan fuerte es y si va mejorando o empeorando.
- No conduzca ni tome decisiones importantes si el dolor o algún medicamento le dan sueño.

Medicamentos

- El paracetamol puede ayudar con el dolor, a menos que su médico le haya dicho que no lo tome. Siga las indicaciones del envase o de su médico.
- No tome analgésicos fuertes que tenga en casa a menos que un médico se lo haya indicado. Pueden ocultar señales de que usted empeora.
- Si le dieron una receta, tome el medicamento exactamente como dice la etiqueta.

Seguimiento

- Acuda a su médico de familia o centro de salud en 1 a 2 días si el dolor no se ha ido.
- Vuelva antes si el dolor cambia o si no mejora como se esperaba.
- Lleve esta hoja y los resultados de sus pruebas.

Vuelva a urgencias o llame a una ambulancia de inmediato si:

- **Dolor abdominal intenso o que empeora de forma constante**
- **Vómitos continuos o no puede retener ningún líquido**
- **Heces negras o con sangre, o vómito con sangre**
- **Barriga dura e hinchada, o fiebre junto con el dolor**
- **Se desmaya, o se siente muy mareado o confundido**
- **Está embarazada o podría estarlo y tiene dolor con sangrado**

Escanee para leer esta hoja en su teléfono

Este folleto es información general que apoya los consejos que le dio hoy su médico o enfermera. No los sustituye. Si está preocupado, busque ayuda médica. Traducido del original en inglés; prevalece la versión inglesa.