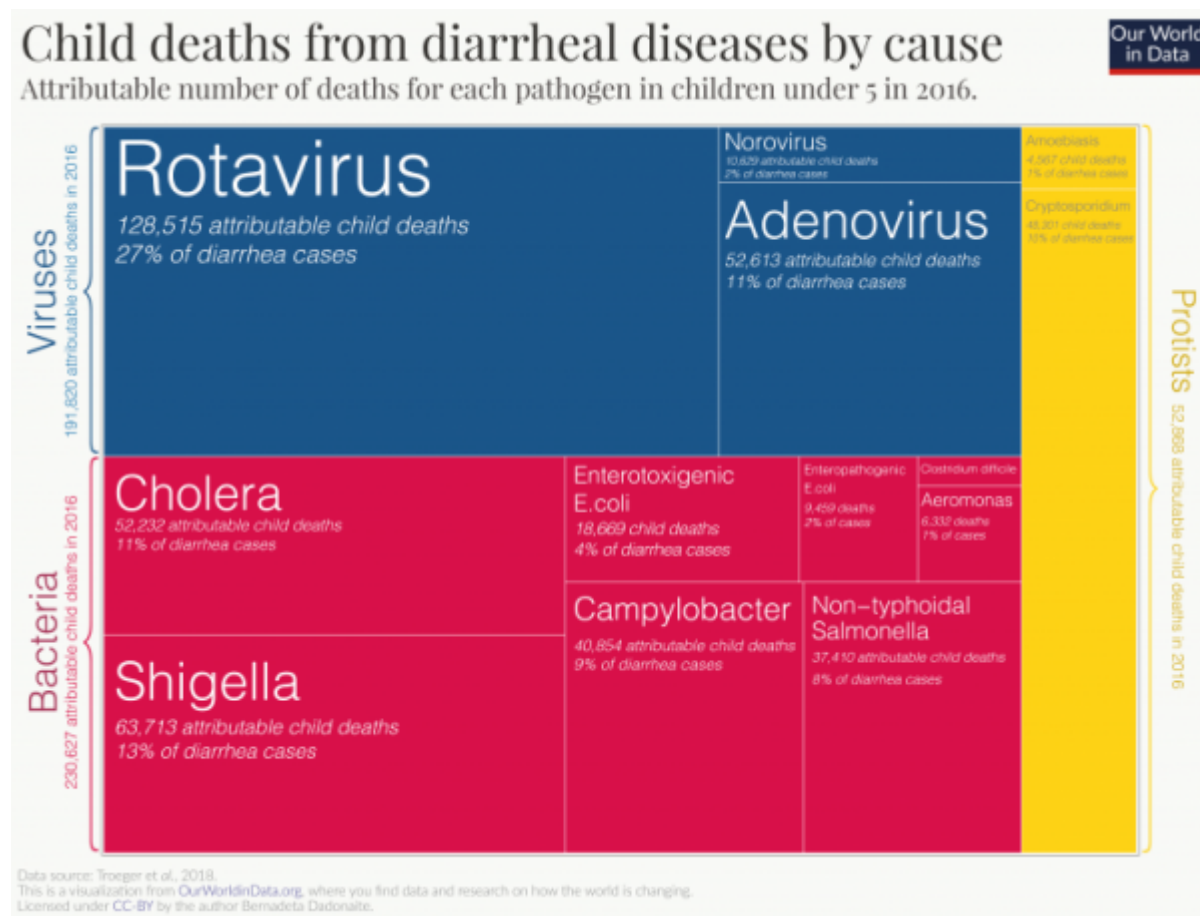


Las **diarreas** son provocadas con varios parásitos: virus (aquí en la imagen en azul) o bacterias (aquí abajo en rosa) o protista (en amarillo).



La diarrea puede llevar a una deshidratación que pone en peligro la vida. Entonces, un tratamiento eficaz debe centrarse en la pérdida de líquidos. La terapia de rehidratación oral consiste a dar por vía oral, sin necesidad de asistencia médica especial, una mezcla de agua potable fría (pre-hervida), 1/2 cucharas de sal y 8 cucharas de azúcar (ver en página 130 del libro “[Donde no hay doctores](#)”):

## 2 FORMAS DE PREPARAR UN SUERO DE REHIDRATACIÓN CASERO

### 1. CON AZÚCAR Y SAL (puede usarse rubia o melaza).

En 1 litro de  
**AGUA** pura

ponga media  
cucharadita  
rasa de **SAL**

y 8  
cucharaditas  
rasas  
de **AZÚCAR**.



**PRECAUCIÓN:** Antes de  
agregar el azúcar, pruebe  
el líquido y asegúrese de  
que esté menos salado  
que una lágrima.

### 2. CON CEREAL EN POLVO Y SAL

(Lo mejor es el arroz en polvo. O use maíz  
finamente molido, harina de trigo, sorgo, o  
papas cocidas y molidas.)

En 1 litro de  
**AGUA**

ponga media  
cucharadita  
rasa de **SAL**

y 8 cucharaditas  
colmadas  
(o 2 puñados) de  
**CEREAL** en polvo.



Hierva entre 5 y 7 minutos  
para que espese un poco.  
Enfrielo rápido y empiece a  
dárselo al niño.

A cualquiera de los 2 sueros, añádale media taza de jugo de fruta, agua de coco, o plátano maduro molido. Esto le dará potasio al niño y quizás le ayude a aceptar más de comer y beber. **Precaución:** Pruebe la bebida cada vez antes de darla al enfermo para asegurarse de que no se haya echado a perder. Las bebidas de cereal se descomponen rápidamente cuando hace calor.

**Importante:** Adapte el suero según las costumbres de su región. Si no hay botes de a litro ni cucharitas en muchos hogares, ajuste las cantidades a las formas locales de medir. Donde tradicionalmente se dan atoles de cereal a los niños, se pueden seguir usando—sólo hay que hacerlos más aguados. Busque métodos fáciles y sencillos.

From:

<http://autono-medic.ouvaton.org/> - **Autono-Medic**

Permanent link:

<http://autono-medic.ouvaton.org/doku.php?id=es:trtt:diarrea&rev=1591614143>

Last update: **2020/06/08 13:02**

