

UNITAT DIDÀCTICA MULTIMÈDIA

Escola

La diarrea

Objectius:

- Conèixer què és la diarrea
- Reconèixer quins en són els símptomes
- Aprendre a tractar-la

Continguts:

- Què és la diarrea?
- La diarrea té amics?
- Per què tenim diarrea?
- Què podem fer quan tenim diarrea?
- Hem de fer dieta?
- La diarrea s'encomana?

Activitats:

- El córrer, córrer de la Nona (joc online)
- Descobreix la història (joc online)

Procediments:

- Observació directa
- Reconeixement i descripció



La diarrea

La Nona està rabiosa. La Paula i en Jep s'han passat tot el dia fent curses i no li han dit de jugar amb ells ni una vegada.

La Nona no sap que la Paula i en Jep corren perquè tenen diarrea. Tan se val que estiguin fent un examen o dibuixant. De cop, noten una punxada a la panxa i han d'anar com un llamp fins al lavabo. Si es distreuen, pot ser catastròfic.

Prepara't perquè anem a parlar de caca. I, el millor de tot, és que els grans no ens renyaran per fer-ho ;-)

Els símptomes

Una persona, com la Paula i en Jep, té diarrea quan ha de fer caca molt sovint i, a sobre, li surt molt líquida.

La diarrea es pot classificar en:

- **aguda** quan dura menys de dues setmanes.
- **perllongada** quan dura de dues a quatre setmanes.
- **crònica** quan dura més de quatre setmanes.

Normalment, **les cagarines acostumen a durar entre tres i set dies** si es fa descans i es beuen molts líquids.

Els bebès molt petits poden arribar a fer caca una pila de vegades al dia. En el seu cas, no es considera que tinguin diarrea com la Paula i en Jep.

La diarrea té amics?

A part d'aparèixer de forma sobtada, la diarrea pot anar acompanyada d'uns quants amics molt molestos com:

- febre,
- dolor abdominal (mal a la zona de la panxa),
- ganes de vomitar (nàusees),
- vòmits,
- o pèrdua de la gana.

De tant trobar-se al lavabo, la Paula i en Jep s'han fet íntims amics. "Si en Jep sabés que va ser la Paula qui li va punxar la pilota...", pensa la Nona.



Per què tenim diarrea?

La diarrea es produeix perquè **els budells tenen més líquid del compte i no el poden absorbir**. La culpa, l'acostumen a tenir infeccions provocades per un tipus de microorganismes. Són uns éssers vius que només es poden veure per un microscopi.

En el cas dels nens i les nenes aquests microorganismes tan empipadors varien segons el país, l'estació de l'any i l'edat. El microorganisme que més afecta als nens catalans, ho fa a l'hivern i en nens de menys de tres anys.

La Paula i en Jep han posat nom al microorganisme que els ha unit. Preferim no escriure'l perquè ens fa vergonya.

Què podem fer quan tenim diarrea?

La diarrea acostuma a desaparèixer com ha vingut, de forma espontània, en uns dies. De vegades, hi ha medicaments que poden ajudar a accelerar el procés.

El més important de tot, quan es tenen cagarines, és beure molta aigua. A la farmàcia es poden trobar uns preparats que ajuden a recuperar els líquids i les sals minerals que el cos perd de tant anar al lavabo.

La Paula ha convidat a en Jep a un got d'aigua. Hidratar-se junts, és millor que fer-ho sol. Això sí, cadascú amb el seu got.

Hem de fer dieta?

No existeix cap aliment que talli la diarrea. Ara bé, n'hi ha alguns que són astringents, com la patata, l'arròs, la pastanaga o el plàtan. Segurament, ajudaran a no haver de visitar el lavabo tantes vegades. És clar que, tampoc s'han de menjar durant masses dies. Encara se'ns faria un tap!

Si no es vomita i es té gana, **es pot menjar gairebé de tot**. És recomanable **evitar les begudes i els aliments que portin molt de sucre** (sucs, refrescos, lliminadures...) o tinguin molt greix (pastissos industrials, alguna carn...).

Sovint, quan es té diarrea, es perd la gana. Com que és important alimentar-se, per uns dies, es pot menjar poc i sovint coses que vinguin de gust. Les cagarines no són l'excusa perfecte per menjar cada dia macarrons i gelats, eh? ;-)

Avui, la Paula i en Jep mengen dieta a l'escola. Tan de bo la Nona també pogués fer-ho, no suporta els pèsols que hi ha avui al menú.



S'encomana la diarrea?

La diarrea es pot passar d'una persona a una altra. Per aquest motiu, és molt important rentar-se les mans amb freqüència tant si ets el malalt com si només estàs a prop d'algú que ho està.

La Paula i en Jep estan molt contents. Ja no tenen cagarines. Ara, qui es passa l'estona al lavabo és la Nona. Si la veieu córrer pel passadís, aparteu-vos, té una emergència.

