

UNIDAD DIDÁCTICA MULTIMEDIA

Escuela

La diarrea

Objetivos:

- Conocer qué es la diarrea
- Reconocer cuáles son los síntomas
- Aprender a tratarla

Contenidos:

- ¿Qué es la diarrea?
- ¿Alguna cosa más que diarrea?
- ¿Por qué tenemos diarrea?
- ¿Qué podemos hacer cuando tenemos diarrea?
- ¿Hacemos dieta?
- La diarrea ¿se contagia?

Actividades:

- El corre corre de Nona (juego *online*)
- Descubre la historia (juego *online*)

Procedimientos:

- Observación directa
- Reconocimiento y descripción



La diarrea

Nona está rabiosa. Paula y José se han pasado todo el día haciendo carreras y no le han dicho de jugar con ellos ni una vez.

Nona no sabe que Paula y José corren porque tienen diarrea. Es igual que estén haciendo un examen o dibujante. De pronto, notan un pinchazo en la barriga y tienen que ir con un relámpago hasta el lavabo. Si se distraen, puede ser catastrófico.

Prepárate porque vamos a hablar de caca. Y, lo mejor de todo, es que los mayores no nos reñirán por hacerlo ;-)

¿Qué es la diarrea?

Una persona, como Paula y José, tiene diarrea cuando tiene que hacer caca muy a menudo y, encima, le sale muy líquida.

La diarrea se puede clasificar en:

- **aguda** cuando dura menos de tres semanas.
- **prolongada** cuando dura de dos a tres semanas.
- **crónica** cuando dura más de cuatro semanas.

Normalmente, **la cagalera acostumbra a durar entre tres y siete días** si se descansa y se beben muchos líquidos.

Los bebés muy pequeños pueden llegar a hacer caca muchas veces al día. En su caso, no se considera que tengan diarrea como Paula y José.

¿La diarrea tiene amigos?

A parte de aparecer de forma precipitada, la diarrea puede ir acompañada de unos cuantos amigos muy molestos como:

- fiebre,
- dolor abdominal (dolor en la zona de la barriga),
- ganas de vomitar (náuseas),
- vómitos,
- o pérdida de hambre.

Tanto encontrarse en el lavabo, Paula y José se han hecho íntimos amigos. “Si José supiese que Paula pichó su pelota...’, piensa Nona.



¿Por qué tenemos diarrea?

La diarrea se produce porque **los intestinos tienen más líquidos de la cuenta** y no lo pueden absorber. La culpa, la acostumbran a tener infecciones provocadas por un tipo de microorganismos. Son unos seres vivos que solo se pueden ver por un microscopio.

En el caso de los niños y las niñas estos microorganismos tan molestos varían según el país, la estación del año y la edad. El microorganismo que más afecta a los niños catalanes, lo hace en invierno y en niños de menos de tres años.

Paula y José han puesto nombre al microorganismo que les ha unido. Preferimos no escribirlo porque nos da vergüenza.

¿Qué podemos hacer cuando tenemos 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.

¿Tenemos que hacer dieta?

No existe ningún alimento que corte la diarrea. Eso sí, hay algunos que son astringentes, como la patata, el arroz, la zanahoria o el plátano. Seguramente nos ayudaran a no tener que visitar tantas veces el lavabo. Aunque tampoco se tienen que comer durante demasiados días.

Si no se vomita y se tiene hambre, se puede comer casi de todo. Es recomendable **evitar las bebidas y los alimentos que lleven mucho azúcar** (zumos, refrescos, golosinas...) **o tengan mucha grasa** (pastelitos industriales, alguna carne...).

A menudo, cuando se tiene diarrea, se pierde el hambre. Ya que es importante alimentarse, por unos días, se puede comer poco y a menudo cosas que apetezcan. La cagadera no es la excusa perfecta para comer cada día macarrones y helados, eh? ;-)

Hoy Paula y José comen dieta en el colegio. Ojalá Nona también pudiese hacerlo, no soporta los guisantes que hoy hay en el menú.



¿Se contagia la diarrea?

La diarrea se puede pasar de una persona a otra. Por este motivo, es muy importante lavarse las manos con frecuencia tanto si eres el enfermo como si sólo estás cerca de alguien que lo está.

Paula i José están muy contentos. Ya no tienen cagalera. Ahora quién se pasa el rato en el lavabo es Nona. Si la veis correr por el pasillo, apartaros, tiene una emergencia.

