

Autores:

Cristina Díaz López
Farmacéutica comunitaria en Madrid. Grupo de Trabajo de Nutrición y Digestivo de SEFAC

Fernando Gil Pérez
Farmacéutico comunitario en Ourense. Grupo de Trabajo de Nutrición y Digestivo de SEFAC

Diarrea: claves para el farmacéutico comunitario

Diagrama de clasificación de la diarrea



Elaboración propia.

Criterios de derivación de la diarrea

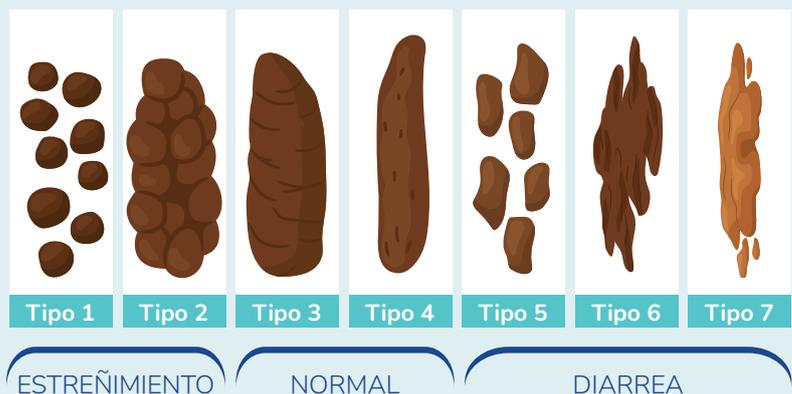
Criterios de derivación al médico ante sospecha de diarrea

Edad	< 3 años
	> 75 años con patologías asociadas
Síntomas	Síntomas y signos de deshidratación (sed intensa, sequedad de piel y mucosas, hipotensión ortostática y/o disminución de la diuresis)
	Fiebre con duración superior a 48 horas o > 38 °C
	Presencia de moco, pus o sangre en las heces
	Dolor abdominal que no cesa con la deposición
Duración	> 4 semanas (diarrea crónica)
	Persistencia del cuadro, a pesar de tratamiento correcto, tras 3-4 días y > 2 días en niños
Enfermedades y/o medicamentos	Diabetes en paciente frágil, no controlado o con comorbilidad/es importantes
	Sospecha de uso de medicamentos que puedan ocasionar diarrea (por ejemplo, antibióticos de amplio espectro, laxantes o metformina)
Situaciones especiales	Embarazo y/o lactancia
	Paciente inmunodeprimido
	Viaje reciente a país extranjero
	Presentación del mismo cuadro en personas que hayan comido lo mismo
	Antecedentes familiares de cáncer colorrectal, enfermedad inflamatoria intestinal o enfermedad celíaca

Adaptada de Ocaña A, Baos V, Amariles P, Palop V, Sáez-Benito L, Sempere E, et al. Protocolos de Indicación Farmacéutica y Criterios de Derivación al Médico en Síntomas Menores. Granada: Editorial Técnica Avicam; 2018.

Escala de heces de Bristol

Herramienta de gran valor en el manejo de la diarrea. Clasificación de las heces en función de la consistencia.



Claves para una mejor dispensación

1 Suero oral:

- Administrar de 200-400 ml tras cada deposición diarreica, en pequeños sorbos.
- No existe dosis máxima recomendada.
- Adecuar al grado de deshidratación.



2 Probióticos:

- Probióticos: *L. rhamnosus* GG y *S. boulardii* (efectos demostrados acortando el proceso diarreico).
- Tener en cuenta las indicaciones del fabricante (conservación, preparación, administración con o sin alimentos, pauta).
- No administrar junto con bebidas o alimentos calientes, por afectación de los microorganismos.
- En caso de toma de antibióticos, espaciar al menos 2 horas si el probiótico es un preparado bacteriano.



3 Loperamida:

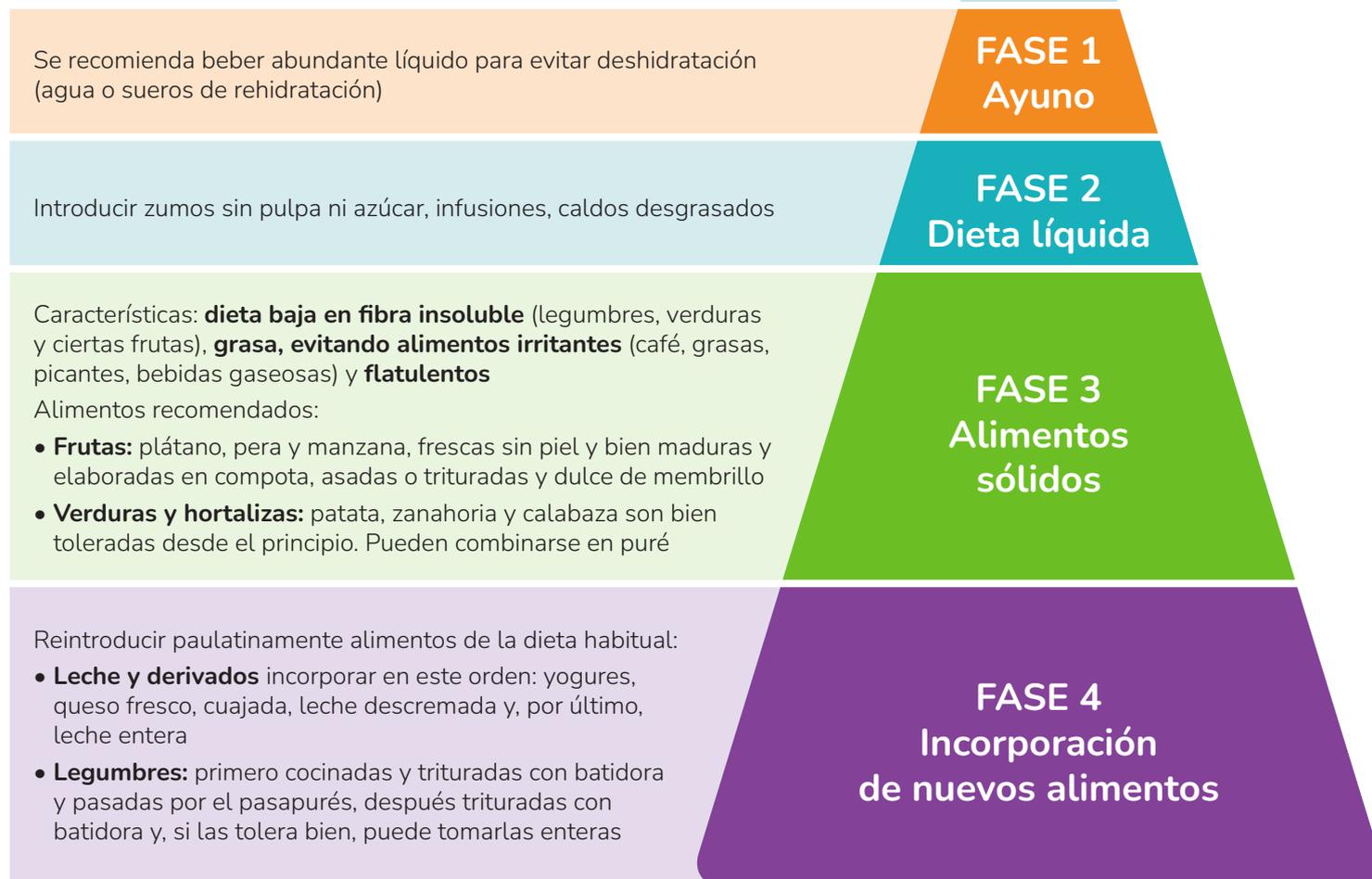
- Inicio del tratamiento: 4 mg (2 cápsulas) seguida de 2 mg (1 cápsula) después de cada deposición diarreica.
- No tomar más de 8 cápsulas al día.
- Si no se observa mejoría clínica en 48 horas o si aparece fiebre, se interrumpirá el tratamiento.
- Precaución en pacientes con afectación hepática y/o cardíaca.



- ## 4
- Existen combinaciones de loperamida + simeticona indicadas para el tratamiento sintomático de la diarrea aguda en adultos y adolescentes mayores de 12 años cuando la diarrea está asociada a gases con malestar abdominal, incluidos hinchazón, calambres o flatulencia.

Pautas nutricionales en diarrea

De menor a mayor duración



Tomada de Fundación Española de Aparato Digestivo. Recomendaciones dietético-nutricionales en la diarrea aguda. FESNAD. 2024. Disponible en: <https://www.saludigestivo.es/wp-content/uploads/2016/07/recomendaciones-dieteticas-en-diarrea-aguda.pdf>

Bibliografía recomendada:

- Centro de Información online de Medicamentos de la AEMPS. Buscador avanzado de medicamentos. CIMA. [Citado 6 de abril de 2025]. Disponible en: <https://cima.aemps.es/cima/publico/buscadoravanzado.html>
- World Gastroenterology World. Probiotics and Prebiotics. WGO. [Citado el 6 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.worldgastroenterology.org/guidelines/probiotics-and-prebiotics>

Avalado por:

SEFAC

Sociedad Española de Farmacia
Clínica, Familiar y Comunitaria

Patrocinado por:

kenvue

Citar como: Díaz López C, Gil Pérez F. Casos prácticos en la farmacia comunitaria. Diarrea [infografía]. Madrid: Sociedad Española de Farmacia Clínica, Familiar y Comunitaria (SEFAC); 2025. DOI: [https://doi.org/10.33620/fc.2173-9218.\(2025\).ifg.07](https://doi.org/10.33620/fc.2173-9218.(2025).ifg.07)