
Soluciones de Rehidratación Oral

Las **Soluciones de Rehidratación Oral (SRO)** sirven para reponer las pérdidas del cuerpo cuando hay [vómitos](#) y / o [diarrea](#).

¿Qué son?

Son preparados elaborados por la industria farmacéutica para la rehidratación oral. Se basan en las recomendaciones de organizaciones y asociaciones científicas (OMS, ESPGHAN.....). Se presentan en varias formas: solución de agua y electrolitos, bien para recomponer con agua o ya preparadas; o en forma de gelatinas.

Las SRO son los preparados adecuados para el tratamiento de estos problemas (vómitos, diarrea). Se deben rechazar otras preparaciones que se utilizan clásicamente, como infusiones tipo manzanillas, té, etc...; y también, las más actuales y de moda como son las [bebidas isotónicas](#). Para deportistas son agradables y bebibles pero no son adecuadas para la hidratación en caso de una diarrea. No son iguales las pérdidas líquidas y de electrolitos que se dan en caso de vómitos y diarrea que las que se deben a sudoración con el ejercicio físico.

¿Para qué sirven?

Con los vómitos y/o diarrea se producen pérdidas de agua y electrolitos (sustancias importantes para el adecuado funcionamiento del cuerpo), a veces graves para la salud.

Para evitar la [deshidratación](#) se usan las Soluciones de Rehidratación Oral (SRO).

La rehidratación oral es un tratamiento efectivo y de bajo coste. En un proceso leve o moderado puede evitar agravamientos y las hospitalizaciones necesarias para rehidratar mediante suero por vía intravenosa.

¿Cómo se utilizan?

Hay varios tipos de presentaciones:

- *En sobres*, que hay que reconstituir con una cantidad de agua normal. Tienen la desventaja de que hay que poner la cantidad de agua exacta para que la composición sea adecuada. En caso contrario tendríamos una solución diluida o concentrada. Ambos extremos no son apropiados.

- Otras vienen en *botellitas, tetrabrik o como gelatinas*. También en sobres ya preparados para consumir directamente, sin tener que disolver en agua. Su ventaja es que tienen la concentración recomendada.

Las hay de diferentes sabores (frutas, leche, cola....); e incluso sin sabor o sabor neutro, que van a tomar mejor

(Tabla).

Algunos contienen probióticos, que son bacterias vivas que ayudan a regenerar la flora intestinal y pueden recortar un poco el tiempo que dura la diarrea.

Las SRO se deben dar en pequeñas cantidades y poco a poco para facilitar la tolerancia. Tras un período corto de tiempo (unas 3-4 horas) a base de SRO, debe de iniciarse la [alimentación](#) (alimentación precoz).

Bioralsuero®*	3 <i>bricks</i> de 200 ml cada uno (varios sabores y sabor neutro)
Bioralsuero Baby®*	4 Sobres dobles (sal de rehidratación + probiótico) para disolver en 250 ml de agua
Cito-oral®	5 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno 10 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno
Cito-oral Junior Zinc®	2 botellas de 500 ml cada una (sabor fresa)
Citorsal®**	2 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno 5 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno
Isotonar®	6 sobres para disolver en 500 ml de agua cada uno 3 <i>bricks</i> de 200 ml cada uno
Miltina electrolit®	3 envases de 250 ml cada uno 1 envase de 500 ml
Miltina electrolit plus®	20 sobres para disolver en 100 ml de agua cada uno
Oralsuero®	1 <i>brick</i> de 1 litro 3 <i>brick</i> de 200 ml (varios sabores)
Recuperat-ion®	2 <i>brick</i> de 250 ml (varios sabores)
Recuperat-ion sueroral SRO baby®	2 <i>brick</i> de 250 ml (sabor leche)
Sueroral®**	5 sobres para disolver en 1 litro de agua cada uno
Sueroral hiposódico®**	5 sobres para disolver en 1 litro de agua cada uno
Lactoflora suero oral®*	6 sobres para disolver en 200 ml de agua cada uno (sabor frutas del bosque)
Suero oral MABO®	8 sobres monodosis para consumir directamente. Se pueden congelar (sabores naranja y limón)
Suerobivos®*	6 sobres para disolver en 250 ml de agua fría cada uno
Hidrafan® gelatina	3 envases de 125 ml cada uno (sabor fresa)

* Contiene probióticos.

** Financiados por el Sistema Nacional de Salud

Fuente: Nieto Gabucio N, Merchán Morales C, Hernández Merino R. Soluciones de rehidratación oral. Guía- ABE.

Infecciones en Pediatría. Guía rápida para la selección del tratamiento antimicrobiano empírico [en línea].

Consultado el 26-11-2020. Disponible en <https://www.guia-abe.es>

Más información...

- RECURSOS *Familia y Salud*: Escucha el Vídeo: [¿Qué es la hidratación oral?](#)

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Fecha de publicación: 1-03-2013

Última fecha de actualización: 10-12-2020

Autor/es:

- [Laura García Soto](#). Médico Interno Residente de Pediatría. Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Granada.
- [Jose Emilio Callejas Pozo](#). Pediatra. Centro de Salud de La Zubia. La Zubia (Granada)
- [José Manuel García Puga](#). Pediatra. Centro de Salud "Salvador Caballero". Granada

