

## Hemorragia del tracto digestivo:

Se trata de una condición en la cual existe un sangrado de cualquiera de las vías digestivas como el esófago, estómago o intestino.

- **Alta:** sangrado de la parte superior del tracto digestivo (heces fecales oscuras o negras).
- **Baja:** sangrado de la parte inferior del tracto digestivo (heces fecales oscuras o rojas).

## Signos de alarma:

### Consultar la IPS básica en caso de:

- Dolor de estómago tipo gastritis.
- Presencia de sangre en materia fecal.
- Material fecal negra.
- Vómito con sangre.

## Recomendaciones:

- Consuma abundantes líquidos.
- Consuma alimentos poco condimentados y bajos en grasa.
- Evite tomar aspirina o ibuprofeno.
- Si tiene sangrado consulte de inmediato y no consuma alimentos.
- No se automedique con omeprazol o purgantes.

## Alimentación:

### Siga la dieta recomendada por el nutricionista:

- Evite consumir bebidas alcohólicas.
- Evite comidas irritantes (condimentadas).
- Ingiera al menos 3 a 4 vasos de agua al día.
- Inicia alimentación con líquidos claros durante las primeras 24 horas después del alta, puede consumir caldo de papa o aromática.
- Continúa con dieta blanda las siguientes 24 horas como puré, carne molida o arroz.
- Inicie su dieta normal al tercer día.

## **Movilización:**

### **Cuando regrese a casa recuerde:**

- Mantener en posición semisentado con la cabecera elevada.
- Puede también estar sentado en cama o en silla.
- No se levante bruscamente de la cama.
- Al iniciar nuevamente a caminar procure estar acompañado.

Consultar a su IPS si presenta algunos de los signos de alarma.

