

A veces menos
medicina le conviene
más a su hijo:
cinco ejemplos



Cuando los niños se enferman,
los padres y pediatras
procuran aliviar su dolor lo
más rápido posible. Sin
embargo, un tratamiento
médico causa a veces
más daños que beneficios.



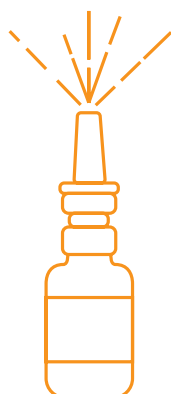
1 Otitis media

La otitis media aguda en niños no
debe tratarse de manera rutinaria
con antibióticos.

La otitis media es frecuentemente consecuencia de una enfermedad viral y no requiere tratamiento antibiótico. El uso indebido de antibióticos produce diferentes efectos secundarios no deseados como alergias, resistencia a los antibióticos, diarrea u otras complicaciones. Muchos casos de otitis media se curan en el transcurso de la enfermedad por sí solos.

Lo que puede hacer:

- en caso de dolores fuertes, dele a su hijo analgésicos como paracetamol o ibuprofeno en la dosis correspondiente a su edad y peso;
- lávele la nariz con solución salina isotónica;
- después de dos a tres días, regrese donde el pediatra si el estado de su hijo no mejora.



2 Reflujo gástrico

No administre antiácidos para tratar
el reflujo gástrico en bebés.

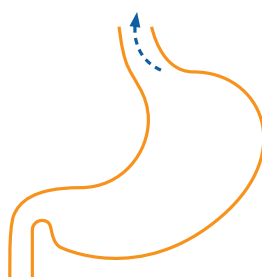
El reflujo gástrico es normal en los primeros años de vida y no requiere tratamiento con antiácidos. La mitad de los bebés sufren de reflujo. Este empieza en el transcurso del primer mes de vida y aumenta hasta los 4 a 5 meses de edad. Los bebés regurgitan parte del alimento que consumen debido principalmente a que su sistema digestivo aún no está completamente desarrollado.

Suprimir la producción de ácidos gástricos no mejora ni los lloros ni los eructos inexplicados. El uso de antiácidos puede incluso ser dañino para un bebé y ocasionar infecciones de las vías respiratorias, alteraciones de la flora intestinal y debilitamiento óseo.

En caso de vómito explosivo, gritos que no cesan o aumento de peso insuficiente, el niño debe ser examinado por un médico.

Lo que puede hacer:

- en la vida diaria, puede tratar de elevar el tronco para disminuir el reflujo (elevación del tronco de 30 grados con una toalla, p. ej.).



3 Tos

No le dé medicamentos para la tos a sus niños.

En general, la tos es un mecanismo de defensa normal del organismo. Los medicamentos para la tos químicos y a base de plantas no son eficaces contra los resfriados. Incluso pueden ser peligrosos para los niños, según diferentes estudios. Los medicamentos para la tos se componen con frecuencia de varios principios activos. Utilizados en conjunto con otros medicamentos pueden causar una sobredosis de estos principios activos.

Lo que puede hacer:

- dele miel a los niños a partir de los 12 meses en una cucharita o disuelta en té;
- evite exponerlos a humo de cigarrillo;
- mantenga los espacios interiores en condiciones adecuadas con 50–60 % de humedad y 18 °C de temperatura;
- eleve el tronco del niño.



4 Gastroenteritis

En los niños con una pérdida de líquidos leve o media (p. ej., debido a una gastroenteritis acompañada de vómito o diarrea), los líquidos faltantes deben administrarse por vía oral.

En caso de gastroenteritis aguda, la pérdida de líquidos puede llegar a ser significativa, en particular para los niños de corta edad. Es necesario reponer esta pérdida de líquidos. La reposición de líquidos puede realizarse de diferentes formas. La manera más agradable y tolerable para la salud es bebiendo.

En caso de que los líquidos ingeridos no sean suficientes, la administración de fluidos puede realizarse directamente por vía gástrica o por vía intravenosa. Para la administración en el estómago, se introduce una sonda delgada por la nariz y el esófago. Para la administración por vía intravenosa, se introduce un catéter delgado directamente en una vena y se conecta a una perfusión. Dado que las venas de los bebés son delgadas, a veces es necesario hacer varios intentos, lo que puede ser doloroso y molesto.

Lo que puede hacer:

- dele a su hijo jugo de manzana diluido, leche materna u otras bebidas que él conozca, a cucharadas o a sorbos;
- además, puede darle suero de rehidratación oral en venta sin fórmula médica.



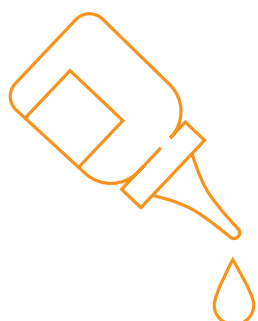
5 Infección viral de los bronquiolos

No utilice de manera rutinaria corticoides o medicamentos para el asma en bebés con infecciones virales de los bronquiolos.

La bronquiolitis es una inflamación de las vías respiratorias más pequeñas de los pulmones causada por los virus del resfriado. Se manifiesta con tos productiva fuerte, resfriado y generalmente fiebre, y afecta mucho a los bebés, que luego respiran difícilmente y beben menos. En esta situación, los corticoides o los medicamentos para el asma ni disminuyen el riesgo de tener que ir al hospital ni reducen la enfermedad. Al contrario, pueden empeorar el nivel de oxígeno en la sangre o producir taquicardia o temblores.

Lo que puede hacer:

- humedézcale la nariz a su hijo con solución salina isotónica;
- dele de beber a sorbos frecuentemente;
- dele el tiempo necesario para que se recupere.



La organización pädiatrie schweiz aboga por el bienestar de los niños

Los tratamientos o diagnósticos innecesarios no solo afectan el bolsillo sino que a menudo también perjudican a los niños.

pädiatrie schweiz, la sociedad profesional nacional de pediatras de Suiza, apoya la «smarter medicine». El fundamento de esta iniciativa es aplicar un tratamiento solo si realmente le aporta algo a los pacientes.

A veces es mejor tener paciencia que tratar.

- Para más información sobre los cinco ejemplos de este folleto, consulte la página: paediatricschweiz.ch/choosingwisely
- Allí encontrará información en PDF para descargar e imprimir en los siguientes idiomas: alemán, inglés, francés, italiano, bosnio/serbio/croata, portugués, español y turco



smarter medicine
Choosing Wisely Switzerland

pädiatrie schweiz
Die Fachorganisation der
Kinder- und Jugendmedizin

Rue de l'Hôpital 15
Postfach 516
1701 Freiburg

+41 26 350 33 44
sekretariat@paediatricschweiz.ch
paediatricschweiz.ch