

A veces lo mejor
para su hijo es
menos medicina:
cinco ejemplos



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



1 Esguince de tobillo

No hacer radiografías en niños y adolescentes con un esguince o torcedura de tobillo y un bajo riesgo clínico de fractura

En caso de esguince o torcedura de tobillo, los niños y adolescentes tienen un riesgo bajo de sufrir una fractura que requiera tratamiento. Si durante la consulta médica solo se observa hinchazón y dolor en la zona externa del tobillo y de sus tejidos blandos, incluso en los ligamentos, no se deben hacer radiografías. De esta manera no se pasan por alto fracturas importantes que requieran un tratamiento especial y se puede evitar una exposición innecesaria a la radiación.

Esto es lo que puede hacer:

- Aplique una compresa fría y, de ser necesario, haga un vendaje.
- Mantenga la articulación en reposo y retome el movimiento progresivamente en función del dolor.
- Administre antiinflamatorios (p. ej. ibuprofeno).
- Si no hay mejoría después de 10–14 días, se recomienda otra consulta pediátrica.



2 Fatiga crónica y enfermedad de Lyme



No hacer pruebas de serología si no hay sospecha clínica de borreliosis o enfermedad de Lyme

Los análisis de sangre para detectar la enfermedad de Lyme no son útiles en caso de fatiga crónica.

La fatiga crónica es un síntoma complejo que puede tener diferentes causas biológicas, psicológicas o medioambientales. Los análisis de sangre para la enfermedad de Lyme pueden dar falsos positivos o resultados ambiguos, ya que no distinguen entre una infección pasada o activa o un simple contacto con la bacteria.

Por lo tanto, es crucial adoptar un enfoque clínico integral y considerar diferentes factores posibles al evaluar la fatiga crónica.

No se deben realizar análisis de laboratorio para la enfermedad de Lyme a menos que existan otros indicios de una infección activa.

Esto es lo que puede hacer:

- En caso de fatiga pronunciada persistente, consulte a su médico para identificar posibles causas físicas y mentales e iniciar el tratamiento correspondiente.



3 Convulsiones febriles

No hacer controles rutinarios en niños que han recuperado la consciencia y su estado habitual tras una simple convulsión febril

Para los padres, una convulsión febril es una de las situaciones más angustiantes. Sin embargo, no se debe considerar como un peligro, sino como una reacción normal del cuerpo durante una enfermedad.

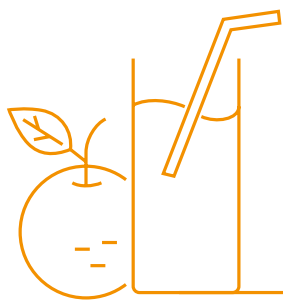
Se estima que aproximadamente uno de cada 20 niños tiene una convulsión febril al menos una vez durante la infancia.

Sin embargo, actualmente está demostrado que la mayoría de estas crisis no tienen consecuencias para los niños y que no están relacionadas con casos de epilepsia o anomalías cerebrales.

No hay razón para someter a los niños a análisis extensos o molestos tras una simple convulsión febril.

Esto es lo que puede hacer:

- Asegúrese de que el niño descanse y beba suficiente.
- Tenga a mano los medicamentos prescritos por el pediatra en caso de una nueva convulsión febril (p. ej. diazepam rectal...) y adminístrelos, de ser necesario, 3 minutos después de una convulsión persistente.
- En caso de que empeore el estado general, se recomienda una consulta pediátrica.



4 Anginas

No hacer análisis de sangre en niños con dolor de garganta



La inflamación de la faringe (faringitis) y de las amígdalas (amigdalitis o anginas) es frecuente en los niños.

En la mayoría de los casos, las anginas son de origen viral y se curan por sí solas en unos días. Los antibióticos son ineficaces en las infecciones virales. Incluso en el caso de las anginas bacterianas, que son más raras, los antibióticos no tienen efecto sobre la infección aguda ni evitan las complicaciones. Sin embargo, sí hay situaciones en las que el pediatra puede considerar la administración de antibióticos.

Las anginas bacterianas se diagnostican con los resultados de una exploración y con un frotis de la garganta. Los análisis de laboratorio no son útiles para determinar el tratamiento y, por lo tanto, son innecesarios.

Esto es lo que puede hacer:

- Ofrezca alimentos con diferentes texturas o temperaturas para detectar lo que más le conviene al niño.
- Administre antiinflamatorios (p. ej. ibuprofeno).
- En caso de que empeore el estado general, se recomienda una consulta pediátrica.



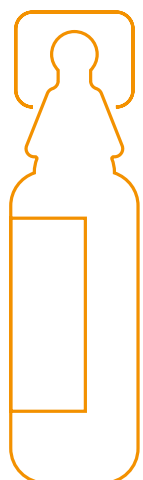
5 Bronquiolitis

No hacer radiografías de tórax rutinarias en niños con bronquiolitis

La bronquiolitis es una infección pulmonar causada por virus frecuente en bebés y niños pequeños. La enfermedad empieza con un resfriado. Unos días después, la infección afecta a los bronquiolos (inflamación y producción de mucosidad) y los niños respiran con dificultad. Presentan respiración agitada y tos, están cansados e irritables y no tienen ganas de beber ni de comer. En la mayoría de los casos, los niños pueden quedarse en casa y recuperarse en 7-10 días. En estos casos, no se deben hacer radiografías de tórax. Las radiografías no son necesarias para el diagnóstico y solo tienen desventajas para los niños: causan una exposición a la radiación y aumentan los tratamientos antibióticos innecesarios. Las radiografías de tórax solo están indicadas en los casos raros de bronquiolitis grave.

Esto es lo que puede hacer:

- En caso de respiración difícil, descongestione la nariz con suero fisiológico o con gotas descongestionantes.
- Asegúrese de que el niño beba suficiente; dele un medicamento contra la fiebre y el dolor (p. ej. paracetamol).
- Una leve inclinación de la cama para elevar el tronco del niño puede facilitar la respiración.
- En caso de que empeore el estado general, se recomienda una consulta pediátrica.



pädiatrie schweiz aboga por el bienestar de los niños

Los tratamientos o diagnósticos innecesarios no solo malgastan recursos, sino que a menudo también perjudican a los niños.

pädiatrie schweiz, la asociación profesional nacional de pediatras de Suiza, apoya la «smarter medicine». El fundamento de esta iniciativa es que un tratamiento solo se debe usar si realmente les aporta algo a los pacientes.

A veces es mejor la paciencia que un tratamiento.

- Para obtener más información sobre los cinco ejemplos de este folleto, consulte el sitio web: paediatrieschweiz.ch/choosingwisely
- Allí puede descargar e imprimir el folleto en formato PDF en varios idiomas.



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@paediatrieschweiz.ch
paediatrieschweiz.ch