

Às vezes, menos
tratamento
médico é o melhor
para o seu filho:
cinco exemplos



Quando as crianças estão
doentes, tanto os pais como
os pediatras desejam que
o sofrimento acabe depressa.
No entanto, às vezes, um
tratamento médico pode
agravar a situação em vez
de a resolver.



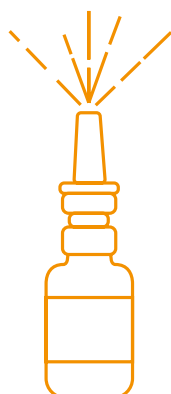
1 Otite média

**Uma otite média aguda nas crianças
não deve ser tratada de imediato
com antibióticos.**

Uma otite média aguda é muitas vezes consequência de uma doença viral e não requer terapia com antibióticos. O uso injustificado leva a diversos efeitos secundários indesejados como alergia, resistência aos antibióticos, diarreia e outro tipo de complicações. Muitas otites médias curam-se por si próprias com a progressão da doença.

O que pode fazer:

- Dê ao seu filho / à sua filha, se estiver com muitas dores, medicamentos analgésicos como paracetamol ou ibuprofeno – em doses conformes à sua idade e ao seu peso.
- Limpe o nariz com uma solução salina isotónica.
- Consulte o seu pediatra dois ou três dias depois caso a situação não tenha melhorado.



2 Refluxo gastroesofágico

**Não dê antiácidos a bebés a fim
de tratar o refluxo gastroesofágico.**

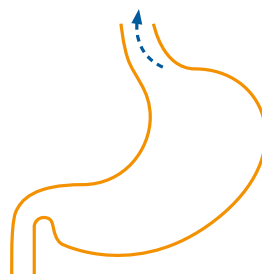
O refluxo gastroesofágico em crianças lactentes é um processo normal e não exige tratamento com antiácidos. Metade das crianças lactentes têm refluxo. Este tem início no decorrer do 1º mês de vida e intensifica-se até aos 4–5 meses de idade. As crianças lactentes regurgitam parte das suas refeições. Isto deve-se, entre outros motivos, a um sistema digestivo imaturo.

A supressão da produção de ácido gástrico não irá melhorar nem o choro inexplicável nem os arrotos. A utilização de antiácidos pode mesmo ser prejudicial para uma criança de pouca idade e originar infeções nas vias respiratórias, alteração da flora intestinal e um enfraquecimento dos ossos.

A criança deverá ser consultada por um médico em caso de vômitos bruscos, choro excessivo ou aumento de peso insuficiente.

O que pode fazer:

- Pode fazer uma elevação do torso no dia a dia para tentar evitar o refluxo (por exemplo, elevar o torso em 30 graus com a ajuda de uma toalha de banho).



3

Tosse

Não dê ao seu filho / à sua filha remédios para a tosse.

A tosse é, em geral, um mecanismo normal de proteção do corpo. Medicamentos para a tosse, quer sejam à base de plantas ou produtos químicos, não são eficazes contra as constipações. Estes podem mesmo ser perigosos para as crianças conforme já foi demonstrado em diversos estudos. Medicamentos para a tosse são compostos por diversas substâncias ativas. Em combinação com outros medicamentos podem levar a uma sobredosagem destas substâncias ativas.

O que pode fazer:

- A crianças com mais de 12 meses pode dar mel: com uma colher pequena ou misturando-o ao chá.
- Evite que a criança seja exposta ao fumo de tabaco.
- Assegure-se de que haja um bom ambiente climático com níveis de humidade entre os 50–60% e uma temperatura de 18°C.
- Eleve o torso da criança.



4

A gastroenterite

Nas crianças com perda leve ou moderada de líquidos (por ex. devido a uma gastroenterite com vômitos e / ou diarreia) a falta de líquidos deverá ser compensada por via oral.

Em caso de uma gastroenterite grave a perda de líquidos pode ser significativa, ainda mais para crianças de pequena idade. Esta perda tem que ser compensada. A substituição de líquidos poderá ser feita de diversas maneiras. A forma mais prudente e mais saudável de compensar essa perda é beber.

Caso a criança não beba o suficiente, os líquidos poderão ser administrados diretamente através do estômago ou do sangue. Para a ingestão de líquidos através do estômago é colocada uma sonda fina que atravessa o nariz e o esófago. Para a ingestão de líquidos através do sangue, coloca-se um tubo fininho numa veia por onde se realiza a infusão. Uma vez que as veias nestas crianças são difíceis de encontrar, podem ser necessárias diversas tentativas. Isto pode ser doloroso e angustiante.

O que pode fazer:

- Dê ao seu filho / à sua filha sumo de maçã diluído, leite materno ou outra bebida que já conheça – através de uma colher ou aos golos.
- Para além disso, pode dar ao seu filho / à sua filha soluções eletrolíticas para as quais não é necessário receita médica.



5

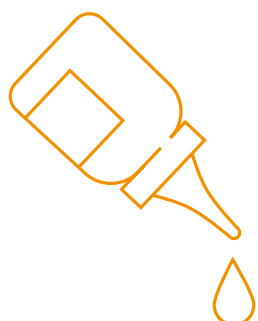
Bronquiolite

Em caso de bronquiolite em crianças lactentes não dê, de forma rotineira, medicamentos para a asma ou medicamentos semelhantes à cortisona.

Bronquiolite é uma inflamação das vias respiratórias inferiores dos pulmões, originada pelos vírus da constipação. A inflamação apresenta-se com uma tosse forte e com expectoração viscosa, corrimento nasal e maioritariamente com febre. Os mais afetados são frequentemente as crianças lactentes, que depois respiram com dificuldade e bebem pouco. Medicamentos para a asma ou medicamentos semelhantes à cortisona não vão reduzir nem o risco de a criança ter que ir para o hospital nem o tempo de duração da doença. Em contrapartida, esses medicamentos podem provocar uma queda na saturação do oxigénio no sangue, taquicardia ou tremores.

O que pode fazer:

- Humidifique o nariz do seu filho / da sua filha com uma solução salina isotónica.
- Deixe o seu filho / a sua filha beber frequentemente pequenas quantidades.
- Dê ao seu filho o tempo necessário para ele recuperar.



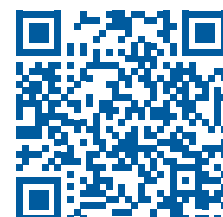
pädiatrie schweiz empenha-se no bem-estar das crianças

Tratamentos ou esclarecimentos desnecessários não só custam dinheiro como, muitas vezes, também prejudicam as crianças.

pädiatrie schweiz, a associação nacional dos pediatras suíços, empenha-se em «Smarter Medicine». Esta iniciativa tem por base que, um tratamento só deve ser aplicado caso este beneficie o/a paciente.

Às vezes ter paciência é melhor do que fazer um tratamento.

- Mais informações sobre os cinco exemplos deste folheto em paediatricschweiz.ch/choosingwisely
- Lá encontrará informações em PDF, as quais pode imprimir ou fazer o download, nas seguintes línguas: alemão, inglês, francês, italiano, servo-croata, português, espanhol e turco



smartermedicine
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