

Si el meu infant té rinosinusitis aguda, cal que prengui antibiòtics?



Si el teu infant té rinosinusitis, no cal donar-li antibiòtics: la majoria de casos es resolen sols o amb cures senzilles, com ara rentats nasals i hidratació.

Què és la rinosinusitis aguda?

La rinosinusitis aguda és una inflamació de les mucoses del nas i els sins paranasals (els espais buits que hi ha darrere el nas i al voltant dels ulls). Apareix sovint després d'un refredat o d'una infecció viral, quan els mocs i la inflamació dificulten el drenatge normal dels sins i les mucoses.

Els símptomes poden ser:

- **Tos que no desapareix:** Tos persistent després del refredat que pot durar més de 10 dies.
- **Moc espès:** El nas goteja amb moc groc o verdós durant dies.
- **Febre alta:** Temperatura de 39 °C o més durant 3 o 4 dies.
- Altres símptomes possibles són mal alè, cansament, mal de cap o disminució de la gana.

La rinosinusitis **acostuma a durar entre 2 i 3 setmanes**.

Per què habitualment no cal prendre antibiòtics per curar la rinosinusitis aguda?

La majoria de rinosinusitis es curen soles i sense necessitat de prendre medicaments per diversos motius:

- **Causa viral.** En 8 o 9 de cada 10 casos, la rinosinusitis és provocada per virus, i els antibiòtics no funcionen contra els virus.
- **Evolució natural.** Els estudis mostren que, fins i tot sense tractament, la majoria de rinosinusitis, tant les causades per virus com per bacteris, es curen de manera espontània.
- **Riscos dels antibiòtics.** Quan se'n prenen innecessàriament, els bacteris s'hi poden tornar resistents. A més, tenen efectes secundaris, com ara diarrea o reaccions al·lèrgiques.
- Els tractaments no sempre necessiten medicaments. Hi ha **accions senzilles i efectives** que pots fer per ajudar el teu infant si té rinosinusitis:
 - Rentats nasals amb aigua salada, que ajuden a netejar el nas i a respirar millor.
 - Beure molta aigua. Mantenir-se hidratat fa que el moc sigui menys espès i més fàcil de drenar.

- Humidificar l'ambient. Utilitzar un humidificador o tenir vapor a l'habitació pot disminuir la congestió.
- Dormir amb el cap una mica elevat ajuda que el moc no s'acumuli als sins paranasals.

Quan cal considerar prendre antibiòtics?

- Quan se sospita que la infecció és provocada per bacteris.
- Si els símptomes són molt greus i no milloren amb els tractaments habituals.
- Quan els símptomes duren més de 7 - 10 dies sense veure-hi cap millora, quan empitjoren després de 5 dies, o quan empitjoren després d'una millora inicial.

Informació complementària

- Essencial identifica pràctiques clíniques de poc valor i promou recomanacions per tal d'evitar-ne la realització.
- Aquesta recomanació es fonamenta en l'evidència científica i s'ha elaborat amb el suport de la Societat Catalana de Pediatria i el Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.
- Per més informació visiteu el web Essencial <http://essencialsalut.gencat.cat> o adreceu-vos al telèfon 061 CatSalut Respon.

Aquesta fitxa és una recomanació adreçada a la ciutadania per a l'ajuda en la presa de decisions en l'atenció sanitària. No és de compliment obligat ni substitueix el judici clínic del personal sanitari.

He de prendre benzodiazepines pels en episodis de delírium?



En gent gran no es recomana l'ús rutinari de benzodiazepines per als episodis de delírium.

Què són les benzodiazepines (BZD) i per a què serveixen?

Les BZD són medicaments com **el diazepam, el lorazepam, el clonazepam o el midazolam**. La seva funció principal és reduir l'activitat del cervell i causar relaxació i tranquil·litat.

Es fan servir per tractar **problemes d'ansietat, d'insomni greu o convulsions**.

Si es té un episodi de delírium o síndrome confusionària, només es recomana prendre BZD si l'abstinència a l'alcohol o altres sedants són les causes del delírium.



Què és el delírium o la síndrome confusionària?

És un **estat de confusió del cervell breu i greu**, sobretot preocupant en gent gran. Pot aparèixer per diversos motius, com ara una infecció, una cirurgia o l'hospitalització.

Les BZD no són una bona opció de tractament, ja que poden fer que la confusió duri més i s'endarrereixi la recuperació. Si en prens quan no cal, no t'aporten cap benefici i poden tenir efectes negatius. A més, existeixen tractaments alternatius més segurs i que funcionen millor que les BZD.

Quins efectes adversos poden tenir les BZD?

És important que les BZD s'utilitzin amb precaució, perquè poden causar dependència. Per això, és rellevant assegurar-te que les necessites realment. Alguns dels seus efectes adversos són:

- Somnolència
- Alteracions en la memòria
- Dificultat per concentrar-se
- Caigudes i fractures

A més, aquests efectes adversos són freqüents en persones grans, especialment en aquelles més vulnerables, com les institucionalitzades.

Informació complementària

- Essencial identifica pràctiques clíniques de poc valor i promou recomanacions per tal d'evitar-ne la realització.
- Aquesta recomanació es fonamenta en l'evidència científica i s'ha elaborat amb el suport del Centre Cochrane Iberoamericà - Comissió MAPAC (Millora de l'Adequació de la Pràctica Assistencial i Clínica) de l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau (Barcelona) i el Consell Consultiu de Pacients de Catalunya.
- Per més informació visiteu el web Essencial <http://essencialsalut.gencat.cat> o adreceu-vos al telèfon 061 CatSalut Respon.

Aquesta fitxa és una recomanació adreçada a la ciutadania per a l'ajuda en la presa de decisions en l'atenció sanitària. No és de compliment obligat ni substitueix el judici clínic del personal sanitari.