

Un uso racional de los fármacos y evitar los antibióticos que no sirven para tratar patologías como la gripe y el resfriado y lo único que pueden hacer es que el niño desarrolle resistencias hacia ellos. Estos son

los consejos que lanza la Sociedad Española de Pediatría de Atención Primaria ante la llegada de los primeros casos de gripe y catarro en los más pequeños del hogar. Médicos gallegos constatan que ya

aprecian un repunte de casos y aunque reconocen que se puede usar paracetamol o ibuprofeno para aliviar los síntomas —fiebre, mucosidad o dolor de cabeza— abogan por usarlos con sentido común

Los pediatras aconsejan un uso racional de los fármacos ante la irrupción de catarros

La bajada brusca de temperaturas y el contacto entre escolares multiplican los casos en Galicia ■ Recuerdan que los antibióticos no son eficaces y pueden crear resistencia

Amaira Mauleón
A CORUÑA

La bajada brusca de las temperaturas en la última semana en Galicia, sumada al contacto constante entre escolares, ha potenciado la aparición de picos de gripe y resfriados en menores que copan estos días las consultas pediátricas. La Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria (Sepeap) advierte que hay que hacer un uso racional de los medicamentos y evitar los antibióticos “que no aportan ningún efecto beneficioso en el manejo de estas infecciones y su consumo resulta perjudicial, tanto por sus posibles efectos adversos como por la selección de gérmenes resistentes frente a los mismos”. “Solo serán eficaces en el tratamiento de las sobreinfecciones bacterianas que pueden aparecer en el curso de la enfermedad”, destaca Venancio Martínez, presidente de los pediatras de Atención Primaria.

Los médicos explican que la gripe y el resfriado común son infecciones víricas respiratorias frecuentes, con síntomas y signos comunes que a veces hacen difícil distinguirlas, aunque lo habitual es que la gripe se inicie de forma más brusca y se manifieste inicialmente como enfermedad más severa (fiebre superior a 38,5°, temblores y escalofríos, malestar general y cefalea, dolor de garganta, vómitos y dolor abdominal, además de tos frecuente y persistente). En el

resfriado, por el contrario, la afectación está más localizada en las vías respiratorias superiores (obstrucción y mucosidad nasal, estornudos, tos escasa) y suele presentarse con menor elevación de la temperatura. “La gripe suele ocurrir de forma epidémica una vez por temporada, mientras que un niño en edad escolar o de guardería puede sufrir de tres a ocho resfriados a lo largo de todo el año, con más frecuencia en los meses fríos”, comenta Martínez.

De fácil contagio

Ambas infecciones son altamente contagiosas, especialmente entre personas que conviven en espacios cerrados, como puede ser el caso de los niños que pasan

Irrupción de gripes, resfriados y toses en los niños

Cuándo llevar al niño al pediatra

1. Si la fiebre persiste más de 3 días a pesar de la administración de antitérmicos
2. Presenta dificultad respiratoria que no mejora tras los lavados nasales, tos persistente o en aumento
3. Dolor de oído
4. Sensación de enfermedad grave: afectado en su estado general, apático o letárgico
5. Si vomita repetidamente, rechaza el consumo de líquidos o presenta algún signo de deshidratación
6. Ante una crisis cerebral febril o cualquier otra manifestación neurológica
7. En cualquier caso que presente fiebre elevada y desconozcamos la causa

Tratamiento en casa

- * Aporte adecuado de líquidos
- * Humidificación ambiental
- * Lavados nasales con aspiración de moco en los más pequeños
- * Tanto el ibuprofeno como el paracetamol son seguros y eficaces con dosis adecuadas
- * Se recomienda evitar el consumo de aspirina en niños o adolescentes
- * La tos es un mecanismo de defensa de la vía respiratoria aunque su tratamiento no siempre es necesario.
- * Los antibióticos no aportan ningún efecto beneficioso en la gripe
- * Se recomienda vacunar de la gripe a los niños mayores de 6 meses con enfermedades crónicas y condiciones de riesgo



SIMÓN ESPINOSA

JUAN SÁNCHEZ LASTRES | Pediatra

“La fiebre es un mecanismo de defensa; no hay que empeñarse tanto en que desaparezca”

Más de cuarenta niños en una mañana. El médico Juan Sánchez Lastres, expresidente de la Sociedad Gallega de Pediatría, confirma con datos de su consulta la irrupción de gripe y resfriados en los últimos días. “Es el momento de la gripe, del catarro común y de otras infecciones respiratorias; la mayoría de origen vírico, pero no hay que obsesionarse con la fiebre y la tos, que son mecanismos de defensa del cuerpo y algunos médicos son partidarios de no hacer nada para erradicarlos, aunque sí hay que estar atentos a un posible empeoramiento y a los datos que la acompañan, como la dificultad de



Juan Sánchez Lastres.

respiración y el color y aspecto general del niño”, explica.

Para el tratamiento de los síntomas, para disminuir la fiebre y aliviar el malestar general, el pediatra destaca que son útiles tanto el ibuprofeno como el paracetamol. “Se han comparado y no hay preferencia en cuanto a su uso. Ambos son antitérmicos y el ibuprofeno, además, antiinflamatorio”, explica. Eso sí, Sánchez aconseja no alternarlos —una opción que sí plantean otros médicos— “porque puede haber errores con las dosis”.

Recetas sencillas como el aporte de líquidos y los lavados nasales son útiles para mejorar y acortar estas dolencias, concluye Sánchez Lastres.

horas juntos en clase. Por ello, en la prevención de ambas destacan la importancia de las medidas higiénicas, fundamentalmente el lavado de manos y la evitación del contacto directo con el individuo infectado.

En el caso de la gripe, la principal estrategia de prevención —“claramente eficaz y rentable”— es la vacunación anual. Se recomienda vacunar de la gripe a los niños mayores de 6 meses con ciertas enfermedades crónicas y condiciones de riesgo: asma, enfermedades metabólicas, cardiovasculares, neuromusculares, y obesidad mórbida, trastornos que afectan a la respuesta inmune y síndrome de Down, entre otros, y a los convivientes con personas de los grupos de riesgo.

Claves

► **Gripe.** Se trata de un virus de aparición repentina que suele presentar fiebre, dolor de cabeza, malestar general, escalofríos e incluso puede conllevar vómitos y dolor abdominal. Suele darse como mucho una vez al año y hay vacuna contra ella

► **Catarro.** Afecta principalmente a las vías respiratorias superiores (estornudos, congestión nasal...) y presenta menos fiebre que la gripe. Los niños en contacto con otros pequeños suelen tener entre tres y ocho catarros cada año

► **Tratamiento.** Los pediatras abogan por un uso racional de medicamentos y evitar los antibióticos que no sirven para tratar estas enfermedades víricas

Benestar pide un “compromiso común” para luchar contra la violencia infantil

Un estudio europeo asegura que uno de cada cinco niños sufre violencia sexual

Efe
SANTIAGO

La conselleira de Benestar, Beatriz Mato, defendió ayer la necesidad de adoptar un “compromiso común” en el conjunto de la sociedad para luchar contra la violencia sexual infantil, que según un estudio europeo afecta a uno de cada cinco menores. En la jornada inaugural del curso *Un de cada cinco*, promovido por el Consejo de Europa, Mato apeló a la concienciación ciudadana ante esa cifra “escalofriante” de víctimas.

La incidencia de la violencia infantil evidencia que “el trabajo de velar por los derechos de los niños y niñas es un cometido diario y continuo” en el que es preciso contar con la colaboración del conjunto de la sociedad”. En ese sentido, Mato manifestó el compromiso de la Xunta contra ese tipo de agresiones y destacó que Galicia es la primera comunidad autónoma que se adhirió de forma oficial a esta campaña europea y efectuó desde el año pasado actividades divulgativas como foros o seminarios.

En ese sentido, la conselleira de Tránsito y Benestar consideró que el Ejecutivo gallego va “un paso por delante” en esta lucha.

Una aplicación de Educación ‘predice’ las notas de la carrera en función de selectividad

Agencias
MADRID

La nota obtenida en selectividad puede ser un dato predictor de cómo le irá a un alumno en la carrera, ya que existe una correspondencia probable entre esa calificación y el rendimiento académico medio en los estudios de grado. Así, es presumible que quienes saquen mejores resultados en la selectividad registren índices más altos de aprobado en las titulaciones universitarias, y a la inversa, según los datos de la aplicación *Qué estudiar y dónde en la Universidad*, disponible en la web del Ministerio de Educación.

El departamento de Wert resalta que la información es sólo “orientativa”.