



# BRONQUITIS

## Te contamos...

### HECHOS



- Los virus son la causa de la mayoría de los casos de bronquitis o bronquiolitis.
- Los antibióticos no son eficaces frente a los virus.
- El color verdoso o amarillento de las flemas se produce por un proceso inflamatorio que puede ser vírico o bacteriano.

### LOS ANTIBIÓTICOS NO SON NECESARIOS EN LA MAYORÍA DE CASOS\*

SIN ANTIBIÓTICOS

# VS

ANTIBIÓTICOS



7 de cada 10 personas se sienten mejor al cabo de 1-2 semanas, tanto si **TOMAN COMO SI NO TOMAN** antibióticos.

### COSAS QUE PUEDES HACER



Tomar miel\*\*



Lavarte las manos



Tomar analgésicos en caso de fiebre o dolor



Beber agua



Descansar



Preguntar por alternativas

### ANTIBIÓTICOS PUEDEN PRODUCIR



Náuseas



Vómitos



Dolor de cabeza



Diarrea

**2 DE CADA 10** personas que toman antibióticos sufren efectos adversos

### CUÁNDO CONSULTAR CON SU MÉDICO

- Tos que no mejora o que dura más de tres semanas.
- Nuevos síntomas o empeoramiento.
- Aparición de fiebre o persistencia de la misma.

### RESISTENCIA A ANTIBIÓTICOS

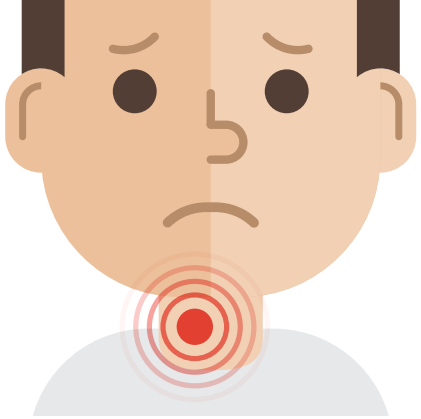
El uso frecuente de antibióticos disminuye la probabilidad de que funcionen cuando más los necesites.



#### Referencias

Smith SM, Fahey T, Smucny J, Becker L. Antibiotics for acute bronchitis. Cochrane Database Syst Rev. 2017;(6):CD000245.  
Worrall G. Acute bronchitis. Can Fam Physician. 2008;54(2):238-9. Available from: <http://www.cfp.ca/content/54/2/238.long>

**\*CUÁNDO PUEDEN SER NECESARIOS LOS ANTIBIÓTICOS:** Pacientes con neumonía, inmunodeprimidos, en enfermos de pulmón o corazón, existencia de comorbilidad grave.  
**\*\*No usar miel en niños <12 años o en pacientes diabéticos.**



# DOLOR DE GARGANTA (faringitis)

## Te contamos...

### HECHOS



- En la mayoría de los casos, el dolor de garganta (faringitis) está causado por virus, especialmente cuando se acompaña por tos y congestión nasal.
- Los antibióticos no son efectivos frente a los virus.

### LOS ANTIBIÓTICOS NO SON NECESARIOS EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS\*

SIN ANTIBIÓTICOS

# VS

ANTIBIÓTICOS



8 de cada 10 personas que **NO TOMAN** antibióticos se sienten mejor al cabo de una semana







9 de cada 10 personas que **TOMAN** antibióticos se sienten mejor al cabo de una semana

### COSAS QUE PUEDES HACER

 **Chupar caramelos o cubitos de hielo**  
 **Lavarte las manos**  
 **Tomar analgésicos en caso de fiebre o dolor**  
 **Beber agua**  
 **Descansar**  
 **Preguntar por alternativas**

### ANTIBIÓTICOS PUEDEN PRODUCIR

 **Náuseas**  
 **Vómitos**  
 **Dolor de cabeza**  
 **Diarrea**  

**3 DE CADA 10** personas que toman antibióticos sufren efectos adversos

### CUÁNDO CONSULTAR CON SU MÉDICO

- Dolor de garganta que no mejora en dos semanas
- Nuevos síntomas o empeoramiento
- Aparición de fiebre o persistencia de la misma

### RESISTENCIA A ANTIBIÓTICOS

El uso frecuente de antibióticos disminuye la probabilidad de que funcionen cuando más los necesites.



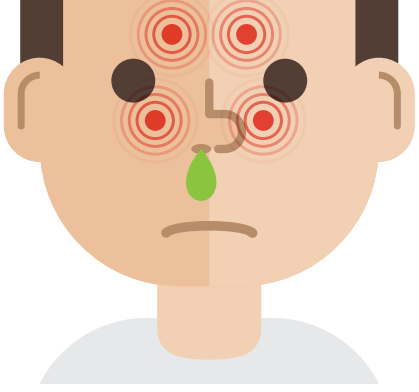
#### Referencias

Spinks A, Glasziou PP, Del Mar CB. Antibiotics for sore throat. Cochrane Database Syst Rev. 2013.

Venekamp RP, Sanders SL, Glasziou PP, Del Mar CB, Rovers MM. Antibiotics for acute otitis media in children. Cochrane Database Syst Rev. 2015.

Bisno AL, Kaplan EL. Appropriate use of antibiotics: pharyngitis. Annals of Internal Medicine. 2002;136(6):489-90.

**\*CUÁNDO PUEDEN SER NECESARIOS LOS ANTIBIÓTICOS:** Pacientes con faringitis estreptocócica confirmada, inmunodeprimidos, pacientes con enfermedad pulmonar o cardíaca u otras patologías que puedan complicar el pronóstico.



# SINUSITIS AGUDA

## Te contamos...

### HECHOS



- En la mayoría de los casos, la sinusitis está causada por virus.
- Los antibióticos no son efectivos frente a los virus.
- La secreción verde o amarillenta se produce por un proceso inflamatorio que puede aparecer tanto en presencia de infecciones bacterianas como víricas.

### LOS ANTIBIÓTICOS NO SON NECESARIOS EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS\*

SIN ANTIBIÓTICOS

VS

ANTIBIÓTICOS



9 de cada 10 personas se sienten mejor al cabo de 1-2 semanas, tanto si **TOMAN COMO SI NO TOMAN** antibióticos.

### COSAS QUE PUEDES HACER



Aplicar sprays o lavados nasales



Lavarte las manos



Tomar analgésicos en caso de fiebre o dolor



Beber agua



Descansar



Preguntar por alternativas

### ANTIBIÓTICOS PUEDEN PRODUCIR



Náuseas



Vómitos



Dolor de cabeza



Diarrea

**3 DE CADA 10** personas que toman antibióticos sufren efectos adversos

### CUÁNDO CONSULTAR CON SU MÉDICO

- Los síntomas (dolor facial, congestión nasal o secreciones) no mejoran o se prolongan más de 7 días.
- Nuevos síntomas o empeoramiento
- Aparición de fiebre o persistencia de la misma

### RESISTENCIA A ANTIBIÓTICOS

El uso frecuente de antibióticos disminuye la probabilidad de que funcionen cuando más los necesites.

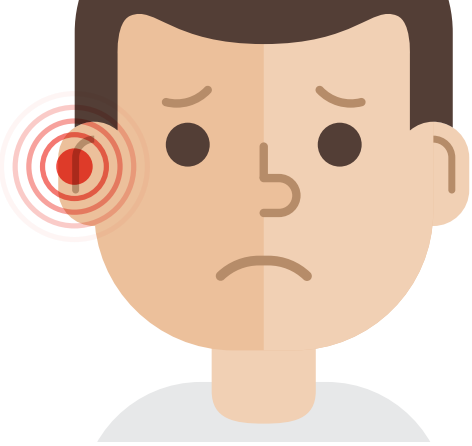


#### Referencias

Ahovuo-Saloranta A, Rautakorpi UM, Borisenko OV, Liira H, Williams Jr JW, Makela M. Antibiotics for acute maxillary sinusitis in adults. Cochrane Database Syst Rev. 2014;(2):CD000243.  
Desrosiers M, Evans GA, Keith PK, Wright ED, Kaplan A, Bouchard J et al. Canadian clinical practice guidelines for acute and chronic rhinosinusitis. Allergy Asthma Clin Immunol. 2011;7(1):2. Available from: <https://aacijournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/1710-1492-7-2>

#### \*CUÁNDO PUEDEN SER NECESARIOS LOS

**ANTIBIÓTICOS:** Pacientes con síntomas sistémicos, con implicación orbital o intracraneal, inmunosupresión, enfermedad pulmonar o cardíaca u otras complicaciones.



# INFECCIÓN DE OÍDO

## Te contamos...

### HECHOS



- La mayoría de las infecciones de oído (Otitis media) mejoran sin necesidad de antibióticos en adultos y niños vacunados sin otras enfermedades.

### LOS ANTIBIÓTICOS NO SON NECESARIOS EN LA MAYORÍA DE LOS CASOS\*

#### SIN ANTIBIÓTICOS

# VS

#### ANTIBIÓTICOS



8 de cada 10 niños que **NO TOMAN** antibióticos mejoran en 2-3 días



9 de cada 10 niños que **TOMAN** antibióticos mejoran en 2-3 días

### COSAS QUE PUEDES HACER



Lavarte las manos



Analgésicos para fiebre o dolor



Beber agua



Descansar



Preguntar alternativas

### ANTIBIÓTICOS PUEDEN PRODUCIR



Náuseas



Vómitos



Dolor de cabeza



Diarrea

**3 DE CADA 10**

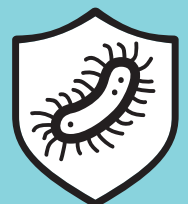
personas que toman antibióticos sufren efectos adversos

### CUÁNDO CONSULTAR CON SU MÉDICO

- Dolor de oídos o fiebre que no mejora o dura más de 2 días
- Fiebre Alta ( $\geq 39^{\circ}\text{C}$ )
- Secreción por el oído
- Nuevos síntomas o empeoramiento

### RESISTENCIA A ANTIBIÓTICOS

El uso frecuente de antibióticos disminuye la probabilidad de que funcionen cuando más los necesites.



#### Referencias

Venekamp RP, Sanders SL, Glasziou PP, Del Mar CB, Rovers MM. Antibiotics for acute otitis media in children. Cochrane Database Syst Rev. 2015;(6):CD000219.

Rovers M, Glasziou P, Appelman C, Burke P, McCormick D, Damoiseaux R et al. Antibiotics for acute otitis media: a meta-analysis with individual patient data. Lancet. 2006;368(9545):1429-35.

#### \*CUANDO PUEDEN SER NECESARIOS LOS ANTIBIÓTICOS:

Niños menores de 6 meses, niños sin vacunar, pacientes con fiebre alta ( $\geq 39^{\circ}\text{C}$ ), síntomas graves que duran más de 48 horas, perforación de la membrana timpánica con secreción purulenta, anomalías cráneo faciales, inmunodepresión u otras complicaciones.

# ¿Crees que necesitas tomar antibióticos? Te contamos...

¿Te preocupa la bronquitis, el dolor de garganta, la sinusitis o la infección de oído? Tomar antibióticos para estas situaciones generalmente no ayuda a que te cures antes y puede causarte daños. Deberías saber lo que puedes esperar cuando tomas o no tomas antibióticos.

## 5 PREGUNTAS PARA HABLAR CON TU MÉDICO U OTRO PROFESIONAL SANITARIO

### PREGUNTA 1

¿Qué es lo que más te preocupa?

**Identifica el síntoma** que más te preocupa o te molesta. Tu médico o profesional sanitario puede ayudarte a identificar si es más probable que tengas una infección causada por un virus o una bacteria.

### PREGUNTA 2

¿Qué esperas de la consulta de hoy?

Cuéntale a tu médico o profesional sanitario si hay algo que esperas de la consulta de hoy o que te daría seguridad.

### PREGUNTA 3

¿Cuáles son tus opciones de tratamiento?

Asegúrate de hablar sobre que ocurre si esperas y vigilas. Los antibióticos con frecuencia no son necesarios. Pregunta cuándo podrían serlo. Consulta qué cosas puedes hacer en casa que te ayuden a sentirte mejor.

### PREGUNTA 4

¿Cuáles son los beneficios y los posibles daños del antibiótico?

#### ¡Conoce la evidencia!

Usa las infografías hechas por PHO y traducidas por SEFAP para revisar la evidencia:

[Bronquitis](#)

[Dolor de garganta](#)

[Sinusitis](#)

[Infección de oído](#)

### PREGUNTA 5

¿Qué piensas sobre las opciones?

Valora los daños y los beneficios del antibiótico y decide **qué es más importante para ti**.

Pregunta hasta que estés convencido del plan de actuación.