

El farmacéutico ante las consultas pediátricas (I)

Problemas gastrointestinales y dolores musculoesqueléticos

LA OFICINA DE FARMACIA RECIBE DIARIAMENTE UNA SERIE DE CONSULTAS relacionadas con dolencias o enfermedades de carácter leve que afectan a pacientes pediátricos. Padres y madres acuden a la farmacia en busca de soluciones rápidas y escasamente complejas para problemas sanitarios leves que afectan a sus hijos, o al menos para tener una primera opinión profesional antes de visitar al médico. El farmacéutico no sólo tiene la obligación de atender correctamente los problemas pediátricos que se le presentan en la farmacia y dispensar la medicación adecuada si el caso lo requiere, sino que debería protocolizar su actuación para dotarla de mayor eficacia. De esa manera, las recomendaciones generales, la posible derivación a un facultativo y hasta la propia dispensación farmacológica adquieren una carga de profesionalidad que refuerzan su papel como agente sanitario de proximidad con capacidad de decisión para filtrar cualquier tipo de consulta. No olvidemos que una correcta actuación del farmacéutico ante dolencias leves supone, en la práctica, una disminución de la carga de trabajo de los servicios de atención primaria y un evidente ahorro del gasto público en medicamentos.

TABLA 1. Consejos desde la farmacia en caso de torceduras y esguinces

- ✓ Reducir o incluso suprimir la actividad de la articulación lesionada
- ✓ Aplicar frío 6-8 veces al día y durante un máximo de 15 min al menos durante las primeras 48 h desde la lesión, ya que ayuda a disminuir la inflamación y el dolor
- ✓ En caso de torcedura, aplicar calor a partir del tercer día para aliviar el dolor
- ✓ Se puede optar por aplicar un vendaje compresivo, siempre que éste sea realizado por un profesional
- ✓ A veces es conveniente, dependiendo de la parte afectada, elevar la extremidad para que de esa manera se reduzca la inflamación

El objetivo de este artículo (publicado en dos entregas) es familiarizar al farmacéutico comunitario con los protocolos de actuación y las recomendaciones básicas en cuatro supuestos de dolencias leves pediátricas que suelen ser objeto de consulta en la farmacia. En esta primera parte hablaremos de los problemas gastrointestinales y de los dolores musculoesqueléticos.

Problemas gastrointestinales

Es muy común la aparición de trastornos gastrointestinales en el lactante, sobre todo en forma de mala digestión de la leche tomada, diarrea, estreñimiento y vómitos. Estos trastornos suelen aparecer en la segunda semana de vida del recién nacido y persisten hasta el tercer o cuarto mes. El llanto es el modo que tiene el bebé de expresar el malestar debido a este tipo de trastornos. También se sabe que, en muchas ocasiones, las crisis de llanto desesperado de los bebés están originadas por cólicos. Normalmente, tras la expulsión de aire o la evacuación de heces, el cólico desaparece.

Hay varias maneras de prevenir los trastornos gastrointestinales en el bebé:

- Priorizar la lactancia materna en detrimento de las leches de formulación artificial, tránsito intestinal más lento.
- Utilizar el masaje infantil como técnica que puede prevenir y disminuir el cólico del lactante.
- Favorecer la verticalidad del bebé antes y después de la ingesta de alimento para impedir la entrada de aire directamente del estómago al intestino.
- Crea un ambiente relajado en la relación entre el bebé y sus progenitores para evitar situaciones de tensión que favorezcan el llanto del primero.

Los dos trastornos gastrointestinales más comunes en el bebé son la diarrea y el estreñimiento. La primera se define como un aumento en el número de deposiciones y/o una disminución en su consistencia. El tratamiento de la diarrea aguda irá encaminado a la reposición de las pérdidas y a la reintroducción de la alimentación habitual lo más rápidamente posible. En este sen-



Ejemplo de masaje en el vientre del bebé en la modalidad de oleadas (el material completo sobre los masajes gastrointestinales a bebés está disponible en el sitio web del Club de la Farmacia).

tido, la rehidratación oral es la terapia más segura, efectiva y barata para el tratamiento de las alteraciones hidroelectrolíticas en la diarrea aguda.

Por su parte, el estreñimiento es el retraso o dificultad para la defecación durante dos semanas o más, con deposiciones duras o incompletas y con esfuerzo o dolor al defecar. El objetivo de la terapia antiestreñimiento es conseguir que el paciente haga deposiciones blandas, sin dolor ni miedo; de este modo se logra romper el círculo vicioso de la retención fecal. En el caso de pacientes lactantes en los que la impactación fecal no es grande, suele ser suficiente con aumentar los aportes de agua o zumos naturales en los biberones. Pero si la impactación fecal es considerable, los polvos de pepsina amilácea y sales de magnesio añadidos a uno o más biberones son una buena ayuda farmacológica. Este laxante osmótico también actúa en el lactante como profiláctico de gastroenteritis, vómitos e indigestiones.

En la figura 1 se muestra un algoritmo para la resolución en la farmacia de una consulta sobre estreñimiento pediátrico.

Dolores musculoesqueléticos

El dolor de espalda no suele ser habitual en la población infantil (en niños pequeños, este tipo de problema suele

FIGURA 1. Resolución de una consulta sobre estreñimiento infantil (criterios de derivación)

¿El paciente es un niño menor de 6 años que no responde a medidas higienicodietéticas?

No

Sí

Derivación al médico

¿Presenta síntomas como dolor y/o distensión abdominal, vómitos, sangre en heces, pérdida de peso o mal estado general?

No

Sí

Derivación al médico

¿Se alternan los períodos de estreñimiento y diarrea?

No

Sí

Derivación al médico

¿Está tomando algún medicamento que puede causar estreñimiento?

No

Sí

Derivación al médico

¿El estreñimiento ha aparecido súbitamente sin que haya mediado algún cambio reciente en la medicación, en sus hábitos alimenticios, emocional, físico, etc.?

No

Sí

Derivación al médico

¿Se le ha administrado algún tratamiento para aliviar el estreñimiento y éste no ha mejorado en una semana?

No

Sí

Derivación al médico

Tratamiento desde la farmacia y seguimiento

estar relacionado con enfermedades serias, por lo que es aconsejable derivar el paciente al médico especialista), pero en los últimos años se ha visto que tomaba cierto auge entre los adolescentes. El dolor de espalda suele tener una etiología mecánica o no mecánica (de origen inflamatorio). En el primer caso, el dolor suele estar relacionado con la actividad física, por lo que basta incidir en una higiene postural correcta en la cama y en la posición de sentados y, sobre todo, evitar que el niño cargue con mochilas de cierto peso; en el segundo, deben descartarse causas potencialmente graves de dolor, especialmente si se asocian signos o síntomas de alarma. Un problema que sí es habitual en la edad pediátrica son las torceduras y esguinces, sobre todo las debidas a los juegos físicos y a que los niños se inician cada vez a una edad más temprana en la práctica deportiva. Lo normal es seguir como tratamiento el método RICE (siglas de las palabras inglesas que significan «reposo», «hielo», «compresión» y «ele-

vación») y administrar analgésicos y antiinflamatorios no esteroides (AINE) tópicos. Aunque muchos AINE se administran por vía oral, las formulaciones tópicas tienen la ventaja de causar menos problemas gastrointestinales. La aplicación de geles, *sprays* y cremas tópicas con un principio activo antiinflamatorio (un buen ejemplo es el piketoprofeno) es hoy día el tratamiento de elección del dolor musculoesquelético de carácter leve-moderado, así como en las lesiones traumáticas poco importantes originadas por la práctica deportiva. Sin olvidar que el masaje con un AINE tópico en forma de gel/crema sobre la zona afectada incrementa los efectos beneficiosos del tratamiento farmacológicos del dolor osteomuscular.

En la tabla 1 se muestran algunos consejos básicos ante una consulta sobre lesiones y torceduras realizada en una farmacia. Si se quiere tener un conocimiento más profundo de este tipo de lesiones, consultar el sitio web www.nohaydolor.com ■