

¿Qué es la información basada en la evidencia?

Igual que los detectives buscan pruebas para resolver un crimen, los profesionales de la salud buscan la evidencia en la que basar su práctica. El detective debe tener evidencia en la que basar su caso. De forma similar, el profesional de cuidados de salud debe tener evidencia que sustente los tratamientos que propone. Buscan información que les ayude a suministrar los cuidados más efectivos o beneficiosos a sus pacientes. Debido a la abundancia de información de la que disponen, el proceso de descubrir qué información es la mejor puede ser difícil y largo. Llevaría muchísimo tiempo a su médico cribar la gran cantidad de investigación e información disponible sobre un tema en particular. Aquí es donde el Instituto Joanna Briggs entra en juego. Llevamos a cabo el trabajo de "detective", proporcionando a los médicos (y a usted) la mejor evidencia disponible.

Fiabilidad de la evidencia

Se han evaluado la fiabilidad y la calidad de la evidencia sobre el tema de cada publicación para los consumidores del Instituto Joanna Briggs. Nosotros no puntuamos un procedimiento o tratamiento, sino la evidencia (o investigación) en la que se basa.

La evidencia puede jugar un papel crítico en cualquier investigación y es importante para los detectives reconocer la evidencia que proporcionará información "fiable" que ayude a la investigación. Esto mismo ocurre cuando se evalúa información de salud, ya que algunos tipos de evidencia son más fiables que otros.

En cuanto a la información basada en la evidencia para los consumidores del Instituto Joanna Briggs, puede estar seguro de que se utiliza la mejor evidencia disponible.

"Los procedimientos descritos en este folleto sólo deben ser utilizados por personas que tengan la experiencia adecuada en el campo al que se refiere el procedimiento. La aplicabilidad de cualquier información debe ser establecida antes de apoyarse en ella. Este folleto ha sido cuidadosamente elaborado y resume la investigación disponible y el consenso de expertos, no obstante, el Instituto Joanna Briggs no se hace responsable de cualquier pérdida, daño, coste o responsabilidad sufrida o incurrida como resultado de la utilización de estos procedimientos (tanto si surge por contrato, negligencia o cualquier otra causa)".

¿Qué significa esto para los consumidores?

Como consumidores de cuidados de salud es importante saber que su tratamiento se basa en la mejor evidencia disponible. También es importante que usted disponga de toda la información con el fin de tener una mayor independencia con respecto a sus propias decisiones de cuidados de salud y para implicarse en el proceso de toma de decisiones.

Más información

El Programa de Información a los Consumidores del Instituto Joanna Briggs le proporciona revisiones de la literatura actualizadas para garantizarle que la información de que dispone está basada en la mejor evidencia disponible. El Instituto también elabora revisiones sistemáticas y Best Practice Information Sheets dirigidos a profesionales de la práctica clínica y de la salud. Esto significa que usted dispone del mismo alto estándar de publicaciones basadas en la misma información que las de los profesionales.

Contacto

El Instituto Joanna Briggs tiene centros colaboradores en Australia, España y por todo el mundo. Si desea más información sobre el Centro Colaborador Español del Instituto Joanna Briggs, no dude en visitar nuestra página web:

www.isciii.es/investen



Versión original traducida al castellano por: Lucía García Grande
Bajo la coordinación del Centro Colaborador Español del Instituto Joanna Briggs para los Cuidados de Salud Basados en la Evidencia



Información para la población

Evidence Based Information Sheets for Consumers



Sobre la fiebre

¿Qué es la fiebre?

La fiebre es una respuesta normal que muestra que el cuerpo está luchando contra una infección. Una de las formas en que el cuerpo lucha contra la infección es elevar su temperatura por encima de los 37.6°C (99.7°F). La fiebre es común en los niños y la mayoría de ellos tienen una media de cuatro a seis fiebres en los dos primeros años de vida. Estas fiebres normalmente no son peligrosas.

¿Qué causa la fiebre?

La principal causa de las altas temperaturas son las infecciones víricas. En muy pocos casos (menos del 10%) la fiebre indica una enfermedad más seria.

¿Es peligrosa la fiebre? ¿Y las convulsiones febriles?

Por lo general una temperatura alta sin ningún otro síntoma, no es peligrosa. Su mayor preocupación debe ser cómo hacer que su hijo se sienta más cómodo.

Algunos padres se preocupan sobre las convulsiones febriles pero sólo un pequeño porcentaje de niños entre tres meses y cinco años de edad tendrán una convulsión febril. Aunque pueden durar hasta 15 minutos y asustar a un padre, normalmente hay pocos efectos secundarios.

Algunos niños tienen más probabilidades de tener convulsiones febriles que otros. Por ejemplo, un niño que ha tenido una convulsión febril tiene más probabilidades de sufrir otro episodio.

El mejor tratamiento para la fiebre es dar al niño líquidos de forma regular y mantenerle fresco. No existe investigación hasta la fecha que sugiera que dar al niño paracetamol evitará una convulsión febril.

Referencias

Este Consumer Information Sheet está basado en una revisión sistemática y en un Best Practice Information Sheet realizados por el Instituto Joanna Briggs bajo la orientación de un panel revisor de expertos clínicos.

Watts, R., Robertson, J and Thomas, G. 2001 The Nursing Management of Fever in Children. A Systematic Review No. 14, The Joanna Briggs Institute Adelaide.

Consejo de los profesionales de la salud

Si tiene alguna preocupación sobre el estado de su hijo debería buscar el consejo de un profesional de la salud.

Los consejos de los profesionales de la salud se recomiendan en casos como:

- el niño se vuelve muy irritable
- el estado del niño parece empeorar rápidamente
- otros síntomas y signos, como un sarpullido, que podría indicar una enfermedad más grave.

Consejo por Internet

Debe tener cuidado con la información que encuentra en Internet. Esta información no siempre es fiable y puede sugerir tratamientos obsoletos y en algunos casos peligrosos. Si busca información por Internet, debería tener en cuenta las siguientes cuestiones:

¿Quién creó la página web?

Debería ser una organización conocida y reputada como una agencia gubernamental o educacional. Tenga cuidado con las páginas creadas por agencias comerciales que pueden intentar vender su producto.

¿La información es actualizada?

Compruebe que hay una fecha en la página que indica cuándo se publicó la información y si ha sido actualizada o revisada en algún momento. Si la página web es creíble, la información más actualizada será la más fiable.

¿La información está escrita para usted?

Algunas páginas web están creadas para consumidores y por lo tanto escritas en lenguaje sencillo. Estas páginas serán las más útiles para usted.

La evidencia sugiere...

¿Qué puede hacer usted por un niño con fiebre?

Lo más importante que puede hacer es intentar que se sienta cómodo y ayudar al cuerpo de su hijo a luchar contra la infección.

- Anime al niño a beber líquidos.
- Retire la ropa o mantas excesivas.

• Si a su hijo le gusta el baño, pásele una esponja tibia por el cuerpo o dele un baño tibio. Aunque esto no reduzca la temperatura, no le hará ningún daño, y hará que el niño se sienta más cómodo.

• Si el niño está molesto o muestra signos de incomodidad, como escalofríos, deje de bañarle o de pasarle la esponja.

Su malestar puede elevar su temperatura.

¿Medicamentos?

Los medicamentos como el paracetamol reducen la fiebre pero deberían utilizarse con precaución.

• Una única dosis de paracetamol puede reducir la temperatura y hacer que el niño se sienta más cómodo.

• No es aconsejable dar paracetamol de forma regular en casos de fiebre ligera o moderada.

• Debería tomarse especial precaución si se da paracetamol a los niños que sufren vómitos, que no están ingiriendo líquidos, que no han comido en largo tiempo o que están orinando menos de lo normal (pueden estar deshidratados).

• No debe administrarse más de 60mg/kg al día.

Si decide tratar a su hijo con paracetamol siga las instrucciones cuidadosamente y compruebe la fecha de caducidad.

Compruebe que está usando paracetamol para niños y que el niño no esté tomando otros medicamentos que contengan paracetamol. Un cuentagotas es más preciso que una cuchara para medir la dosis del niño.

Si tiene cualquier duda sobre la dosis correcta, consulte con su farmacéutico.