

## **1 NÃO UTILIZE ANTIBIÓTICO PARA IVAS OU SINUSITE LEVE A MODERADA COM MENOS DE 7 DIAS DE DURAÇÃO, SEM PIORA**

A maioria das infecções de via aérea superior (IVAS) são de etiologia viral e o uso de antibióticos é inefetivo, inapropriado e potencialmente danoso. Porém, infecções confirmadas por Streptococcus do Grupo A (faringite estreptocócica) e coqueluche devem ser tratadas com antibiótico. O tratamento sintomático das IVAS deveria ser dirigido para maximizar o alívio dos principais sintomas. É importante que a equipe de saúde discuta com seus pacientes e forneçam informações sobre as consequências do uso inadequado de antibióticos em infecções virais, que pode levar ao aumento de custos, à resistência antimicrobiana e a efeitos adversos da medicação.

## **2 REFLITA MUITO ANTES DE SOLICITAR RAIOS-X DE SEIOS DA FACE NA SUSPEITA DE SINUSITE**

Imagens dos seios paranasais, incluindo RX simples, tomografia computadorizada (TC) e ressonância magnética (RM), são desnecessárias em pacientes que preenchem os critérios diagnósticos clínicos para rinosinusite aguda não-complicada. Rinosinusite é definida como corrimento nasal purulento (anterior, posterior ou ambos) com mais de 4 semanas acompanhado por obstrução nasal, dor ou pressão facial ou ambos. O exame de imagem é dispendioso e expõe o paciente à radiação. Ele pode ser apropriado em pacientes com uma complicação de rinosinusite aguda, pacientes com comorbidades que os predisponham a complicações e em pacientes em quem uma alternativa diagnóstica é suspeitada.

## **3 NÃO TRATE BACTERIÚRIA ASSINTOMÁTICA, EXCETO EM GESTANTES**

O tratamento da bacteriúria assintomática é danoso e aumenta a exposição aos antibióticos, o que é um fator de risco para infecções posteriores por um organismo resistente. Isso também resulta no uso indiscriminado de antibióticos na comunidade e pode levar ao uso desnecessário de exames de imagem.

## **4 REFLITA MUITO ANTES DE SOLICITAR EXAME DE IMAGEM PARA INVESTIGAR DOR LOMBAR COM MENOS DE 6 SEMANAS DE DURAÇÃO, NA AUSÊNCIA DE SINAIS DE ALERTA**

Dor lombar sem trauma é uma queixa comum, e costuma ter resolução espontânea, pois sua causa na maioria das vezes é apenas uma contratura muscular ou um disco saliente que pode não ser identificado em exames radiológicos. Sinais de alerta incluem, mas não se limitam a: história de trauma, perda de peso não intencional, imunossupressão, história de câncer, uso de drogas injetáveis, uso de esteroides, fratura, infecção, deformidade, osteoporose ou osteopenia, parestesias progressivas ou fraqueza envolvendo a pelve e extremidades inferiores, retenção urinária, anestesia em sela, idade > 50 anos, déficit neurológico focal e progressão dos sintomas.

## **5 REFLITA MUITO ANTES DE SOLICITAR HEMOGRAMA DE ROTINA EM CONSULTAS DE PUERICULTURA**

Não existem estudos com delineamento adequado para avaliar a eficácia ou a efetividade do rastreamento de anemia em crianças assintomáticas. Deve-se levar em conta a prevalência de anemia em cada grupo populacional para decidir quais são os de maior risco e aqueles que mais provavelmente se beneficiariam de rastreamento. Não há necessidade de diagnóstico laboratorial de rotina para todas as crianças, desde que ocorra a suplementação de ferro para a prevenção. Recomenda-se o rastreamento sistemático para anemia apenas para crianças de risco: crianças que não receberam suplementação de ferro (realizar hemograma entre 9 a 12 meses de vida), prematuros saudáveis e PIGs (hemograma aos 15 meses) e prematuros com história de hemorragia perinatal, gestação múltipla, ferropenia materna grave durante a gestação, hemorragias uteroplacentárias e hemorragias neonatais (hemograma aos 6 meses).

### **\* Metodologia:**

A primeira lista de recomendações do Choosing Wisely Salute/Hygeia foi construída a partir de uma enquete envolvendo os profissionais médicos da Salute, que escolheram entre 12 recomendações selecionadas de uma lista original de 30 recomendações as 5 iniciais para serem trabalhadas na Salute. Dos 118 médicos que receberam convite para votar, 40 (34%) participaram da escolha.