

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

Gripes e resfriados são causados por vírus, que não morrem com antibióticos. O tratamento médico deve ser dirigido somente para o alívio dos sintomas.

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

Raios X, tomografia e ressonância não são necessários para diagnóstico de sinusite. O diagnóstico é baseado nos sintomas, sem necessidade de expor o paciente à radiação desses exames.

3 NÃO TRATE BACTERIÚRIA ASSINTOMÁTICA, EXCETO EM GESTANTES

Quando uma pessoa sem sintomas faz exame de urina e são encontradas bactérias, esta pessoa não deve usar antibióticos, desde que não esteja grávida.

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

Raios X e outros exames de imagem não são necessários na maioria dos casos de dor nas costas com menos de 6 semanas de duração, pois não mudam o tratamento, nem ajudam a melhorar a dor ou prevenir sequelas.

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

Não há necessidade de se fazer exame de sangue para avaliar anemia em crianças com menos de 3 anos de idade em consultas de rotina com o pediatra, a menos que a criança não tenha recebido gotinhas de ferro no primeiro ano de vida ou tenha nascido prematura.

***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.