

# USO RACIONAL DE ANTIBIÓTICOS

## ¿Qué es un antibiótico?

Los antibióticos son medicamentos que se usan para tratar infecciones producidas por **bacterias**. Los antibióticos matan, o impiden que crezcan o se reproduzcan, las bacterias.

## ¿Cuándo puede ayudar un antibiótico?

Los antibióticos son muy eficaces si se utilizan bien, pero su mal uso puede provocar riesgos.

No todas las infecciones necesitan la utilización de un antibiótico. Sólo son eficaces en las infecciones producidas por bacterias. **NO están indicados en las infecciones víricas** (ej. gripe), responsables de la mayoría de enfermedades respiratorias estacionales.

La fiebre es una respuesta del cuerpo a la infección y no es, por si misma, una indicación para iniciar un tratamiento con antibióticos. Tampoco son eficaces para el "dolor de garganta" o la cefalea de forma general.

**Los antibióticos sólo son eficaces en las infecciones producidas por bacterias. Los virus NO son bacterias.**

Aunque un antibiótico haya sido eficaz en una ocasión, puede no serlo en otra, por lo tanto, **siempre las indicaciones de su médico y no se automedique**. Nunca debe tomar antibióticos, ni dárselos a los niños, si no han sido prescritos por un médico.

Antes de prescribir un antibiótico el médico valorará:

- ✓ Si usted tiene una infección bacteriana o no y qué bacterias pueden causarla.
- ✓ Si es o no necesario el uso de antibióticos para tratarla y cuál es el más adecuado.
- ✓ Sus características personales: edad, enfermedades, otros tratamientos.
- ✓ Vía de administración, posología y duración del tratamiento más convenientes para su caso.
- ✓ Su médico puede recetarle un antibiótico para que lo tome sólo en caso de empeoramiento a los 2 o 3 días de haberse iniciado un proceso infeccioso.

Los antibióticos deben tomarse siempre en dosis adecuada, a las horas y días indicados y en las condiciones prescritas. No se deben usar restos de tratamientos anteriores.

**No use antibióticos sin que se lo indique su médico.**

## Uso inadecuado de antibióticos

Cuando no usamos bien los antibióticos, las bacterias desarrollan "mecanismos de defensa" y aprenden a sobrevivir y reproducirse en presencia del antibiótico que anteriormente las destruía, hasta que este antibiótico termina siendo ineficaz. Este fenómeno se conoce como **resistencia a antibióticos** y **puede transmitirse de unas bacterias a otras**.

Los **niños** tienen más riesgo de **exposición innecesaria** a los antibióticos; en los primeros años de vida se producen muchas infecciones respiratorias, generalmente víricas, que no deben tratarse con antibióticos.

Las bacterias que causan enfermedades frecuentes, como la neumonía o las infecciones urinarias, se están haciendo resistentes a antibióticos comunes (penicilinas). España es uno de los países de Europa con más **resistencias a antibióticos**, debido en gran parte a su uso excesivo.

Los factores que favorecen la aparición de resistencias:

- Automedicación.
- Tomar un antibiótico cuando no es necesario (infecciones por virus).
- No tomar el antibiótico adecuado.
- No respetar los horarios de administración o no tomar la dosis correcta.
- Abandonar el tratamiento antes del tiempo prescrito por el médico, al sentir que los síntomas mejoran.



**El uso incorrecto de antibióticos puede producir resistencias bacterianas.**



## Otros riesgos del uso de antibióticos

Los antibióticos, como todos los medicamentos pueden producir efectos indeseados:

- **Diarreas.** Al combatir la infección y matar las bacterias "malas", los antibióticos matan también las bacterias "buenas" que existen en el organismo (ej. las intestinales, que ayudan en la digestión).
- **Alergias.** Habitualmente puede verse afectada sólo la piel, pero en algunas ocasiones pueden complicarse. Puede aparecer enrojecimiento, picor, sarpullido o, incluso, otras manifestaciones más graves.
- **Fotosensibilidad.** Es necesario evitar la exposición al sol y a otras fuentes de radiación ultravioleta (UV) durante el tratamiento con algunos antibióticos, o bien protegerse adecuadamente (uso de cremas fotoprotectoras, ropa, gafas, etc.).
- **Infecciones.** En ocasiones pueden producirse infecciones adicionales por otras bacterias o por hongos.
- **Interacciones con otros medicamentos** que usted tome **o con algunos alimentos.**



Informe siempre a su médico de los medicamentos que esté tomando y recuerde comentarle si en otra ocasión algún medicamento le ha producido una alergia.

**El uso de antibióticos puede producir efectos adversos, alergias e interacciones.**

### ¿Qué más hay que saber?

Los antibióticos son medicamentos que requieren **siempre receta médica** para su dispensación. Las oficinas de farmacia no se los dispensarán si no la presenta.

Es importante conocer cuál es la **duración media de los síntomas** de las infecciones respiratorias para adecuar nuestras expectativas sobre la enfermedad.

Para evitar la transmisión de los virus respiratorios se recomienda el lavado de las manos con agua y jabón por parte de los profesionales sanitarios y pacientes.

Infección respiratoria	Duración media
Otitis media aguda	4 días
Faringitis aguda	1 semana
Rinosinusitis viral aguda	1 semana y media
Rinosinusitis bacteriana aguda	2 semanas y media
Bronquitis aguda	3 semanas

Los envases vacíos, restos de medicamentos sobrantes y los medicamentos caducados, deben depositarse en el **Punto SIGRE de la Farmacia**. Así se garantiza que los residuos reciban el tratamiento adecuado, evitando que puedan dañar nuestra salud y nuestro entorno.

Anualmente, el 18 de Noviembre, se celebra el **Día Europeo para el Uso Prudente de los Antibióticos** para sensibilizar sobre el riesgo que la resistencia a los antibióticos supone para la salud pública y fomentar su uso prudente.

Los laboratorios fabricantes, siguiendo los criterios de la **Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios** (AEMPS), han adaptado los **envases de los antibióticos** para facilitar que las unidades dispensadas al paciente sean las adecuadas para el tratamiento de su enfermedad, lo que ayuda a que se completen los tratamientos y no sobre medicación.

**No se pueden dispensar antibióticos sin receta.**

### Recuerde

- Los antibióticos son medicamentos muy útiles, aunque es importante usarlos bien.
- La mayoría de las infecciones son causadas por virus y **NO NECESITAN** el uso de antibiótico.
- No tome antibióticos sin que se los haya prescrito su médico.
- No abandone el tratamiento prescrito por su médico aunque sienta mejoría.
- No almacene antibióticos, no los recomiende ni ofrezca a otras personas, ni los utilice en otros procesos.
- Practique hábitos de buena higiene.

El uso correcto de los antibióticos es el procedimiento más eficaz para evitar las resistencias y poder combatir las infecciones en el futuro.

**NO TOME LOS ANTIBIÓTICOS POR SU CUENTA, pueden dejar de tener efecto**