

ANTIBIÓTICOS – ¿QUÉ SON LAS RESISTENCIAS?



Foto: © Reicher - Fotolia.com

ESTIMADA/O LECTOR:

Seguramente, usted o su hijo ya han tomado alguna vez un antibiótico. Los antibióticos son medicamentos eficaces para tratar las infecciones producidas por bacterias y cuentan entre los medicamentos recetados con más frecuencia.

Al tomar antibióticos pueden aparecer las denominadas resistencias a los antibióticos. Esto significa que esos medicamentos ya no hacen efecto contra las bacterias. En esta hoja de información usted se enterará de cómo se originan las resistencias, porqué son peligrosas y qué puede hacer usted mismo para evitarlas.

▶ ¿QUÉ ES UNA RESISTENCIA?

Los antibióticos combaten las bacterias destruyéndolas o impidiendo su crecimiento. (En la hoja de Información para el paciente „Tratamiento con antibióticos“ encontrará informaciones generales sobre el tema Antibióticos, véase al dorso).

Pero las bacterias saben adaptarse muy bien y sobreviven con facilidad. Se multiplican muy rápidamente y en gran cantidad pudiendo aparecer así transformaciones espontáneas en la herencia genética de las bacterias. Algunas de esas transformaciones hacen que las bacterias se vuelvan insensibles a determinados antibióticos. Además, a veces algunas bacterias intercambian pequeñas partes de su herencia genética. También estas partes de su herencia genética pueden hacer que los agentes patógenos sean resistentes a los antibióticos.

Esas transformaciones pueden llevar, por ejemplo, a que las bacterias rechacen un medicamento antes de que les produzca algún daño. O incluso logran que un antibiótico sea ineficaz mediante determinados mecanismos de defensa. A veces, las bacterias hacen cambios en la parte de ellas en la que el antibiótico tendría que hacer el efecto.

▶ ¿PORQUÉ SE ORIGINAN RESISTENCIAS?

Las resistencias a los antibióticos se originan, sobre todo, porque los antibióticos no se emplean correctamente. Éste es el caso, por ejemplo, porque:

- se toman antibióticos con demasiada frecuencia.
- muchas veces se toman antibióticos de forma incorrecta, por ejemplo en dosis muy bajas.
- los antibióticos empleados para el ganado llegan al cuerpo humano mediante el consumo de carne.

▶ ¿CUÁLES SON LAS CONSECUENCIAS?

Cuánto más frecuentemente se receten y se tomen antibióticos, más alto será el riesgo de que se desarrollen y proliferen bacterias resistentes. Especialmente en niños pequeños, personas mayores y/o permanentemente enfermas esto puede tener consecuencias serias:

- Las infecciones duran más tiempo.
- Las infecciones son difíciles de tratar. Por ejemplo, infecciones que antes se podían tratar bien pueden ser ahora un peligro de vida.
- Para algunas infecciones no hay suficientes antibióticos eficaces.
- Las personas infectadas necesitan antibióticos especiales que, a veces, tienen más efectos secundarios.
- Los ingresos hospitalarios se vuelven más largos y frecuentes.
- Muchas veces, se debe separar a los pacientes de las otras personas.

▶ ¿QUÉ PUEDE HACER USTED?

Es importante evitar las infecciones. Puesto que cuantas menos infecciones haya, menos antibióticos serán necesarios y, de esa forma, se podrá reducir la formación de resistencias. Los expertos estiman que hasta 30 de 100 infecciones se pueden evitar mediante medidas higiénicas.

Por ejemplo, usted puede hacer lo siguiente:

- Lávese bien las manos varias veces al día con agua y jabón durante alrededor de 30 segundos.
- Especialmente después de ir al baño o después de cambiar pañales, de tener contacto con un animal o de tocar carne cruda lávese las manos.
- Al sonarse la nariz utilice siempre pañuelos descartables y elimínelos inmediatamente. De ser posible, lávese las manos después para no transmitir el agente patógeno a otras personas.
- No estornude en la mano sino en la manga de su vestido. De esa forma, las manos quedarán limpias. Al estornudar tome distancia de las otras personas.
- Intente mantener las manos lejos de su cara de ser posible.
- Lave muy bien la fruta y la verdura que se va a comer cruda. Al preparar los alimentos, ponga mucho cuidado en lavar la tabla de cortar y el cuchillo con detergente y agua, especialmente si ha trabajado con carne cruda.
- Los agentes patógenos que se encuentran en el aire pueden aumentar en ambientes cerrados. Por esta razón, es necesario ventilar varias veces por día durante algunos minutos.
- Asegúrese de que usted y su familia reciban las vacunas recomendadas y recuerde también en la renovación necesaria de las vacunas.
- Tome los antibióticos como se los ha recetado el médico. Es importante que los tome regularmente y durante suficiente tiempo y que la dosis sea la correcta.
- No elimine los medicamentos o restos de medicamentos en el inodoro. Esto es una carga para el medio ambiente y puede contribuir a la formación de resistencias. Normalmente, usted puede poner los medicamentos junto con la basura doméstica. Pero es mejor si los envuelve en papel para que nadie saque los medicamentos de la basura. Más favorable sería que pusiera los medicamentos en la basura poco antes de que sea recogida.

▶ MÁS INFORMACIÓN

Enlaces relacionados

Encontrará una selección de informaciones verificadas sobre el tema introduciendo el término de búsqueda „Terapia con antibióticos“ en: www.patienten-information.de

La ficha informativa „Tratamiento con antibióticos“ se encuentra en: www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten

Fuentes

El contenido de esta información se basa en los resultados actuales de la investigación científica y las Recomendaciones de Pacientes para Pacientes. Aquí encontrará todas las fuentes utilizadas:

www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten/antibiotika/quellen

DOI: 10.6101/AZQ/000141

Responsable del contenido:
Agencia Médica de Calidad en la Medicina (ÄZQ)
Instituto conjunto de BAK y KBV
Teléfono: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Por recomendación