Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Día Europeo para el Uso Prudente de los Antibióticos: NO a la automedicación (2014)

Todos los años el *Día Europeo para el Uso Prudente de los Antibióticos* se celebra el 18 de noviembre. En 2014 se centra en la automedicación con antibióticos.

Automedicación con antibióticos

Las bacterias resistentes a los antibióticos son un peligro para toda la población porque pueden provocar infecciones difíciles de tratar.

Si se toman antibióticos de forma repetida e inadecuada, se contribuye a aumentar la resistencia bacteriana a los antibióticos, uno de los problemas de salud más acuciantes en el mundo.

De esta forma, si en algún momento usted, sus hijos u otros miembros de su familia necesitan antibióticos, puede que ya no sean eficaces.

La automedicación con antibióticos es un uso no responsable de los mismos.

La automedicación consiste en tomar antibióticos sin consultar primero con un médico, bien:

- utilizando antibióticos sobrantes de tratamientos previos, o
- adquiriendo antibióticos en la farmacia sin receta médica.

Los antibióticos solo puede recetárselos un médico

Muchas enfermedades invernales (resfriados o catarros, gripe, faringitis o amigdalitis) pueden tener los mismos síntomas, pero tal vez no requieran el mismo tratamiento. Si le han recetado un antibiótico para una enfermedad anterior y se ha recuperado bien, puede ser tentador utilizar el mismo antibiótico cuando se presentan síntomas similares. Sin embargo, solo un médico que le haya atendido puede determinar si una enfermedad invernal requiere tratamiento con antibióticos.

- No intente comprar antibióticos sin receta.
- No guarde antibióticos para usarlos más adelante.
- No tome antibióticos sobrantes de tratamientos previos.
- No comparta los antibióticos sobrantes con otras personas.

No guarde los tratamientos antibióticos sobrantes. Si recibe más dosis de antibióticos de las que le han recetado,

pregunte a su farmacéutico cómo deshacerse de las dosis sobrantes.

Los antibióticos no son analgésicos y no pueden curar todas las enfermedades

Los antibióticos no actúan como analgésicos y no alivian el dolor de cabeza, el malestar o la fiebre.

- Los antibióticos solo son eficaces contra las infecciones bacterianas y no le ayudarán a recuperarse de infecciones causadas por virus, como el resfriado común o la gripe.
- Hasta el 80% de las infecciones invernales que afectan a la nariz, los oídos, la garganta y los pulmones son de origen vírico, por lo que tomar antibióticos no hará que se encuentre mejor.





La toma de antibióticos por motivos equivocados, como combatir los resfriados y la gripe, no hará que se recupere antes y podría tener efectos adversos

La toma de antibióticos para combatir los resfriados y la gripe no le beneficiará: sencillamente, los antibióticos no son eficaces en las infecciones víricas. Además, los antibióticos pueden provocar desagradables reacciones adversas como diarrea, náuseas o erupción cutánea.

Tomar antibióticos para combatir infecciones bacterianas leves, como rinosinusitis, dolor de garganta, bronquitis o dolor de oídos es, a menudo, innecesario ya que en la mayoría de los casos nuestro sistema inmunitario es capaz de vencer tales infecciones.

La mayor parte de los síntomas pueden aliviarse con otros medicamentos. Tomar antibióticos no reducirá la intensidad de sus síntomas ni le ayudará a encontrarse mejor antes.

Si los síntomas persisten o ante cualquier duda, es importante que consulte a su médico. Si realmente tiene una infección importante, como una neumonía bacteriana, el médico le recetará antibióticos.

Espere un tiempo para ver si mejora

Atender a las exigencias de la vida diaria mientras nuestro hijo está enfermo puede ser motivo de preocupación, especialmente si experimenta determinados síntomas por primera vez. Encontrar el momento adecuado para acudir al médico puede ser difícil. Saber cómo actuar ante los síntomas puede ayudarle a afrontar mejor su

enfermedad. Aprenda a cuidar de sí mismo y su familia sin necesidad de tomar antibióticos.

La mayor parte de las enfermedades invernales mejoran al cabo de dos semanas. Si los síntomas persisten o ante cualquier duda, es importante que consulte a su médico.

Recuerde que algunos medicamentos como los antitérmicos-analgésicos le ayudarán a aliviar los síntomas de malestar, dolor y fiebre.

Beber líquidos en abundancia y hacer algo de reposo ayudarán a mejorar cualquier enfermedad invernal.

RECUERDE que...

Usar con prudencia los antibióticos puede ayudar a detener el desarrollo de bacterias resistentes y conseguir que los antibióticos mantengan su eficacia para las generaciones venideras.

Sobre cómo hacer un mejor uso de los antibióticos, lea en nuestra web, sección de Noticias, las Recomendaciones de la Campaña del pasado año.

Puede descargarse el folleto con Información para el público general. Y carteles para centros sanitarios o educativos (descargalos en pdf 1, 2, 3, 4)

Fuente: Día Europeo para el Uso Prudente de los Antibióticos. Una iniciativa europea para la salud. Web de la ECDC (European Centre for Disease Prevention and Control)

Otros enlaces útiles

- En nuestra sección Medicinas: Fármacos de *Familia y Salud* podrá encontrar algunos artículos útiles sobre buen uso de medicamentos:
  - Los antibióticos
  - ¿Qué significa el uso racional de los antibióticos?
  - ¿Qué son las resistencias a los antibióticos? ¿Por qué son tan importantes?
  - Medicamentos sin receta o medicamentos de venta libre
  - Medicamentos genéricos y prescripción por principio activo
  - Como deshacerse de los medicamentos caducados y sobrantes: el Punto Sigre
- Vídeos de información sobre medicamentos: Antibióticos: úsalos bien. ¡Saldremos ganando!. *iBotika*. Osakidetza
- Es la vida, no una enfermedad. No medicalices cualquier situación. Cartel de la Consejería de Sanidad y Dependencia. Junta de Extremadura

---

Fecha de publicación: 10-11-2014
