

# HealthyActions

Achieving Your Goals for Healthy Living



## Manténgase saludable: tome sus antibióticos de la manera correcta

Usted también puede transmitir bacterias a sus amigos, su familia y a las personas en el trabajo. Es importante que se lave las manos.

Su médico puede decidir que usted debe tomar un medicamento llamado antibiótico. Probablemente ha escuchado sobre la penicilina, que es un tipo de antibiótico. Los antibióticos tienen el poder de curar muchas infecciones peligrosas.

Su médico le dará un antibiótico si tiene una infección causada por microbios llamados bacterias. La amigdalitis estreptocócica y la sinusitis son a menudo provocadas por bacterias.

Su médico **no** le recetará antibióticos si usted está enfermo a causa de un virus. Un virus es un microbio que causa resfríos y la gripe. Los antibióticos no eliminan los virus.<sup>1</sup>

Es importante que tome sus antibióticos de la manera correcta:<sup>2</sup>

- Siga los consejos de su médico.
- No omita ninguna dosis.
- No los comparta con otras personas.
- Termine de tomárselos todos aunque se comience a sentir bien.
- No los guarde para usarlos después.

### ¿Por qué es importante tomar los antibióticos de la manera correcta?

Algunas personas toman antibióticos de la manera incorrecta. Omiten dosis y no terminan el frasco completo. Tomar sólo algunos de los antibióticos trata sólo algunas de las bacterias. Luego algunas de las bacterias pueden cambiar de modo que el antibiótico no puede eliminarlas. Estas bacterias se llaman bacterias “resistentes”.<sup>1</sup>

Las bacterias resistentes son más difíciles de eliminar,<sup>1</sup> lo que es un problema muy grave. Los antibióticos pueden no ayudar a las personas que se enferman a causa de estas bacterias.<sup>1</sup>

### Resistencia dañina a los antibióticos

La resistencia a los antibióticos puede dañarlo si se enferma y los antibióticos no lo hacen mejorar. Puede estar enfermo por más tiempo.<sup>3</sup> Es probable que su médico tenga que encontrar otro medicamento para eliminar la bacteria. Podría incluso tener que ir al hospital.<sup>3</sup> En el peor de los casos puede ser que no haya ningún medicamento que elimine la bacteria.



# Manténgase saludable: tome sus antibióticos de la manera correcta

A veces los antibióticos no son la mejor opción. Hable con su médico sobre:<sup>4</sup>

- alergias que tiene;
- reacciones adversas a otros medicamentos que ha tomado;
- otros problemas de salud;
- cualquier probabilidad de que esté embarazada;
- cualquier dieta especial que pudiera estar llevando;
- todos los medicamentos que toma.

## ¿Cómo los antibióticos se vuelven resistentes?

Muchas personas toman antibióticos de la manera incorrecta. Cuando se usan de la forma incorrecta o cuando una persona que está tomando antibióticos no se mejora, puede significar que algunas bacterias quedaron. Éstas pueden convertirse en bacterias “resistentes”. Los antibióticos no pueden eliminar a estas bacterias resistentes puesto que:<sup>5</sup>

- Producen una sustancia que destruye los antibióticos.
- Cambian su capa externa para que los antibióticos no puedan ingresar.
- Producen bombas que expulsan los antibióticos.
- Se modifican de tal manera que los antibióticos no puedan encontrar puntos de ataque.

## ¿Cómo puedo contribuir a combatir la resistencia a los antibióticos?

- No pida ni espere que su médico le recete antibióticos para el resfrío o la gripe.
- Si su médico le receta un antibiótico:
  - no omita ninguna dosis;
  - no los comparta con otras personas;
  - termine de tomárselos aunque comience a sentirse bien;
  - no los guarde para usarlos después.
- Para el lavado diario de las manos en el hogar, no necesita usar jabones especiales “antibacterianos” para manos. Éstos pueden eliminar las bacterias “buenas” junto con las malas. Pueden jugar un papel en la resistencia a los antibióticos. El lavado adecuado de las manos con un jabón que no es “antibacteriano” elimina el 99.9% de bacterias.<sup>6</sup>

### Referencias

1. CDC [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades]. “Get Smart: Know When Antibiotics Work” [Sea inteligente: Sepa cuándo funcionan los antibióticos (Solamente disponible en inglés)]. [http://www.cdc.gov/drugresistance/community/campaign\\_materials/Black-White/Brochure-General\(BW\).pdf](http://www.cdc.gov/drugresistance/community/campaign_materials/Black-White/Brochure-General(BW).pdf)
2. CDC [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades]. “Get Smart: Know When Antibiotics Work.” Prescription Adherence Tool.” [Sea inteligente: Sepa cuándo funcionan los antibióticos. Herramienta de acatamiento a las recetas (Solamente disponible en inglés)]. [http://www.cdc.gov/drugresistance/community/campaign\\_materials/Black-White/Prescription-Adherence-Tool-bw.pdf](http://www.cdc.gov/drugresistance/community/campaign_materials/Black-White/Prescription-Adherence-Tool-bw.pdf)
3. APUA [Alianza por el Uso Prudente de los Antibióticos]. When & How to Take Antibiotics [Cuándo y cómo tomar antibióticos (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.tufts.edu/med/apua/Patients/How2Take.html>
4. APUA [Alianza por el Uso Prudente de los Antibióticos]. When & How to Take Antibiotics [Cuándo y cómo tomar antibióticos (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.tufts.edu/med/apua/Patients/How2Take.html>
5. “Bacteria Battle Back: Addressing Antibiotic Resistance.” [Las bacterias se resisten: Abordando la resistencia a los antibióticos (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.tufts.edu/med/apua/Educ/CME/BBB.pdf>
6. APUA [Alianza por el Uso Prudente de los Antibióticos]. Antibacterial Agents [Agentes antibacterianos (Solamente disponible en inglés)]. <http://www.tufts.edu/med/apua/Patients/antibact/antibact.html>



Esta información no está destinada a sustituir la atención médica profesional. Siga siempre las instrucciones de su proveedor de atención médica. Proporcionada como un servicio educativo por Schering-Plough Managed Markets.