

LA RESISTENCIA A LOS ANTIBIÓTICOS ES COSA DE TODOS SEAMOS RESPONSABLES

10 INFOGRAFÍAS PARA EL PÚBLICO GENERAL



**CONSEJO
DENTISTAS**
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS DE ESPAÑA



Antimicrobianos: una visión general



¿ QUÉ ES LA RESISTENCIA ANTIMICROBIANA?

Antimicrobianos

Sustancias utilizadas para tratar una amplia variedad de enfermedades infecciosas en humanos y animales:

- Matan los microorganismos
- Impiden que crezcan y se multipliquen

Ejemplo: antibióticos



Resistencia antimicrobiana

Capacidad de los microorganismos para resistir a los tratamientos antimicrobianos.

Ejemplo: MRSA (estafilococo aureus resistente a la meticilina)



¿Por qué crecen las resistencias?

- Uso excesivo de antibióticos
- Uso indebido de antibióticos
- Propagación a través de varias vías



Efectos del aumento de resistencias

- Algunos tratamientos se vuelven ineficaces
- Riesgo serio para la salud pública

¿CÓMO OCURRE LA RESISTENCIA ANTIMICROBIANA?

1

Del total de gérmenes, solo unos pocos son resistentes a los **antibióticos**.



2

Los **antibióticos** también afectan a las bacterias saprófitas que nos protegen de infecciones.



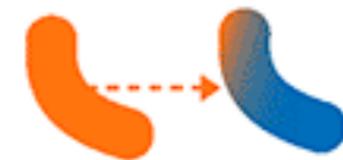
3

Las bacterias **resistentes a los antibióticos** crecen y toman el control.

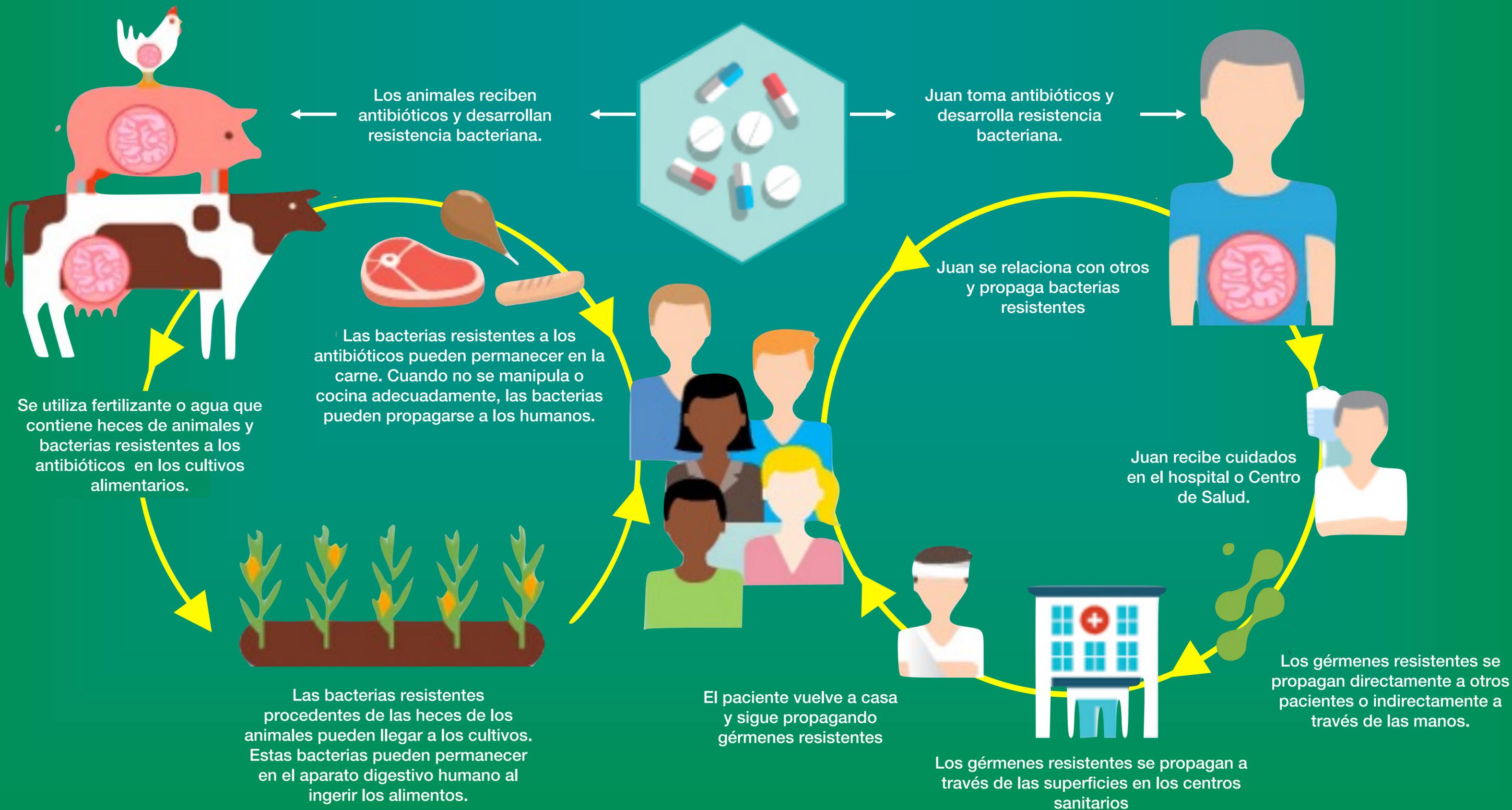


4

Algunas bacterias transmiten su **resistencia a los antibióticos** a otras, causando más problemas.



¿CÓMO SE PROPAGA LA RESISTENCIA ANTIMICROBIANA?



RESISTENCIA ANTIBIÓTICA

¿QUÉ PUEDES HACER?

La **resistencia a los antibióticos** se produce cuando las bacterias cambian y se vuelven resistentes a los antibióticos utilizados para tratar las infecciones que originan.



- 1 Utiliza antibióticos solamente cuando hayan sido prescritos por un profesional sanitario.
- 2 Respeta la prescripción (dosis y tiempo de tratamiento) y no dejes de tomarlos aunque te encuentres mejor.
- 3 Nunca uses los antibióticos sobrantes.
- 4 Nunca compartas tus antibióticos con otras personas.
- 5 Prevén las infecciones lavándote las manos regularmente, evita el contacto con personas enfermas y mantén tus vacunas al día.

Cuanto más a menudo se utilizan los antimicrobianos, más se adaptan los microorganismos y encuentran nuevas formas de sobrevivir.



La resistencia ocurre cuando los antibióticos y los demás antimicrobianos son utilizados en exceso o indebidamente.



Como resultado, los fármacos se vuelven ineficaces y las infecciones persisten, aumentando el riesgo de propagación a otras personas.





La resistencia a los antimicrobianos se produce cuando los gérmenes vencen a los medicamentos diseñados para eliminarlos. Esto no significa que tu organismo sea resistente a los antibióticos.

La resistencia a los antimicrobianos puede producirse a cualquier edad. Las infecciones causadas por gérmenes resistentes son difíciles de tratar. En muchos casos, estas infecciones requieren de estancia hospitalaria, seguimiento médico y el uso de tratamientos costosos y potencialmente más tóxicos.



Puedes tomar medidas para reducir el riesgo de contraer infecciones. Por ejemplo, unos hábitos saludables pueden protegerte de las infecciones y evitar que los gérmenes se propaguen. Ponte las vacunas recomendadas, mantén limpias las manos y las heridas, y cuídate bien de las enfermedades crónicas, como la diabetes.

Consulta con tu médico para saber si necesitas antibióticos. Los antibióticos no funcionan con virus como el del resfriado o la gripe. Estos medicamentos salvan vida, pero pueden provocar efectos secundarios y resistencia a los antimicrobianos. Si tomas antibióticos, informa a tu médico si aparecen tres o más episodios de diarrea en 24 horas.



Informa a tu médico si has viajado o recibido cuidados médicos en otro país recientemente. La resistencia a los antibióticos ocurre en todos los países. La facilidad de desplazamiento facilita que las resistencias antimicrobianas se puedan propagar de un sitio a otro, diseminándose entre la comunidad.



¿Qué es la resistencia antibiótica?



EL PROBLEMA

Los antibióticos tratan las infecciones matando a las bacterias, pero ahora éstas contraatacan. Nuestros medicamentos son cada vez menos eficaces, lo que se traduce en más muertes y más complicaciones para las personas que reciben tratamiento en el hospital. Tenemos que atajar este problema antes de que empeore.



POR QUÉ SUCEDE

Hay muchas razones por las que los antibióticos pierden su eficacia, pero éstas son las dos principales:

En primer lugar, tomamos medicamentos que no necesitamos. Los antibióticos no ayudan a mejorar la mayoría de los resfriados o la tos, pero seguimos pidiéndolos.

En segundo lugar, empeoramos las cosas cuando no tomamos los antibióticos exactamente como nos han recetado, por ejemplo, saltándonos dosis. Nunca guardes antibióticos para usarlos en el futuro ni se los des a otra persona.



QUÉ PODEMOS HACER

La resistencia a los antibióticos es una de las mayores amenazas a las que nos enfrentamos hoy en día, pero podemos ayudar. Es fundamental seguir las indicaciones de los profesionales sanitarios y nunca automedicarse.



Un mundo sin antibióticos



LA ERA PREANTIBIÓTICA

En el mundo anterior a los antibióticos, tan reciente como la década de 1930, la gente moría a menudo de infecciones como la neumonía o la meningitis. Las operaciones y procedimientos médicos sencillos eran arriesgados por la posibilidad de infección. Los antibióticos cambiaron esta situación.



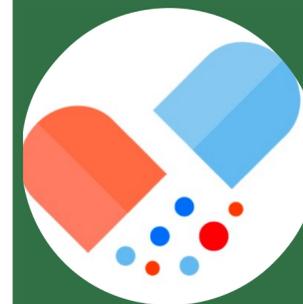
LA ERA ANTIBIÓTICA

Desde 1940, los antibióticos nos han permitido combatir infecciones y salvar millones de vidas. Pero se están volviendo ineficaces contra muchas infecciones porque no los utilizamos correctamente.



LA ERA POSTANTIBIÓTICA

Si las bacterias se vuelven resistentes a nuestros antibióticos, muchos tratamientos rutinarios volverán a ser cada vez más peligrosos. La curación de fracturas óseas, las operaciones básicas e incluso la quimioterapia, dependen del acceso a antibióticos eficaces. La resistencia a los antibióticos es una de las mayores amenazas a las que nos enfrentamos hoy en día, pero tenemos la oportunidad de luchar contra ella.



¿Qué puedo hacer?



SÉ PRUDENTE

Los antibióticos son algunos de nuestros medicamentos más preciados, utilizados para tratar tanto a seres humanos como a animales. Esta campaña del Consejo General de Dentistas de España y la Fundación Dental española se pone en marcha para impulsar acciones colectivas de los dentistas y los ciudadanos con el fin de frenar la propagación de la resistencia a los antibióticos. Al comprometerte a ser prudente en el uso de los antibióticos, eliges llevar a cabo una acción sencilla para protegernos frente a la amenaza de la resistencia a los antibióticos.



ACCIONES SENCILLAS

- No pidas antibióticos. Trata los síntomas del resfriado y la gripe con los consejos de tu profesional sanitario.
- Toma los antibióticos exactamente como te los hayan recetado, no los guardes para futuras infecciones ni los compartas con otras personas.
- Corre la voz, informa a tus amigos y familiares sobre la resistencia a los antibióticos.



IMPORTANTE COMPROMISO

Tu actitud responsable y tu compromiso son muy importantes. Con sencillas acciones podemos superar la amenaza que supone la resistencia antibiótica. Por tí y por los demás.

PROTÉGETE Y PROTEGE A TU FAMILIA

RESISTENCIA ANTIBIÓTICA

01

Pregunta a tu profesional sanitario sobre los riesgos de ciertas infecciones. Mantén las heridas limpias y tapadas hasta que se curen. Cuídate bien de enfermedades crónicas como la diabetes o las cardiopatías.



02

Mantener las manos limpias es una de las mejores formas de prevenir infecciones, evitar enfermarse y limitar la propagación de gérmenes.



03

Las vacunas son un paso importante para prevenir las infecciones, incluidas las resistentes.



07

Sigue cuatro sencillos pasos para evitar las infecciones alimentarias. Límpiate las manos, los utensilios de cocina y las superficies. Separa la carne cruda de otros alimentos. Cocina los alimentos a temperaturas seguras. Enfía cuanto antes (nevera o congelador) las sobras y otros alimentos.



06

Límpiate siempre las manos después de tocar, alimentar o cuidar a los animales y mantenlos sanos.



05

Consulta a tu profesional sanitario sobre el mejor tratamiento, cuando tú o tu familia estéis enfermos. Los antibióticos salvan vidas, pero siempre que se utilizan pueden causar efectos secundarios o provocar resistencia a los antibióticos.



04

Habla con tu profesional sanitario sobre cómo reconocer los signos y síntomas de las infecciones o si crees que tienes una infección. Si una infección no se trata, puede provocar complicaciones adicionales como la sepsis, una urgencia médica potencialmente mortal.



08

Está atento cuando viajes al extranjero. Averigua que vacunas necesitas, comprueba las alertas sanitarias, consume alimentos y bebidas seguros, planifica con antelación un posible seguro médico e infórmate de los riesgos del turismo médico.



09

La gonorrea, una ETS común, puede ser resistente a los antibióticos diseñados para tratarla. Si mantienes relaciones sexuales, disminuye el riesgo eligiendo prácticas sexuales más seguras y utilizando preservativos de forma correcta.



LA RESISTENCIA A LOS ANTIBIÓTICOS, TAMBIÉN ES COSA TUYA



BUEN USO DE ANTIBIÓTICOS EN ODONTOLOGÍA EL DÉCALOGO



Los antibióticos han salvado millones de vidas pero hay que usarlos adecuadamente para que sigan siendo útiles.

Los antibióticos deben tomarse a las dosis, pautas y tiempo recomendados por tu dentista.

Los antibióticos solo son útiles para combatir las infecciones causadas por bacterias. No sirven de nada en las enfermedades causadas por virus.

Tu dentista receta antibióticos cuando los considera necesarios. No se los exijas.

No deben tomarse antibióticos que no hayan sido recetados por un profesional sanitario (médico o dentista).

Los antibióticos son medicamentos seguros pero a veces pueden tener efectos secundarios como diarreas, vómitos o erupciones en la piel, entre otros.

No tires nunca los antibióticos sobrantes a la basura. Llévalos a tu farmacia para reciclarlos.

Los antibióticos deben utilizarse con prudencia durante el embarazo y la lactancia. Informa a tu dentista si estás embarazada o lactando.

Nunca deben usarse antibióticos que hayan sobrado de otros tratamientos.

Prevenir las enfermedades bucodentales es el mejor método para no tener que tomar antibióticos. Cuida tu boca y acude periódicamente a tu dentista.