



ÚS I ABÚS DELS ANTIBIÒTICS

Introducció

Cada hivern el mateix: Refredats, mals de coll i infeccions víriques!

Avui dia es parla molt del perill d'abús dels antibiòtics, però encara hi ha pares que esperen que el pediatre recepti un antibiòtic al nen cada cop que té febre. Es queden estranyats, i fins i tot enfadats quan surten de la consulta sense res. Al cap i la fi, tots volem que el nen es recuperi el més aviat possible! Però probablement el pediatra que no recepta l'antibiòtic si no és necessari els està fent un favor.

Per a què s'utilitzen els antibiòtics?

Segur que alguna vegada us han explicat que hi ha dos tipus diferents de gèrmens: els virus i els bacteris. Tots dos tipus de gèrmens poden causar malalties amb símptomes similars però també tenen característiques generals que els diferencien:

Els bacteris són microorganismes vius i independents. Molts d'ells són beneficiosos pel nostre organisme i ens protegeixen, com els que tenim a la pell, o els que ens ajuden a fer la digestió i que tenim a milers en el budell. Però alguns bacteris són nocius i poden provocar malalties. Ho fan envaint el cos humà, multiplicant-se i interferint en els processos normals de l'organisme. Els antibiòtics només són eficaços contra els bacteris: els maten i impedeixen que creixin i es reproduïxin. Els bacteris són els responsables d'infeccions d'orina, otitis, pulmonies, meningitis, infeccions dels ossos, sèpsia (infeccions a la sang) i altres malalties greus.

En canvi, els virus no poden existir de manera independent. Són partícules que contenen material genètic embolcallat en una coberta proteica i només poden créixer i reproduir-se després d'haver envaït cèl·lules vives. Les nostres defenses són capaces de combatre alguns virus abans que provoquin la malaltia, però hi ha altres virus (com els del refredat), que un cop han provocat la malaltia han de seguir el seu curs i poc hi podem fer a banda de tractar els símptomes que donen, com la febre i/o el malestar. Els antibiòtics no són capaços de combatre els virus. Els virus són els responsables dels refredats, la grip, algunes bronquitis, gastroenteritis, otitis, faringitis, malalties infantils que s'acompanyen d'erupció a la

pell i altres malalties infantils lleus.

Els antibiòtics s'utilitzen des de la dècada del 1940 i constitueixen, sense cap dubte, un dels grans avenços de la Medicina, però només són útils per a tractar les infeccions causades per bacteris.

Per què és perjudicial abusar dels antibiòtics?

El mal ús dels antibiòtics ha donat lloc al desenvolupament de bacteris resistents, és a dir, bacteris que ja no responen als antibiòtics que els combatien en el passat. Prendre antibiòtics per refredats o altres malalties d'origen viral no només no cura el refredat sinó que, amb el temps, aquesta pràctica facilita el desenvolupament de bacteris resistents.

L'ús freqüent i inadequat dels antibiòtics fa canviar els bacteris, intenten esmunyir-se dels antibiòtics creant mecanismes per fer-se més forts i resistents, de tal manera que els antibiòtics deixen de ser útils per lluitar contra ells. Això es coneix com "resistència bacteriana" o "resistència als antibiòtics". Per combatre els bacteris resistents es precisen dosis més altes o antibiòtics més forts, per tant, si una persona s'infecta per aquests bacteris resistents, la infecció serà més difícil de curar.

Degut al mal ús dels antibiòtics, alguns bacteris s'han tornat resistents inclús als antibiòtics més potents que existeixen en l'actualitat. Hem arribat a un punt que el ritme al que apareixen bacteris resistents ja està superant el ritme de creació d'antibiòtics potents de manera que la resistència als antibiòtics és un dels problemes de salut pública més preocupants de tot el món. 700.000 persones moren cada any al món com a conseqüència d'infeccions per microbis resistents als antibiòtics. A aquest ritme el 2050 hi haurà més morts per superbacteris que per càncer.

Entre aquestes infeccions trobem les infeccions per pneumococ, que provoca pneumònia, otitis, sinusitis i meningitis; les infeccions de la pell per estafilococs resistents; i la tuberculosi.

A part de la resistència, l'abús dels antibiòtics pot portar altres problemes. Els efectes secundaris més comuns són el mal de panxa i la diarrea, però també són responsables d'alguna reacció al·lèrgica que pot arribar a ser greu.

Els antibiòtics maten també els bacteris beneficiosos del budell, provocant diarrees i en alguns casos, aquest desequilibri de la flora intestinal fa que bacteris nocius com el *Clostridium difficile* creixin excessivament i donin lloc a infeccions greus. Per exemple, als Estats Units, 250.000 persones a l'any presenten infeccions per aquest perillós bacteri i 14.000 d'aquestes, moren.

Una falsa creença força generalitzada sobre els antibiòtics és que "fan baixar les defenses". Els antibiòtics, quan estan ben indicats, treballen conjuntament amb les nostres

defenses per combatre les infeccions bacterianes sense debilitar-les.

Aleshores, què hem de fer quan el nostre fill estigui malalt? Tingueu en compte els següents CONSELLS:

1. Només prendre antibiòtics per tractar infeccions bacterianes.

La majoria de les infeccions en els nens són causades per virus. És bona idea deixar que les infeccions lleus i causades per virus segueixin el seu curs. Com més antibiòtics prenem, és més probable l'aparició de resistències. Deixi que sigui el seu pediatre que decideixi si el que li passa al seu fill és una malaltia lleu o no, i si precisa antibiòtics o no. Si els símptomes empitjoren o persisteixen, torni a consultar al pediatre.

2. Demani consell i faci preguntes.

Pregunti al pediatre si la malaltia és vírica o bacteriana, comenti amb ell les avantatges i inconvenients dels antibiòtics. Si es tracta d'un virus, pregunti com tractar els símptomes com la congestió nasal o el mal de coll. No pressioni al metge perquè li recepti antibiòtics.

Si té dubtes sobre la preparació o l'administració de l'antibiòtic, pregunti!

La bona comunicació és la clau per desenvolupar una bona relació de la família amb el pediatre i hem de treballar conjuntament en aquest sentit.

3. Recordi:

- Els antibiòtics només són eficaços per tractar malalties bacterianes.
- No tots els antibiòtics són iguals ni serveixen per a tot tipus d'infeccions, és a dir, l'antibiòtic que es dona per una infecció d'orina potser no serveix per a tractar una pneumònia. El pediatre és el responsable de prescriure l'antibiòtic adient en cada situació en cas que sigui necessari. De vegades, es prenen mostres de la ferida, sang, orina o altres focus per intentar determinar quin bacteri és el causant de la infecció i estudiar quin antibiòtic és el que el combat millor.
- Si es prescriu un antibiòtic, s'ha de donar la dosi, l'interval i el temps prescrits pel pediatre. Hi ha bacteris que requereixen dosis més altes del mateix antibiòtic que es fa servir per altres bacteris que són sensibles a dosis més baixes; hi ha infeccions que cal tractar-les durant més temps que altres...
- Si s'oblida una dosi, cal donar-la tan aviat com sigui possible. Els intervals entre dosis estan estudiats perquè els bacteris no tinguin cap possibilitat de sobreviure i per tant, de generar resistències. Si ens saltem dosis o allarguem els intervals, estem afavorint les resistències.

- Donar un antibiòtic menys temps del prescrit pot fer que el bacteri responsable de la infecció es faci més fort i resistent. Donar-lo més temps tampoc ajuda, i a més, pot empitjorar els efectes secundaris.
- Els antibiòtics no tenen efecte immediat, habitualment triguen 24-48 hores en fer efecte, i per tant, potser caldrà seguir tractant la febre o el dolor amb els medicaments per a aquest fi. Sigui pacient!
- Mai utilitzi restes d'antibiòtics o antibiòtics que van ser receptats per una altra persona, nen o adult. Mai sense prescripció mèdica, ni tan sols cremes que portin antibiòtic.
- No és bona idea guardar antibiòtics "per la pròxima vegada". Quan s'acabi el curs complet del tractament s'ha d'eliminar el sobrant.

4. Ajudi a lluitar contra la resistència als antibiòtics seguint aquestes senzilles mesures per a evitar el contagi d'infeccions:

- Fomenti l'hàbit de rentar-se les mans amb aigua i sabó normal (NO ANTIBACTERIÀ), sobretot abans de menjar, abans i després de curar una ferida, després d'anar al vàter, tossir, esternudar o tocar escombraries. L'ús excessiu de sabons o gels que porten components antibacterians també podria comportar augment de les resistències i efectes secundaris indesitjables i no ha demostrat ser més eficaç que el rentat amb aigua i un sabó normal.
- Asseguri's que el seu fill porta al dia el calendari vacunal i no permeti que vagi a l'escola quan estigui malalt.

La lluita contra la resistència antibiòtica és un problema de tots i entre tots ho aconseguirem!