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

Los antibióticos

¿Qué son los antibióticos?

Son medicamentos que atacan a algunas bacterias y ayudan a combatir y curar las infecciones que causan. Actúan destruyendo las bacterias o impidiendo que se reproduzcan.

Su buen uso puede salvar vidas. Pero pueden hacer más mal que bien cuando no se emplean de la forma apropiada.

En diversas partes de nuestro cuerpo (más en todo el aparato gastrointestinal, pero no sólo ahí) la presencia de una gran cantidad de bacterias y virus es normal y contribuyen de forma positiva al funcionamiento general del propio cuerpo. Bacterias, virus y nosotros mismos vivimos en un delicado equilibrio. Cuando algún virus o bacteria ajena entra en nuestro cuerpo, nos infecta, altera ese equilibrio y puede producir enfermedad. Los antibióticos no solo actúan sobre los gérmenes causantes de la infección, pueden hacerlo, también, sobre los demás, dotándoles de nuevas capacidades como la de ser resistente al antibiótico. Por eso, antibióticos solo los justos, solo cuando son necesarios para curar una infección por bacterias sensibles al antibiótico.

¿Los antibióticos funcionan contra todas las infecciones?

No. Tanto las bacterias como los virus causan infecciones, pero los antibióticos sólo funcionan contra las bacterias. Los antibióticos no combaten las infecciones causadas por virus, como por ejemplo: resfriados, gripe, COVID-19 y la mayoría de las causas de tos y bronquitis, dolor de garganta y diarreas en general.

Si un virus es la causa de una infección, tomar antibióticos es perjudicial. Cada vez que una persona toma un antibiótico, aumenta las posibilidades de que las bacterias presentes en su cuerpo se hagan resistentes.

Los antibióticos tomados por vía oral pueden modificar el equilibrio de la flora bacteriana intestinal (una consecuencia potencialmente grave es la infección por *Clostridium difficile*, una bacteria ambiental que puede hacer mucho daño si crece en el tracto intestinal). En el futuro, tal vez su hijo (o usted) podría contagiarse o diseminar una infección que ese antibiótico no pueda curar.

¿Qué puedo hacer en las infecciones por virus?

No espere que los antibióticos curen estas enfermedades, ni siquiera que las mejoren, y tampoco que las prevengan. Lo mejor que usted puede hacer es dejar que los resfriados y la gripe sigan su curso y solamente usar medicamentos para aliviar los síntomas intensos (por ejemplo, la fiebre y el malestar importantes). Un catarro puede durar de una a dos semanas sin que ello signifique que algo no va bien, es lo normal. En el centro de salud

pueden darle consejos sobre lo que usted puede hacer para aliviar sus síntomas, mientras su cuerpo usa las defensas naturales contra el virus.

A veces, la gripe o la COVID-19 se complican y presentan una infección bacteriana añadida que sí necesita antibióticos. Pero tomarlos antes, para tratar la gripe o la COVID-19, no solo no previene esta complicación, sino que puede dificultar su tratamiento.

¿Cuándo se necesitan antibióticos?

La respuesta depende de qué es lo que está causando la infección. Su pediatra le indicará si debe tomar antibióticos. La tabla adjunta puede orientarle, pero haga sólo lo que le recomiende su pediatra.

No todas las infecciones causadas por bacterias se tratan con antibióticos (algunas se curan por sí mismas, de forma natural). Suelen necesitar antibióticos la infección de la garganta causada por el estreptococo A (pero no en la mayoría de los casos de dolor o infección de la garganta). También, por ejemplo, la infección de orina, la tosferina y algunas otras pocas infecciones comunes no graves. En las infecciones graves, el uso de antibióticos puede ser crucial para evitar complicaciones y la muerte.

¿Cuándo se necesitan antibióticos?

Si la enfermedad es	Está causada por		¿Necesita un antibiótico?	Comentarios
	Virus	Bacterias		
Resfriado, catarro, tos	+++	-	No	Siempre los virus causan estas infecciones
Covid-19	+++	-	No	
Gripe	+++	-	No	
Mucosidad nasal de cualquier tipo	+++	-	No	
Bronquitis	+++	-	No	Casi siempre los virus causan estas infecciones
Diarrea	+++	-	No	
Dolor de garganta, con o sin fiebre	++	+[a]	En general, no; solo a veces	Su pediatra le indicará si necesita antibióticos
Infección de oídos	++	+		

[a] Sólo niños de 3-4 años o más (en los menores son causadas casi siempre por virus)

Familia y salud, mayo de 2023 ● https://www.familiaysalud.es/

Familia y Salud

¿Qué efectos secundarios tienen los antibióticos?

Los más importantes son las reacciones alérgicas y la facilitación de infecciones por bacterias resistentes. Esto para cualquier forma de administración del antibiótico. Cuando el antibiótico se toma por vía oral, además, puede

causar trastornos gastrointestinales (diarrea, dolor de abdomen, etc.).

Usar bien los antibióticos

¿Puedo dejar de tomar el antibiótico cuando me siento mejor?

No. Si su pediatra le receta un antibiótico a su hijo, asegúrese de que lo toma durante el tiempo que le ha indicado. Siga lo prescrito: dosis a tomar, número de veces al día y número de días, y si tiene alguna duda pregúntesela. Esto disminuye la probabilidad de que queden bacterias en su cuerpo que podrían volverse resistentes a los antibióticos.

Tampoco es conveniente alargar el tratamiento más allá del tiempo recomendado, ni siquiera con dosis más bajas de las prescritas. Todo ello favorece el crecimiento de bacterias resistentes.

Cada antibiótico necesita una pauta de uso concreta: unos necesitan ser tomados cada 8 o 12, otros funcionan con una toma al día. Los que se toman así, una vez al día, son más cómodos pero solo deben usarse cuando están indicados, y no sirven para la mayoría de las infecciones comunes (por favor, no los pida sólo por su más cómoda forma de administración).

¿Qué más puedo hacer para evitar las infecciones?

Usted también puede prevenir el contagio de infecciones por medio de una buena higiene. Se ha de lavar las manos con agua y jabón, sobre todo antes de comer o dar el pecho a un bebé, y después de ir al aseo o de ayudar a su hijo cuando va al aseo, después de cambiar el pañal, después de limpiar o sonarse la nariz o ayudar a su hijo a hacer esto mismo y después de tocar una mascota. Enseñe estos hábitos a sus hijos (el ejemplo es el mejor método).

¿Qué puede pasar si uso antibióticos por mi cuenta?

Las bacterias pueden hacerse resistentes a los antibióticos cuando éstos se toman sin necesidad; esto ya está ocurriendo en nuestro medio. La presencia de bacterias resistentes es una amenaza real en todo el mundo (y en nuestro país de forma especial, pues el consumo indebido de antibióticos es elevado). Debemos pensar que, si nuestro hijo se ve afectado por bacterias resistentes. sus posibilidades de curarse son menores; además, existe un mayor riesgo de complicaciones. Esto puede llegar a ser un problema grave para algunas personas. ¿Qué se puede hacer para evitar la resistencia a los antibióticos?: utilizar bien los antibióticos.

Recuerde ¡IMPORTANTE!

- Los antibióticos no son apropiados para cualquier tipo de infección; la mayoría de las infecciones infantiles se curan sin ellos. No pida que se le recete antibióticos si no los necesita [los antibióticos matan a las bacterias, no a los virus: no siempre son la solución].
- No tome antibióticos por su cuenta, sin la prescripción de un médico [un antibiótico que se toma sin necesidad puede causar daños a su hijo].
- No comparta los medicamentos con otras personas, no guarde medicamentos “sobrantes” para “otra ocasión” (en las farmacias puede depositar de forma segura los medicamentos sobrantes).
- Lavarse las manos es la mejor forma de evitar la trasmisión de muchas infecciones.

Si usted toma un antibiótico para combatir un virus: NO CURARÁ la infección, NO AYUDARÁ a que se sienta mejor, NO EVITARÁ que otros se contagien.

¿Dónde encontrar más información (en español) en Internet?

- Decálogo del buen uso de los antibióticos, *AEPap* (pdf descargable)
- Fichas de información ciudadana sobre medicamentos. CEVIME Centro Vasco de Información de Medicamentos. (Puedes descargar en pdf: Antibióticos)
- RECURSOS *Familia y Salud*: mira el vídeo: Antibióticos
- Medline Plus (Biblioteca Nacional de Medicina de los EE.UU.)
- **Preguntas y respuestas sobre los antibióticos** y sobre Lavado de las manos (Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, EE.UU.)

Fecha de publicación: 19-10-2011

Última fecha de actualización: 24-05-2023

Autor/es:

- Ángel Hernández Merino. Pediatra jubilado. Colaborador del Comité Asesor de Vacunas de la Asociación Española de Pediatría. Madrid

CC BY NC ND