

Uso responsable de antibióticos:

compromiso con la salud individual y comunitaria

Rebeca Michelle Campos Hernández
Daniela Guzmán Uribe
Carmen Celina Alonso Sánchez

Aunque los antibióticos revolucionaron el mundo de la medicina en el siglo XX, hoy enfrentamos una amenaza creciente, ya que su uso inadecuado genera bacterias resistentes, lo cual podría conducirnos a una era en la que las infecciones, incluso las comunes, sean nuevamente mortales. ¿Cómo evitarlo? La clave está en un uso responsable de los medicamentos.

¿Qué son los antibióticos y por qué son tan importantes?

En 1929 se revolucionó el mundo de la medicina con el descubrimiento de la penicilina, abriendo camino al manejo de las enfermedades generadas por bacterias. Desde entonces, se han desarrollado muchísimas familias de medicamentos médicos contra infecciones que hoy utilizamos para combatir bacterias, hongos, parásitos y virus [1].

Los antibióticos son sustancias que actúan contra bacterias que causan enfermedades. Funcionan alterando su

estructura y funcionalidad, como lo sería una llave a una cerradura específica [1]. Sin embargo, su uso adecuado tanto de pacientes y como de profesionales de la salud es clave para reducir la capacidad del microbio para defenderse ante los antibióticos [2].

Por lo que, cuando nos recetan un tratamiento de este tipo, no solo se trata de eliminar una infección, sino también los efectos que su uso pueda tener en el cuerpo, ya que usarlos sin necesidad o de forma incorrecta puede disminuir su efecto o no generar el efecto deseado, por consiguiente será más difícil tratar la enfermedad en el futuro. Por eso debemos seguir puntualmente las indicaciones del profesional de salud [3].

A veces, cuando los síntomas disminuyen o empezamos a sentirnos bien, pensamos que ya estamos curados y dejamos de tomar el antibiótico. Sin embargo, algunas bacterias pueden quedar “dormidas” y, al no recibir la dosis completa, se fortalecen ante los medicamentos y aprenden a resistir sus efectos. Es como si una carrera se detuviera antes de llegar a la meta; el microbio aprovecha este descuido para recuperarse y volverse más fuerte.



La resistencia a los medicamentos: un enemigo silencioso

Cuando los antibióticos se usan de manera incorrecta, las bacterias desarrollan mecanismos para defenderse. A esto se le llama resistencia a los antibióticos. Con el tiempo, estas bacterias se vuelven capaces de evadir el efecto de los antibióticos, volviéndolos ineficaces; es decir, se hacen más resistentes y el medicamento no logra su función. Según la Organización Mundial de la Salud, este fenómeno causa alrededor de 700 000 muertes al año y podría alcanzar los 10 millones en 2050 [3].

Adherencia al tratamiento: una herramienta clave

El apego al tratamiento, o también conocido como “apego terapéutico”, se refiere a qué tanto seguimos las indicaciones médicas u odontológicas, ya que seguirlas correctamente puede marcar la diferencia entre un tratamiento exitoso y uno que no funcione al nivel esperado [4].

Existen muchos factores que influyen en si un paciente sigue o no el tratamiento. Entre ellos están el apoyo familiar, el nivel socioeconómico, la confianza en la capacidad de su médico o dentista, la duración de la consulta, el nivel de escolaridad, el estado civil o la falta de entendimiento de las indicaciones por parte de los padres o cuidadores, etc. Se ha observado que cuando el paciente confía en el profesional de la salud y en el tratamiento propuesto, el nivel de apego tiende a mejorar [3].

¿Qué podemos hacer como pacientes?

Con lo anterior, es importante seguir de forma correcta las indicaciones cuando se nos receta un antibiótico. De esta manera, el medicamento podrá cumplir su función adecuadamente y ayudaremos a prevenir la resistencia antimicrobiana.

Para lograrlo, podemos seguir algunas recomendaciones sencillas que hacen una gran diferencia en nuestra salud:

- ▶ Recuerda no tomar medicamentos sin indicación, ni suspender el tratamiento antes de tiempo.
- ▶ Asegúrate de leer bien la receta o las instrucciones.
- ▶ Toma el medicamento a la hora indicada, con o sin alimentos, según se te indique.
- ▶ Puedes usar alarmas, notas o fichas de apoyo, como la que se muestra en la figura 1, algún registro visual o pedir ayuda a un familiar para no olvidar ninguna dosis.

Conclusiones

Usar correctamente los antibióticos no solo es una forma de cuidar tu salud y la de los demás; implica también un acto de responsabilidad colectiva. Cada dosis correcta protege no solo tu salud, sino también la de todos. Consulta un profesional de la salud.

¿Tomaste tu medicamento hoy?

Este recuadro debe ser por el profesional de la salud tratante:

Nombre del paciente: _____

Fármaco: _____ **Presentación:** _____

Dosis: _____

Frecuencia

1 vez al día (24h): _____ 2 veces al día (12h): _____

3 veces al día (8h): _____ 4 veces al día (6h): _____

Ingerir con

Agua: _____ Leche/Jugo: _____

Marca aquí si tomaste tu medicamento

Período del tratamiento	Hora de la toma	¿Tomado?
Día 1	_____	<input type="radio"/>
Día 2	_____	<input type="radio"/>
Día 3	_____	<input type="radio"/>
Día 4	_____	<input type="radio"/>
Día 5	_____	<input type="radio"/>
Día 6	_____	<input type="radio"/>
Día 7	_____	<input type="radio"/>

Figura 1. Ficha de apoyo para el seguimiento de la toma de antibióticos.
Fuente: elaboración propia.

Figura 1. Ejemplo de registro visual para mejorar la toma de los medicamentos.

Referencias

1. Ferrando N, Pino-Otín MR, Ballester D, Lorca G, Terrado EM, Langa E. Enhancing Commercial Antibiotics with Trans-Cinnamaldehyde in Gram-Positive and Gram-Negative Bacteria: An In Vitro Approach. *Plants*. 2024 Jan 1;13(2).
2. Requejo-Bustamante AP, Perona-Miguel de Priego GA. Nivel de conocimiento en estudiantes de pregrado de odontología sobre prescripción de analgésicos, antiinflamatorios y antibióticos en odontopediatría. *Revista Científica Odontológica*. 2023 Dec 28;11(4).
3. Teutli Mellado M, Campos Rivera NH, Espinosa de Santillana IA, Flores Olvera DMC, Alcázar Olán J, García Flores R. *Factores asociados a la adherencia al tratamiento en estomatología* [Internet]. Puebla: Universidad Iberoamericana; 2023. Disponible en: www.academiajournals.com.
4. Saila O, De Salud D. Uso racional de los antibióticos en proceso dentales. *INFAC*. 2021;29:1-9.

Rebeca Michelle Campos Hernández Residente de la Especialidad en Odontopediatría, Centro Universitario de los Altos (CUAAltos), Universidad de Guadalajara (UdeG).

Daniela Guzmán Uribe Profesora de la Especialidad en Odontopediatría, CUAAltos, UdeG.

Carmen Celina Alonso Sánchez Profesora de la Especialidad en Odontopediatría, CUAAltos, UdeG.

Contacto: carmen.alonso@cualtos.udg.mx