

Los antibióticos: qué son y cómo usarlos

Cuando se usan correctamente, los antibióticos son medicinas muy útiles e importantes. Combaten ciertas *infecciones* y enfermedades causadas por *bacterias*. Ejemplos de antibióticos muy conocidos son: penicilina, tetraciclina, estreptomina, cloranfenicol y las sulfas o sulfonamidas.

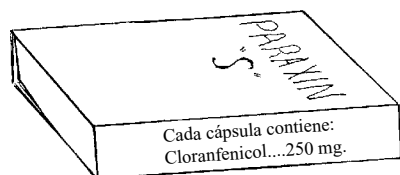
Los diferentes antibióticos funcionan de distintos modos contra infecciones específicas. Uno corre diferentes peligros al usar cualquier antibiótico, pero algunos antibióticos son más peligrosos que otros. Hay que tener gran cuidado al escoger y usar estas medicinas.

Hay muchos tipos de antibióticos, y cada tipo se vende bajo varias 'marcas' o nombres comerciales. Esto puede causar gran confusión. Pero los antibióticos más importantes pertenecen a unos pocos grupos principales:

grupo de antibióticos (nombre genérico)	ejemplos de marcas	marcas en su región (llene el espacio)	vea página
PENICILINAS	<i>Penprocilina</i>	_____	350
AMPICILINAS*	<i>Penbritín</i>	_____	352
TETRACICLINAS	<i>Terramicina</i>	_____	354
SULFONAMIDAS	<i>Sulfadiazina</i>	_____	356
COTRIMOXAZOL	<i>Bactrim</i>	_____	357
ESTREPTOMICINA, etc.	<i>Estreptomina "S"</i>	_____	353, 361
CLORANFENICOL	<i>Cloromycetín</i>	_____	355
ERITROMICINA	<i>Ilosone</i>	_____	354
CEFALOSPORINAS	<i>Keflex</i>	_____	357

***Nota:** La ampicilina es un tipo de penicilina que mata más clases de bacterias que las otras penicilinas.

Si tiene un antibiótico con marca y no sabe de qué grupo es, lea las letras más chicas que aparecen en el frasco o caja. Por ejemplo, si tiene unas cápsulas de *Paraxin 'S'* y no sabe lo que contienen, fíjese en las letras chiquitas: éstas dicen 'cloranfenicol'.



Busque cloranfenicol en las PÁGINAS VERDES (pág. 355) y lea la información. Verá que sólo se debe usar para algunas enfermedades muy graves, como la tifoidea, y es especialmente peligroso para los recién nacidos.

Nunca use un antibiótico sin saber a qué grupo pertenece, cuáles enfermedades combate y las precauciones que debe tomar para usarlo sin peligro.

La información sobre los usos, dosis, riesgos y precauciones para los antibióticos que recomendamos en este libro, se encuentra en las PÁGINAS VERDES. Busque el nombre de la medicina en la lista alfabética que aparece al principio de esas páginas.

GUÍA PARA EL USO DE *TODOS* LOS ANTIBIÓTICOS

1. Si no sabe exactamente cómo usar un antibiótico y para qué infecciones sirve, no lo use.
2. Sólo use el antibiótico indicado para la infección que tenga. (Busque la enfermedad en este libro).
3. Entérese de los riesgos de usar el antibiótico y tome todas las precauciones debidas (vea las PÁGINAS VERDES).
4. Sólo use el antibiótico en la dosis (cantidad) recomendada—ni más, ni menos. La dosis depende de la enfermedad y de la edad o el peso del enfermo.
5. Nunca use inyecciones de antibióticos si la misma medicina tomada sirve igual. Sólo inyecte cuando sea absolutamente necesario.
6. Siga usando el antibiótico hasta que la enfermedad se termine por completo, o por lo menos durante 2 días después de que se quiten la calentura y otras señas de infección. (Para algunas enfermedades, como la tuberculosis y el lazarín, es preciso continuar el tratamiento durante meses o años después de que la persona se sienta aliviada. Siga las instrucciones para cada enfermedad).
7. Si el antibiótico causa ronchas, comezón, dificultad para respirar o cualquier reacción grave, deje de usarlo y **nunca lo vuelva a usar** (vea pág. 70).
8. **Sólo use antibióticos cuando sea de veras necesario.** Si se usan demasiado, empiezan a perder su efecto curativo.

GUÍA PARA EL USO DE *CIERTOS* ANTIBIÓTICOS

1. Antes de inyectar penicilina o ampicilina, siempre tenga listas unas ampollitas de *Adrenalina* (epinefrina) para controlar una posible reacción alérgica (pág. 70).
2. Para las personas que sean alérgicas a la penicilina, use otro antibiótico como eritromicina o una sulfa (vea págs. 354 y 356).
3. No use tetraciclina, ampicilina u otro antibiótico de *alcance amplio* para una enfermedad que probablemente puede ser controlada con penicilina u otro antibiótico de *alcance reducido* (vea pág. 58). Los antibióticos de alcance amplio atacan muchos más tipos de bacterias que los antibióticos de alcance reducido.
4. Por regla general, use cloranfenicol sólo para ciertas enfermedades que sean graves o amenacen la vida, como la tifoidea. Es un medicamento peligroso. **Nunca** lo use para una enfermedad leve. Y nunca se lo dé a un recién nacido (excepto, quizás, para la tos ferina, pág. 313).
5. Nunca inyecte tetraciclina ni cloranfenicol. Tomados son más seguros, menos dolorosos y hacen igual o mayor provecho.
6. No dé tetraciclina a las mujeres embarazadas, ni a los niños menores de 8 años. Puede dañar los dientes y huesos nuevos (vea pág. 354).

7. Por regla general, use la estreptomina y productos que la contengan, sólo contra la tuberculosis—y siempre junto con otras medicinas que combatan esa enfermedad (vea pág. 361). Se puede usar estreptomina combinada con penicilina para heridas profundas de la tripa, apendicitis y otras infecciones específicas, cuando no haya ampicilina (o sea demasiado cara). Nunca se debe usar contra el catarro, la gripa y otras infecciones *respiratorias* comunes.
8. Todas las medicinas del grupo de la estreptomina (incluyendo la kanamicina y la gentamicina) son muy tóxicas (venenosas). Se recetan con demasiada frecuencia para infecciones leves en que pueden hacer más daño que provecho. Úselas sólo en ciertas infecciones muy graves para las cuales se recomiendan estas medicinas.
9. El comer yogur (jocoque) o leche cuajada ayuda a reemplazar las buenas bacterias que matan los antibióticos como la ampicilina. Esto ayudará también al cuerpo a regresar a su equilibrio normal (vea la página siguiente).

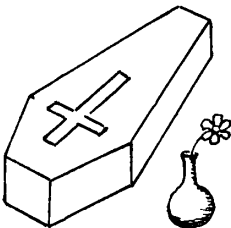
Qué hacer si un antibiótico parece no servir

Para la mayoría de las infecciones comunes, los antibióticos empiezan a hacer provecho en 1 ó 2 días. **Si el antibiótico que está usando parece no servir, es posible que:**

1. La enfermedad no es lo que usted cree. Quizás esté usando la medicina incorrecta. Trate de identificar mejor la enfermedad que tiene—y use la medicina correcta.
2. La dosis del antibiótico no es la correcta. Revísela.
3. Las bacterias se han vuelto *resistentes* a ese antibiótico (ya no las mata). Pruebe otro de los antibióticos recomendados para esa enfermedad.
4. Quizás usted no tenga suficiente experiencia para curar la enfermedad. Consiga ayuda médica, sobre todo si la condición es grave o si sigue empeorando.

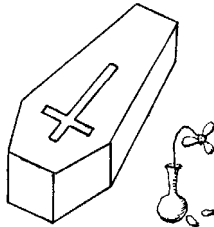
Estos tres niños tuvieron catarro (resfrío)...

¿Quién fue la asesina?



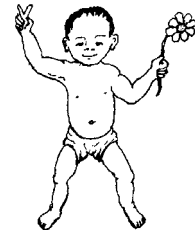
¡La penicilina! (vea Choque alérgico, pág. 70)

¿Por qué tuvo este fin?



¡Cloranfenicol! (vea riesgos y precauciones de esta medicina, pág. 355)

¿Por qué este niño se alivió?



Ninguna medicina peligrosa se le dió—sólo jugos, buenos alimentos y reposo.

**Los antibióticos no sirven para el catarro común.
Sólo use antibióticos para las infecciones contra las cuales sí sirven.**

La importancia del uso limitado de antibióticos

El uso de todas las medicinas debe ser limitado y sobre todo el de los antibióticos, por las siguientes razones:

1. **Envenenamiento y reacciones.** Los antibióticos no sólo matan a las bacterias. También pueden dañar el cuerpo, envenenándolo o causando reacciones alérgicas. Muchas personas mueren cada año por usar antibióticos que no necesitan.
2. **Afectan el equilibrio natural.** No todas las bacterias en el cuerpo son dañinas. Algunas son necesarias para que el cuerpo funcione normalmente. A menudo, los antibióticos matan a las bacterias buenas junto con los malas. A los bebés que reciben antibióticos a veces les dan infecciones de hongos o levaduras en la boca (algodoncillo, pág. 232) o en la piel (moniliasis, pág. 242). Esto es porque los antibióticos matan a las bacterias que ayudan a controlar los hongos.

Por razones parecidas, la gente que toma ampicilina y otros antibióticos de *alcance amplio* durante varios días, puede tener diarrea. Los antibióticos pueden matar algunas clases de bacterias necesarias para la digestión y trastornar así el equilibrio natural de bacterias en la tripa.

3. **Resistencia al tratamiento.** A la larga, la razón más importante para el uso limitado de antibióticos es que CUANDO SE USAN DEMASIADO, SE VUELVEN MENOS EFICACES.

Cuando las bacterias son atacadas muchas veces por el mismo antibiótico, se hacen más fuertes y la medicina ya no las mata. Se vuelven **resistentes** al antibiótico. Por eso, hoy en día ciertas enfermedades peligrosas, como la tifoidea, son más difíciles de curar que hace varios años.

En algunos lugares, la tifoidea se ha vuelto resistente al cloranfenicol, que normalmente es la mejor medicina para curarla. El cloranfenicol se ha usado demasiado para infecciones leves, para las cuales otros antibióticos serían más seguros e igualmente eficaces, o para las cuales no se necesita ningún antibiótico.

En todo el mundo, varias enfermedades importantes se están volviendo resistentes a los antibióticos—en gran parte porque los antibióticos se usan demasiado para infecciones leves. **Para que los antibióticos sigan salvando vidas, su uso debe ser mucho más limitado que ahora.** Por lo tanto, los médicos, trabajadores de la salud y la gente misma tendrán que usarlos más sabiamente.

Para la mayoría de las infecciones leves, no se necesitan ni se deben usar antibióticos. Las infecciones leves de la piel generalmente se pueden curar con agua y jabón, o lienzos de agua caliente, y quizás violeta de genciana (pág. 369). Las infecciones respiratorias leves se curan mejor con mucho líquido, buena comida y descanso. **Para la mayoría de las diarreas, no se necesitan antibióticos y hasta pueden perjudicar.** Lo más importante (sobre todo para los niños) es tomar mucho líquido (pág. 155) y comer bien lo más pronto posible.

No use antibióticos para infecciones que el cuerpo mismo pueda vencer. Guárdelos para cuando sean de veras necesarios.

Para más información sobre cómo aprender a usar bien los antibióticos, vea *Aprendiendo a promover la salud*, Capítulo 19.