

DIA EUROPEU DOS ANTIBIÓTICOS

INFORMAÇÃO PARA O CIDADÃO

O Dia Europeu dos Antibióticos tem lugar no dia 18 de Novembro. Este dia tem por objectivo proporcionar uma oportunidade de sensibilização do público em relação aos riscos para a saúde pública decorrentes da utilização inadequada e excessiva de antibióticos e da consequente emergência de resistência microbiana aos antibióticos.

Os dados mais recentes confirmam que, na União Europeia, o número de doentes infectados com bactérias resistentes aos antibióticos está a aumentar, sendo este facto uma importante ameaça para a saúde pública.

O uso responsável de antibióticos pode ajudar a evitar o desenvolvimento de bactérias resistentes e a preservar a eficácia dos antibióticos para as gerações futuras.

O Dia Europeu dos Antibióticos pretende sublinhar a importância de usar os antibióticos de forma responsável e pôr termo ao seu consumo desnecessário, isto é perceber que a toma de um antibiótico exige a sua prescrição por um médico e que as instruções do médico sobre a forma adequada de o tomar devem ser escrupulosamente respeitadas.

INFORMAÇÃO PARA O CIDADÃO

O que são os antibióticos?

Os antibióticos são medicamentos que matam ou inibem o crescimento de bactérias, ajudando a curar infecções em pessoas, animais e, por vezes, plantas. Os antibióticos destinam-se a tratar infecções causadas por bactérias (como a pneumonia pneumocócica ou as infecções sanguíneas causadas por estafilococos); os agentes

eficazes contra vírus são, normalmente, denominados medicamentos antivirais (como os medicamentos para a gripe, o VIH e o herpes). Nem todos os antibióticos são activos contra todas as bactérias. Existem mais de 15 classes diferentes de antibióticos que se diferenciam entre si pela sua estrutura química e pelo seu modo de acção contra as bactérias. Um antibiótico pode ser eficaz contra vários tipos de bactérias ou contra apenas um.

O que é a resistência aos antibióticos?

As bactérias apresentam resistência aos antibióticos quando determinados antibióticos específicos perderam a sua capacidade de as matar ou de impedir o seu desenvolvimento. Algumas bactérias são naturalmente resistentes a certos antibióticos (resistência intrínseca). Um problema mais preocupante ocorre quando algumas bactérias, que são normalmente susceptíveis aos antibióticos, desenvolvem resistência em resultado de alterações genéticas (resistência adquirida). As bactérias resistentes sobrevivem na presença do antibiótico e continuam a multiplicar-se, causando uma doença mais prolongada ou, mesmo, a morte. As infecções causadas por bactérias resistentes são habitualmente mais perigosas, exigindo antibióticos alternativos mais dispendiosos com efeitos secundários mais graves.

Qual é a causa mais importante da resistência aos antibióticos?

A resistência aos antibióticos é uma situação natural causada por mutações nos genes das bactérias. Porém, a utilização excessiva ou inadequada de antibióticos acelera o aparecimento e a propagação das bactérias resistentes ao antibiótico utilizado e também a outros. Quando expostas aos antibióticos, as bactérias susceptíveis morrem, mas as bactérias resistentes podem continuar a viver e a multiplicar-se. Estas bactérias resistentes podem propagar-se e causar infecções noutras pessoas que não tenham tomado quaisquer antibióticos.

O que é o uso “inadequado” dos antibióticos?

Usar os antibióticos **sem necessidade**: constipações e gripes são causadas por vírus, contra os quais os antibióticos NÃO são eficazes. Nestes casos, não irá melhorar o seu estado clínico tomando antibióticos: os antibióticos não baixam a febre nem melhoram os sintomas, como espirrar. Como tal, os antibióticos não devem ser utilizados para constipações e gripes.

Usar os antibióticos de forma **incorrecta**: quando encurta a duração do tratamento, baixa a dose, não cumpre a frequência correcta de administração (isto é, se aumenta o intervalo de tempo entre duas tomas do antibiótico) a quantidade necessária e adequada de antibiótico no organismo não é atingida e as bactérias sobrevivem, podendo tornar-se resistentes.

Portanto, não se auto-medique e respeite sempre as recomendações do seu médico sobre quando e como tomar os antibióticos.

Que doenças são causadas por bactérias resistentes?

As bactérias multirresistentes podem causar um vasto conjunto de infecções: infecções do tracto urinário, pneumonia, infecções da pele, diarreia, infecções da corrente sanguínea. O local da infecção depende da bactéria e do estado clínico do doente. As bactérias multirresistentes ocorrem mais frequentemente nas infecções adquiridas no hospital ou relacionadas com cuidados de saúde, mas a sua incidência aumenta significativamente na comunidade, muitas vezes associada à utilização prévia de antibióticos.

Por que razão é a resistência aos antibióticos um problema?

O tratamento das infecções causadas por bactérias resistentes é um desafio: os antibióticos habitualmente utilizados já não são eficazes e os médicos têm de escolher outros antibióticos. Este facto poderá causar o atraso na implementação do tratamento correcto e resultar em complicações e insucesso terapêutico, incluindo a

morte. O doente poderá também necessitar de mais cuidados, assim como de antibióticos alternativos mais dispendiosos e que podem causar efeitos secundários mais graves.

Qual é a gravidade do problema?

Actualmente, a situação agrava-se com o aparecimento de novas estirpes de bactérias resistentes a vários antibióticos em simultâneo (conhecidas como bactérias multirresistentes). Estas bactérias podem, eventualmente, tornar-se resistentes a todos os antibióticos conhecidos. Sem antibióticos, há o risco de regressarmos à “era pré-antibiótica”, em que as doenças infecciosas causadas por bactérias passariam a não poder ser tratadas com sucesso, resultando na morte. Nesta situação, os transplantes de órgãos, a quimioterapia para o cancro, os cuidados intensivos e outras actividades e procedimentos médicos deixarão de ser possíveis.

O problema é pior do que no passado?

Antes da descoberta dos antibióticos, milhares de pessoas morriam devido a doenças bacterianas, como a pneumonia ou infecções na sequência de procedimentos cirúrgicos. Com o aparecimento e desenvolvimento dos antibióticos, a mortalidade por infecções diminuiu marcadamente. No entanto, a sua crescente utilização levou a que cada vez mais bactérias originalmente susceptíveis aos antibióticos desenvolvam estratégias para os combater e se tornem resistentes. Os níveis de resistência estão a aumentar e o problema da resistência aos antibióticos é agora uma importante ameaça para a saúde pública.

O que pode ser feito para resolver o problema?

Manter a eficácia dos antibióticos é uma responsabilidade de todos. A utilização responsável de antibióticos pode ajudar a combater o desenvolvimento de bactérias resistentes e a manter a eficácia dos antibióticos para utilização pelas gerações

futuras. Com base neste facto, torna-se importante saber em que ocasiões é apropriado tomar antibióticos e como os usar de forma responsável. Em alguns países realizaram-se já campanhas de sensibilização públicas bem sucedidas, que resultaram na redução do consumo de antibióticos.

A resistência aos antibióticos é um problema na Europa?

Os dados de vigilância mostram que a resistência aos antimicrobianos é um problema crescente de saúde pública nos hospitais e nas comunidades europeias. Em 2001, para abordar este problema de saúde pública, o Conselho da União Europeia emitiu uma recomendação em que solicitava aos países que implementassem acções para assegurar a utilização prudente dos antibióticos (Recomendação 2002/77/CE do Conselho, de 15 de Novembro de 2001, relativa à utilização prudente de agentes antimicrobianos na medicina humana). Há alguns anos, vários países lançaram programas nacionais, incluindo campanhas de sensibilização pública, tendo subseqüentemente constatado uma redução tanto no consumo de antibióticos como no desenvolvimento da resistência aos antibióticos.

Por que razão alguns países são mais afectados que outros?

Existem muitas razões para a existência de diferentes taxas de resistência, entre as quais se podem incluir a utilização de antibióticos, as doenças subjacentes, a qualidade dos cuidados hospitalares, as taxas de vacinação e factores sociais. Nem sempre é possível determinar a proporção de infecções resistentes causadas por um único factor. Dados do Sistema Europeu de Vigilância da Resistência aos Antimicrobianos (<http://www.rivm.nl/earss/>) mostram a existência de uma diferença Norte-Sul, com taxas baixas nos países escandinavos e Países Baixos e taxas elevadas no Sul da Europa. Os países com taxas de resistência mais baixas apresentam, em geral, uma menor utilização de antibióticos, ao passo que nos países com taxas de resistência mais elevadas se constata uma maior utilização.

Qual a situação em relação à resistência noutras regiões do mundo?

A utilização inadequada de antibióticos é um problema mundial. A Organização Mundial de Saúde (OMS) emitiu uma estratégia global e orientações para ajudar os países a estabelecerem sistemas de monitorização da resistência aos antibióticos e a implementar acções eficientes (por exemplo, assegurar que os antibióticos apenas

podem ser adquiridos mediante receita médica). Apesar de ainda morrerem pessoas nos países em vias de desenvolvimento devido à falta de terapêutica antibiótica correcta, a resistência aos antibióticos provocada pela sua utilização inadequada é motivo de preocupação em todos os continentes.

Que antibióticos são utilizados em animais destinados à produção de alimentos?

Estão relacionados com os antibióticos utilizados em seres humanos?

Os antibióticos usados no tratamento e na prevenção de infecções bacterianas em animais pertencem aos mesmos grupos químicos que os utilizados nos seres humanos: macrólidos, tetraciclina, quinolonas, beta-lactâmicos, aminoglicósidos. Por conseguinte, os animais podem adquirir bactérias resistentes a antibióticos também utilizados contra infecções em seres humanos.

A utilização de antibióticos em animais destinados à produção de alimentos contribui para o problema?

Determinadas bactérias resistentes associadas ao consumo de alimentos, como *Campylobacter* ou *Salmonella*, podem ser transmitidas dos animais para os seres humanos através dos alimentos. As pessoas também podem contrair bactérias resistentes a partir do contacto directo com os animais. Porém, a causa principal de resistência aos antibióticos nos seres humanos continua a ser a utilização de antibióticos na medicina humana.

MENSAGENS-CHAVE PARA O CIDADÃO

Quando devo tomar antibióticos?

Os antibióticos não são a solução para infeções causadas por vírus, como as vulgares constipações ou a gripe. Os antibióticos apenas são eficazes contra infeções bacterianas. Apenas um médico pode realizar o diagnóstico correcto e decidir se um antibiótico é ou não necessário.

Lembre-se: Os antibióticos não são eficazes contra gripes ou constipações!

Os antibióticos apenas são eficazes contra infeções bacterianas – não irão ajudar a recuperar de infeções causadas por vírus como constipações comuns ou gripes.

Os antibióticos não evitam a propagação de vírus para outras pessoas.

Tomar antibióticos pelas razões erradas, como em caso de constipações ou de gripe, não lhe irá trazer qualquer benefício.

A utilização inadequada de antibióticos resulta apenas no desenvolvimento de resistência aos tratamentos com antibióticos por parte das bactérias. Por conseguinte, quando necessitar de tomar antibióticos no futuro, estes poderão já não funcionar.

Os antibióticos têm frequentemente efeitos secundários, como diarreia.

Respeite sempre os conselhos do médico antes de tomar antibióticos.

Como devo tomar antibióticos?

Quando o médico tiver confirmado que necessita de antibióticos, é muito importante tomá-los de forma responsável (não deve interromper o tratamento contra a indicação médica por se começar a sentir melhor).

Lembre-se: Tome os antibióticos de forma responsável!

Tome antibióticos apenas quando prescritos por um médico e respeite as indicações do médico sobre como tomá-los de modo a que possam manter a sua eficácia também no futuro. Respeite as indicações do médico sobre a dose, o intervalo de tempo entre as tomas e a duração do tratamento.

Não guarde restos de antibióticos não utilizados. Caso tenha recebido mais doses que as que lhe foram prescritas, pergunte ao seu farmacêutico como pode eliminar os medicamentos excedentes.

Por que razão deve tomar antibióticos de forma responsável?

A utilização errada ou incorrecta de antibióticos pode resultar no desenvolvimento de resistência nas bactérias em tratamentos futuros. Trata-se de um perigo para a saúde não só da pessoa que tomou os antibióticos de forma inadequada, como também para todas as outras pessoas que mais tarde podem contrair a bactéria resistente.

Lembre-se: Manter a eficácia dos antibióticos é uma responsabilidade de todos!

Os antibióticos estão a perder eficácia a um ritmo que era imprevisível até mesmo há cinco anos. Isto deve-se ao facto de a utilização de antibióticos ter resultado no desenvolvimento de resistência aos tratamentos por antibióticos pela parte das bactérias.

Caso continuemos a consumir antibióticos como até agora, a Europa poderá regressar à era pré-antibióticos, em que uma infecção bacteriana comum, como uma pneumonia, podia ser uma sentença de morte. Deste modo, quando necessitar de antibióticos no futuro, estes poderão já não funcionar.

Não utilize antibióticos pelas razões erradas nem incorrectamente.

Respeite sempre os conselhos do médico acerca de quando e como utilizar os antibióticos de forma responsável, de modo a que estes possam conservar a sua eficácia no futuro.

Todas as pessoas podem desempenhar um papel importante na redução da resistência aos antibióticos:

• Os doentes:

1. Sempre que possível, prevenindo as infeções, cumprindo o programa nacional de vacinação.
2. Lavando as suas mãos, e as mãos dos seus filhos, com regularidade – por exemplo, depois de espirrar ou tossir e antes de tocar em objectos ou em pessoas.
3. Usando antibióticos apenas mediante receita médica; não tomando “sobras” nem antibióticos obtidos sem receita médica.
4. Respeitando as recomendações do médico ao tomar antibióticos.
5. Perguntando ao farmacêutico qual a forma apropriada de eliminar os medicamentos não consumidos.

• Os médicos e outros profissionais de saúde, p. ex., farmacêuticos e enfermeiros:

6. Prescrevendo antibióticos apenas quando são necessários, em conformidade com as orientações baseadas em factos científicos. Quando possível, prescrever um antibiótico específico para a infeção e não de “largo espectro”.
7. Explicando aos doentes como aliviar os sintomas de constipações e de gripe, sem utilizar antibióticos, que são ineficazes nestas situações.
8. Informando os doentes sobre a importância de cumprir o tratamento com antibióticos tal como o indicado pelo médico.