

O que é “resistência aos antibióticos”? Às vezes, um antibiótico que costumava funcionar no passado para um certo tipo de infeção bacteriana já não funciona. Isso acontece quando as bactérias mudam e, portanto, não podem ser eliminadas ou inibidas pelo antibiótico. O antibiótico é então incapaz de curar uma infeção causada por essas bactérias. Por outras palavras, as bactérias tornam-se resistentes e podem continuar a multiplicar-se no nosso organismo, mesmo tomando o antibiótico. Dá-se a este fenómeno a designação de resistência aos antibióticos e geralmente é causada pelo uso excessivo ou inadequado de antibióticos.

Como é que as bactérias resistentes aos antibióticos entram no nosso corpo? As infeções podem ocorrer quando há uma “porta de entrada” para bactérias resistentes entrarem no corpo do doente, geralmente através de uma rotura na pele, como uma ferida cirúrgica ou um cateter numa veia (linha intravenosa). A maneira mais provável de isso ocorrer é tocar diretamente no 'local' com as mãos sujas. Em unidades de saúde onde o uso de antibióticos é elevado e mal gerido, as bactérias têm maior probabilidade de se tornarem resistentes aos antibióticos e podem causar infeções associadas aos cuidados de saúde (IACS) que são muito mais difíceis de tratar.

A resistência aos antibióticos acontece nos hospitais e na comunidade? A resistência aos antibióticos: problema mundial que ocorre tanto em hospitais como, também na comunidade.

Porque nos devemos preocupar com as bactérias resistentes aos antibióticos? Quando uma pessoa toma antibióticos, geralmente as bactérias que estão a causar infeção são mortas, mas as bactérias resistentes podem desenvolver-se e multiplicar-se no organismo, dificultando o tratamento de infeções com os antibióticos disponíveis. Essas infeções podem causar sérios danos e até a morte. As bactérias resistentes a antibióticos podem espalhar-se facilmente pelos doentes mais vulneráveis. Às vezes, também se podem espalhar para os seus familiares, colegas de escola ou colegas de trabalho. É uma preocupação de saúde pública em todo o mundo, pois mais bactérias estão a desenvolver resistência aos antibióticos, mas o número de novos antibióticos disponíveis para tratar infeções diminuiu. É importante notar que você ou a sua família podem transmitir bactérias resistentes a antibióticos que podem permanecer no seu intestino ou na sua pele sem lhe causar nenhum dano, mas que podem causar infeção a outras pessoas.

Qual é a principal medida que os profissionais de saúde devem tomar para impedir a disseminação das bactérias resistentes entre os doentes?

A resposta é simples: higienizar as mãos!

Há momentos ou indicações em que um profissional de saúde deve higienizar as mãos para proteger o seu doente da disseminação de bactérias resistentes:

Antes do profissional de saúde tocar no doente quando se aproxima dele

Por exemplo: Antes de examinar um doente ou ajudar o doente a se movimentar ou a vestir. A OMS designa por “1.º Momento de higiene das mãos – Antes de tocar no doente”

Antes de um procedimento limpo ou asséptico

Isso significa antes de realizar uma atividade ou um cuidado envolvendo o toque direto das membranas mucosas ou uma parte do corpo (que não seja a pele intacta), por exemplo, durante penso, colocação de um cateter urinário, higiene oral, colocação de um cateter intravenoso e cuidados com esse cateter e com o penso. A OMS designa por 2.º Momento “Antes de um procedimento limpo ou asséptico”.

O que é que os doentes podem fazer para evitar infeções por bactérias resistentes?

Quando os doentes estão no hospital, podem ajudar a impedir a propagação de bactérias resistentes a antibióticos lavando as mãos. Aqui estão alguns exemplos de quando devem fazê-lo: a) NÃO tocar no seu próprio penso ou no local de colocação do cateter venoso, no penso do-local da linha intravenosa ou no sistema de soro (V); b) após tocar em outros doentes; c) depois de usar a casa de banho.

Os doentes também podem trabalhar ao lado dos seus profissionais de saúde, perguntando educadamente se higienizaram as mãos antes de lhes tocar e antes de uma tarefa limpa - a OMS tem um documento sobre isso, em: (http://www.who.int/gpsc/5may/5may2013_patient-participation/en/)

Evite o desenvolvimento de infeções mantendo-se saudável (por exemplo, por meio de uma dieta saudável e praticando uma boa higiene) para que você não precise de tomar antibióticos.

Evite infeções lavando as mãos regularmente em sua casa, escritório, escola, faculdade, etc.

Deixe que seja o seu Médico ou o Farmacêutico a decidir quando deve tomar antibiótico e qual o mais adequado para a sua infeção

– Não exija ao seu Médico que lhe prescreva um antibiótico. É preciso estar consciente que uma grande parte das doenças não se curam com antibiótico – exemplo: as infeções virais.

- Se forem prescritos antibióticos, pergunte sempre ao Médico qual é o seu mecanismo de ação e como vai atuar e ajudar na sua doença.

- Tome os antibióticos prescritos pelo seu médico ou farmacêutico e não os interrompa, mesmo que comece a sentir-se melhor.

- Não economize nem tome antibióticos para outra doença. Embora várias infeções possam parecer iguais, podem não ser.

- Não partilhe os seus medicamentos prescritos, com outras pessoas – isso pode levar ao uso indevido e facilitar a resistência aos antibióticos. Os antibióticos são armas poderosas e também podem ter efeitos colaterais negativos.

- Incentive a sua família e amigos a tomar antibióticos apenas quando necessário.



Leia mais sobre resistência antimicrobiana em: <http://www.who.int/gpsc/5may/en/>

All reasonable precautions have been taken by the World Health Organization to verify the information contained in this document. However, the published material is being distributed without warranty of any kind, either expressed or implied. The responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall the World Health Organization be liable for damages arising from its use.

WHO acknowledges for their active participation in developing this material the McGuckin Methods International, the MRSA Survivors Network, the WHO Patients for Patient Safety.