

# Lembre-se

- Os antibióticos não são eficazes contra gripes ou constipações
- Tome antibióticos de forma responsável e apenas quando prescritos pelo seu médico
- Manter a eficácia dos antibióticos é uma responsabilidade de todos

## Quando precisar *mesmo* de antibióticos, garanta que os toma de forma responsável

Quando lhe prescreverem antibióticos, siga as instruções do médico de modo a minimizar o risco do desenvolvimento de bactérias resistentes.

Se não seguir correctamente as instruções (por exemplo, se encurtar o tempo de tratamento, se tomar uma dose inferior ou se não tomar os antibióticos nos devidos intervalos de tempo prescritos pelo seu médico), as bactérias podem tornar-se resistentes aos antibióticos.

As bactérias resistentes podem permanecer no seu organismo e podem também ser transmitidas a terceiros. Isto pode colocá-lo a si e aos outros em risco de os antibióticos não fazerem efeito quando voltar a precisar deles.

- Respeite o conselho do seu médico em relação ao modo e momento correctos de tomar os antibióticos
- Não utilize “sobras” de antibióticos
- Pergunte ao seu médico ou farmacêutico sobre como eliminar quaisquer antibióticos restantes

Para mais informações sobre sensibilização para o uso racional de antibióticos, consulte:  
<http://antibiotic.ecdc.europa.eu>



## Sensibilização para o Uso Racional de Antibióticos

### Mantenha a Eficácia dos Antibióticos

## As bactérias resistentes a antibióticos são um problema de saúde cada vez mais grave

Durante muitas décadas os antibióticos curaram infecções potencialmente fatais. Porém, nos últimos anos, a utilização incorrecta de antibióticos levou ao desenvolvimento e à propagação de bactérias resistentes a antibióticos.

Quando as pessoas têm infecções causadas por bactérias resistentes, os antibióticos já não são eficazes no tratamento da infecção e a doença pode manter-se por mais tempo ou mesmo agravar-se.

Permitir o desenvolvimento de resistência aos antibióticos é uma grave ameaça para a saúde pública, porque as bactérias resistentes podem propagar-se pela comunidade.

## Tome antibióticos apenas quando for necessário

Os antibióticos apenas devem ser utilizados quando necessários, pois a utilização excessiva pode tornar as bactérias resistentes aos antibióticos.

Tomar antibióticos quando não são necessários não irá ajudá-lo. Por exemplo, os antibióticos NÃO são eficazes contra infecções causadas por vírus, tais como as vulgares constipações ou a gripe. Na maioria dos casos, o seu sistema imunitário deverá ser capaz de combater infecções simples. Tomar antibióticos não o ajudará a recuperar ou a prevenir que os vírus se transmitam a terceiros.

Apenas um médico pode realizar o diagnóstico correcto e decidir se a sua doença requer tratamento com antibióticos.

- **Manter a eficácia dos antibióticos é uma responsabilidade de todos**
- **A utilização responsável de antibióticos pode ajudar a combater o desenvolvimento de bactérias resistentes**
- **O combate ao desenvolvimento de bactérias resistentes manterá a eficácia dos antibióticos para utilização pelas gerações futuras**
- **Não tome antibióticos sem uma receita médica**
- **Se tem uma constipação ou gripe, e o seu médico decidir que não necessita de antibióticos, cuide da sua saúde de modo a recuperar**
- **Se os seus sintomas não melhorarem ou se se agravarem durante o período de tempo indicado pelo seu médico, entre em contacto com ele pois poderá ser necessária uma reavaliação**

EUROPEAN  
ANTIBIOTIC  
AWARENESS DAY

A European Health Initiative



## Constipação? Gripe? Tome cuidado, antibióticos não!

O que fazer se tiver uma constipação ou gripe e o seu médico não prescrever antibióticos

1. Descanse e cuide da sua saúde de modo a recuperar
2. Beba bastantes líquidos para evitar a desidratação
3. Pergunte ao seu médico sobre outros tratamentos que não incluam antibióticos para aliviar os seus sintomas, tais como o nariz entupido, garganta inflamada, tosse, etc.

**Se os seus sintomas não melhorarem ou se se agravarem durante o período de tempo indicado pelo seu médico, entre em contacto com ele pois poderá ser necessária uma reavaliação.**