

Organização Mundial de Saúde Informação para os Doentes/Utentes e Consumidores

O que é "resistência aos antibióticos"? Às vezes, um antibiótico que costumava ser eficaz no passado para um certo tipo de infeção bacteriana já não o é presentemente. Isso acontece quando as bactérias mudam e, portanto, o antibiótico não as consegue eliminar ou impedir a sua disseminação. O antibiótico (e outros do mesmo "tipo") é então incapaz de curar uma infeção, causada por estas bactérias. Por outras palavras, as bactérias tornam-se resistentes e podem continuar a multiplicar-se no corpo de um doente mesmo quando está a tomar o antibiótico. A isso chama-se "resistência aos antibióticos" e é geralmente causada pelo uso excessivo e mau uso de antibióticos.

Como é que as bactérias resistentes aos antibióticos entram no nosso corpo? As infeções podem ocorrer quando existe uma "porta de entrada" para as bactérias resistentes entrarem no corpo do doente, geralmente através de uma lesão ou rotura da pele, como é o caso de uma ferida cirúrgica ou do local de colocação do cateter numa veia. A maneira mais provável de isso acontecer, é tocando diretamente no local da ferida sem lavar primeiro as mãos. Nas unidades de saúde onde o uso de antibióticos é elevado e mal regulamentado, as bactérias tornam-se mais resistentes aos antibióticos e podem causar infeções associadas aos cuidados de saúde (IACS - infeções adquiridas durante a prestação de cuidados de saúde) que são muito mais difíceis de tratar.

Qual é a ação-chave que os profissionais de saúde devem cumprir para impedir que as bactérias resistentes tenham acesso aos doentes/utentes?

A resposta é simples: Higiene das Mãos!

Há momentos-chave em que o profissional de saúde deve lavar as mãos para proteger o seu doente e evitar a transmissão de microrganismos multirresistentes:

Antes do profissional de saúde tocar no doente, ao chegar junto dele/dela

Por exemplo, antes de começar a fazer um tratamento ou exame ou a ajuda-lo a se mobilizar. A OMS chama a esta indicação para a higiene das mãos - **Momento 1, antes de tocar no doente.**

Antes de um procedimento limpo e/ou assético

Isto quer dizer, antes de realizar uma atividade de cuidados envolvendo o toque direto das membranas mucosas ou de uma parte do corpo (exceção: a pele intacta), por exemplo, durante o penso, a colocação e os cuidados ao cateter urinário e ao cateter venoso, cuidados de higiene oral ou outros cuidados.

A OMS chamou a este o "**Momento 2**" - **Antes de um procedimento limpo ou asséptico.**

Informação para os Doentes e Consumidores

O que é que os doentes podem fazer para prevenir a transmissão das resistências aos antibióticos no hospital?

Quando os doentes estão no hospital, eles podem ajudar a evitar a transmissão de bactérias multirresistentes aos antibióticos, lavando as suas mãos. Aqui estão alguns exemplos de quando o devem fazer:

A) antes de tocar no seu próprio penso ou cateter venoso; B) após tocar noutros doentes ou nos seus objectos pessoais; C) após usar a casa de banho.

Os doentes também podem colaborar com os seus profissionais de saúde, perguntando-lhes educadamente se já lavaram as mãos antes de lhes tocar e antes de fazerem qualquer uma tarefa limpa - a OMS divulgou um documento sobre este assunto, disponível no [link \(http://www.who.int/gpsc/5may/5may2013_patient-participation/en/\)](http://www.who.int/gpsc/5may/5may2013_patient-participation/en/)

Uma mensagem geral de chamada de ação dirigida a si!

Previna as infeções mantendo-se saudável (por exemplo, através de uma dieta saudável e da prática de bons cuidados de higiene pessoal) para que você não precise de antibióticos.

Evite as infeções lavando as mãos regularmente na sua casa, escritório, escola, ginásio, etc.

- Só o seu médico lhe pode prescrever o antibiótico adequado para a sua infeção.

Não guarde nem tome antibióticos para outra doença. Embora várias infeções possam parecer serem as mesmas, podem não ser. Não partilhe os seus antibióticos com outras pessoas - isso pode levar a um mau uso e facilitar a resistência aos antibióticos.

Os antibióticos são drogas poderosas mas também podem ter efeitos colaterais negativos.

Não exija antibióticos ao seu médico. Saiba que os antibióticos geralmente não são eficazes nas infeções por vírus.

Se lhe for prescrito um antibiótico, pergunte sempre ao seu médico em que medida este medicamento lhe ajudará a resolver a sua situação de doença actual.

Tome o antibiótico exactamente como o médico prescreveu, não se esqueça de o tomar à hora combinada e não pare de o tomar por sua iniciativa, mesmo que já se esteja a começar a sentir melhor.

Alerte os seus familiares e amigos para que só tomem antibióticos apenas quando for necessário.



Leia mais sobre a resistência aos antibióticos no site: <http://www.who.int/drugresistance/en/>;

Leia mais sobre a higiene das mãos nas unidades de saúde no site: <http://www.who.int/gpsc/5may/en/>.

A Organização Mundial de Saúde tomou todas as precauções necessárias sobre a informação contida neste documento. Contudo, os materiais editáveis têm sido distribuídos sem quaisquer garantias, tanto expressas como implícitas. A responsabilidade de interpretação e uso destes materiais é do leitor. Não foi nunca reportado à OMS quaisquer danos decorrentes do seu uso. A OMS agradece a sua participação no desenvolvimento deste material a "McGuckin Methods International", ao "The MRSA Survivors Network" e o "Departamento de Segurança do Doente" da OMS.