

6 COISAS A SABER SOBRE OS ANTIBIÓTICOS

- **Diarreia associada aos antibióticos** pode afetar até **35%** dos pacientes⁹⁻¹¹
- Nas crianças, essa percentagem pode atingir **80%**⁹
- Em **10 a 20%** dos casos, a diarreia resulta de infecção por *Clostridioides difficile*¹¹

A microbiota ORL

1 Todos os anos, há uma Semana mundial para promover a utilização adequada dos antibióticos

Todos os anos, de 18 a 24 de novembro, a OMS organiza a **Semana Mundial para a Utilização Adequada dos Antimicrobianos**,¹⁵ que visa aumentar a consciencialização para o fenómeno da resistência aos antimicrobianos e incentivar o público em geral, os profissionais de saúde e os decisores políticos a adotarem as melhores práticas para combaterem o surgimento e a disseminação das resistências. Na qualidade de especialista em microbiota, o Biocodex Microbiota Institute adere a esta iniciativa.

A microbiota intestinal

3 Os antibióticos destroem as espécies responsáveis pela infeções, mas também bactérias boas

Intestinos, vagina, pulmões, pele... Há várias partes do nosso corpo que abrigam microrganismos (bactérias, fungos e vírus). São as chamadas microbiotas.² Os antibióticos, embora **erradiquem os germes patogénicos** responsáveis pela nossa infeção, podem também destruir determinadas bactérias benéficas no seio da nossa microbiota e causar um **desequilíbrio** mais ou menos importante nesse ecossistema. É aquilo a que se chama uma **disbiose**.³ Isto aplica-se a todas as microbiotas do corpo: a microbiota intestinal, mas também a microbiota da pele,⁴ a pulmonar,⁵ a ORL,⁶ a urinária⁷ e a vaginal.⁸

A microbiota urinária

6 A utilização inadequada de antibióticos é responsável pela resistência aos mesmos

A **resistência aos antibióticos** consiste no facto de um tratamento por antibióticos deixar de ser eficaz contra uma infeção bacteriana.¹ A que é que isto se deve? Os antibióticos são eficazes apenas face a bactérias e não produzem efeito nos vírus (por exemplo, no da gripe).¹⁴ O seu uso inadequado (no caso de uma infeção viral, por exemplo) ou excessivo - tanto no ser humano como em animais - acelera esse fenómeno. A resistência aos antibióticos implica a estadias mais longas nos hospitais, aumento das despesas de saúde e aumento dos óbitos. É por isso que constitui, à escala global, **um importante problema de saúde pública**.¹

A microbiota pulmonar

2 Os antibióticos salvam vidas

Desde a descoberta da penicilina em 1928, o uso generalizado de antibióticos permitiu salvar milhões de vidas. Principal arma na luta contra as infeções bacterianas, os antibióticos ajudaram a ganhar **quase 20 anos de esperança de vida** conjuntamente com as vacinas.¹

A microbiota vaginal

4 Os antibióticos podem causar efeitos secundários

Ao induzirem a disbiose, os antibióticos podem gerar impactos negativos para a saúde. A principal complicação a curto prazo é a alteração do trânsito intestinal em alguns pacientes. Na maioria das vezes, isto traduz-se em diarreia, estando a microbiota intestinal menos capaz de cumprir as suas funções protetoras. Essa **diarreia associada aos antibióticos** é geralmente de intensidade leve a moderada e a sua incidência varia de acordo com a idade, o tipo de antibióticos, o contexto, etc..

Pode afetar até 35%^{9,10,11} dos pacientes, sendo que, nas crianças, essa percentagem pode atingir 80%.⁹ Em 10 a 20% dos casos, a diarreia resulta de **infeção por Clostridioides difficile** (*C. difficile*):¹¹ esta bactéria coloniza a microbiota intestinal e pode tornar-se patogénica sob a influência de determinados fatores (a toma de antibióticos, por exemplo). As consequências clínicas variam, desde diarreias ligeiras a sintomas muito mais graves ou mesmo morte.¹¹

A microbiota da pele

5 Os antibióticos podem causar efeitos a longo prazo quando ocorre muito cedo na vida

A diarreia associada aos antibióticos não é a única manifestação de disbiose associada a antibióticos. Esta será também responsável por efeitos a longo prazo quando ocorre muito cedo na vida. Com efeito, o período perinatal, que se caracteriza pelo desenvolvimento da microbiota intestinal e pela maturação do sistema imunitário, constitui uma altura particularmente sensível:¹² a **disbiose** induzida pela toma de antibióticos nesta fase parece ser um **fator de risco de ocorrência de doenças crónicas** (obesidade, diabetes, asma, doenças inflamatórias intestinais crónicas).¹³