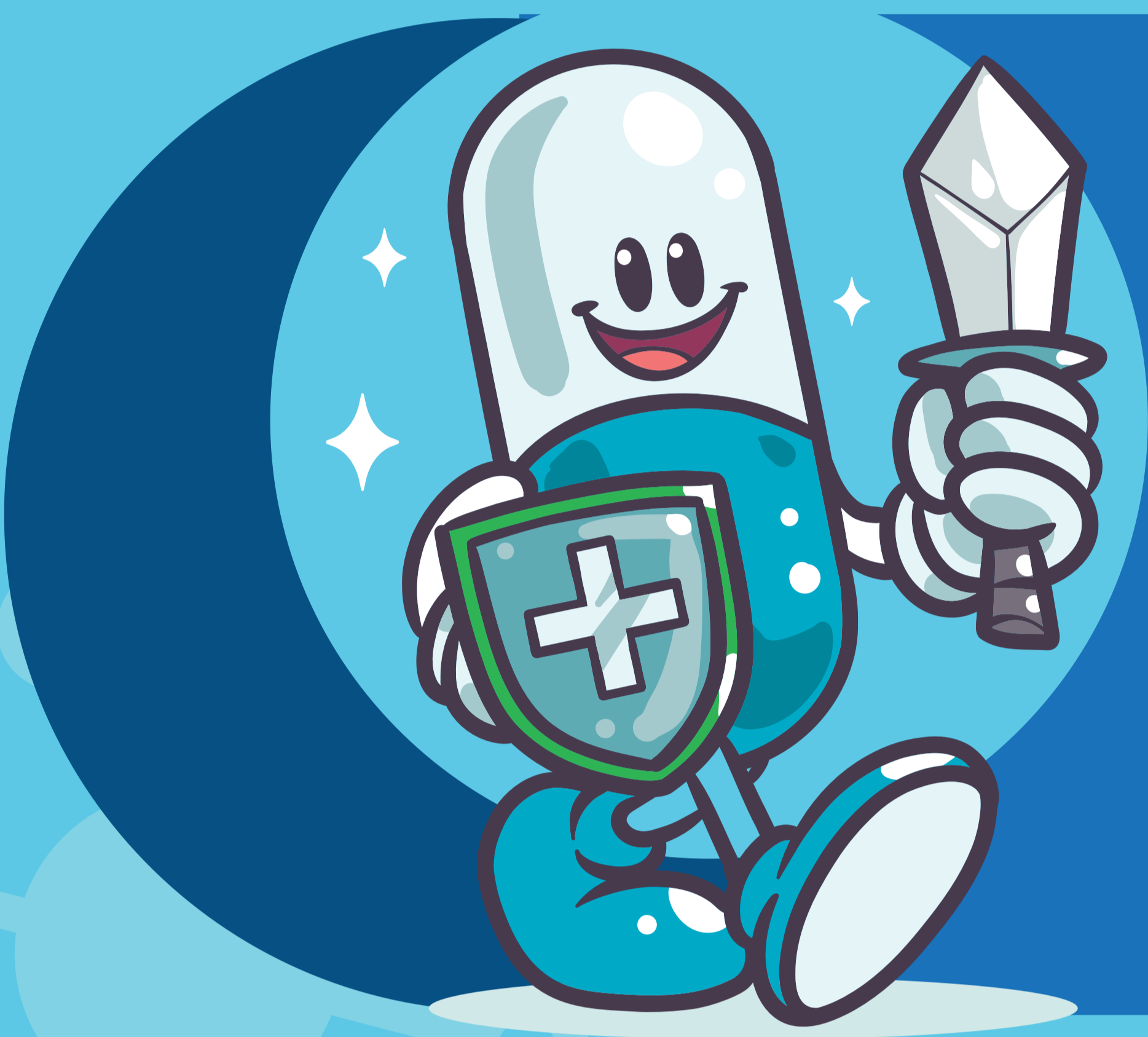
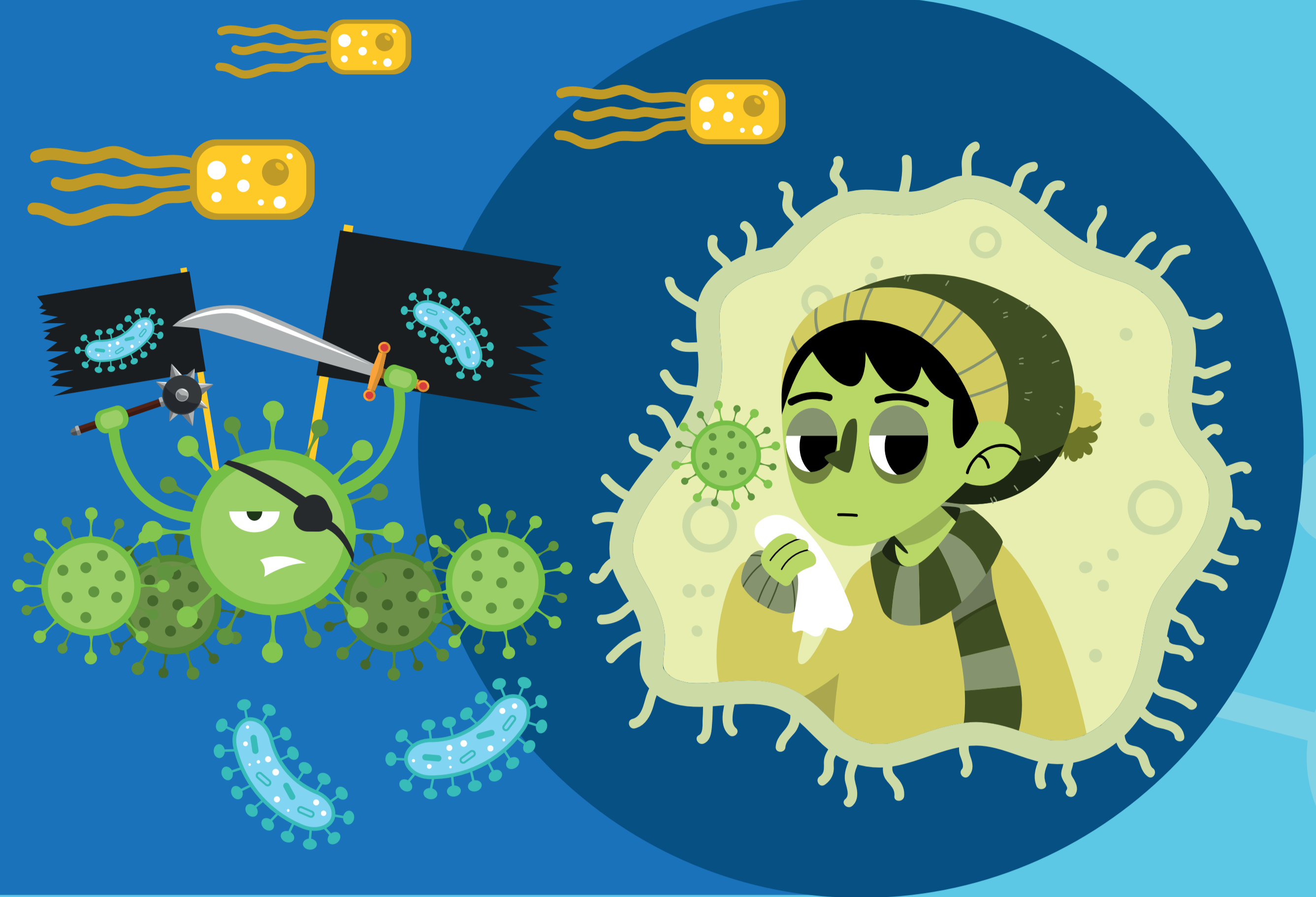


# ¡ANTIBIÓTICOS! ¿POR QUÉ NO AUTOMEDICARSE? PONER EN PELIGRO TU VIDA Y LA DE TODAS Y TODOS

M.P.S.S. Javier del Moral Córdoba | Dr. David Galeana Cadena

## DIFERENCIAS ENTRE BACTERIAS Y VIRUS

Las bacterias son organismos vivos formados de una sola célula que se pueden reproducir fuera de tu cuerpo, imagínalas como pequeñas fábricas microscópicas que funcionan por sí mismas. En cambio, los virus son sólo pequeñísimos paquetes de información genética encerrados en una especie de cápsula que necesitan estar dentro de tu cuerpo y hackear una célula viva para poder replicarse. Por esta razón, los antibióticos pueden destruir la maquinaria de una bacteria, pero son totalmente inútiles contra los virus; a estos últimos los combatimos entrenando a nuestras defensas con vacunas.

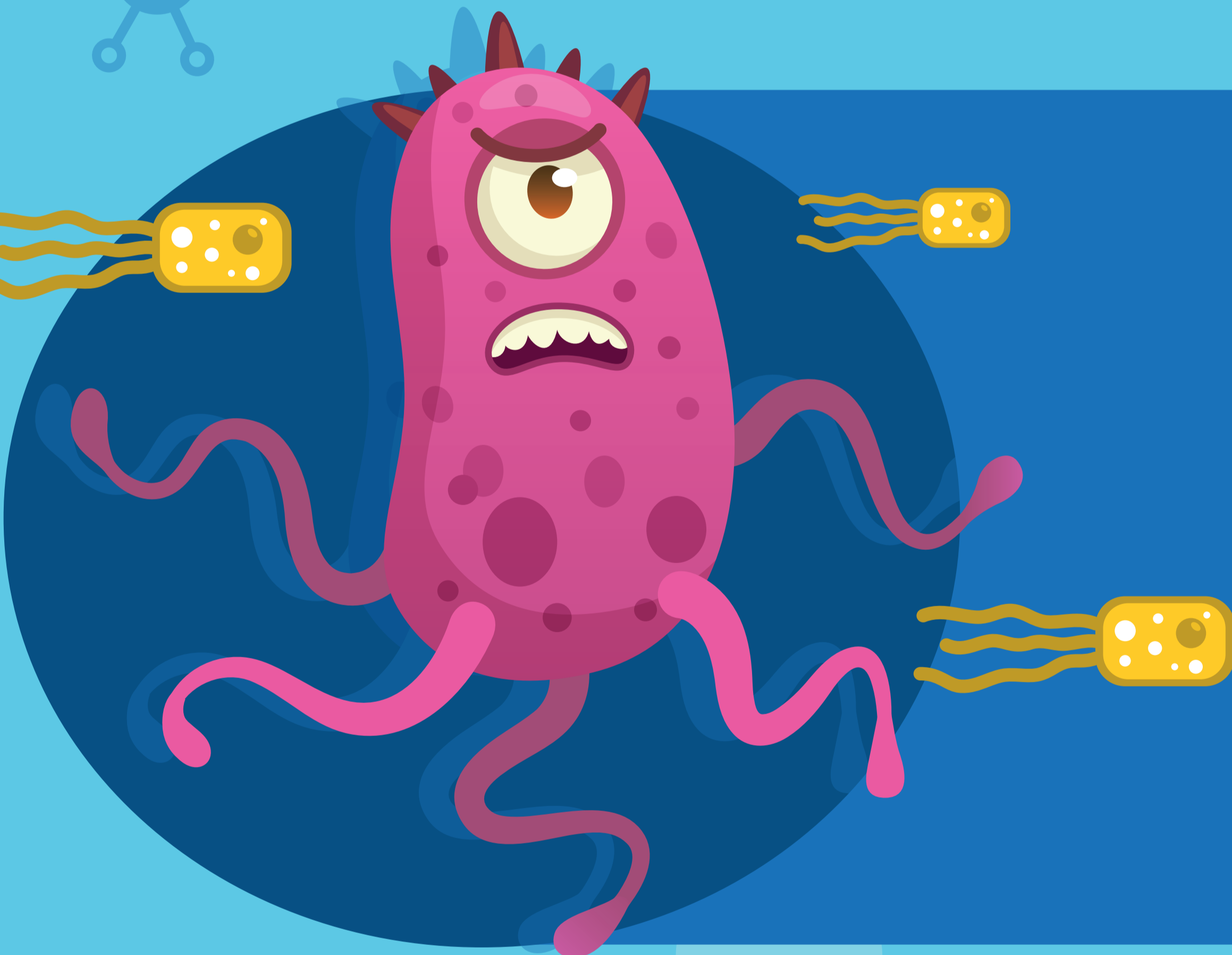
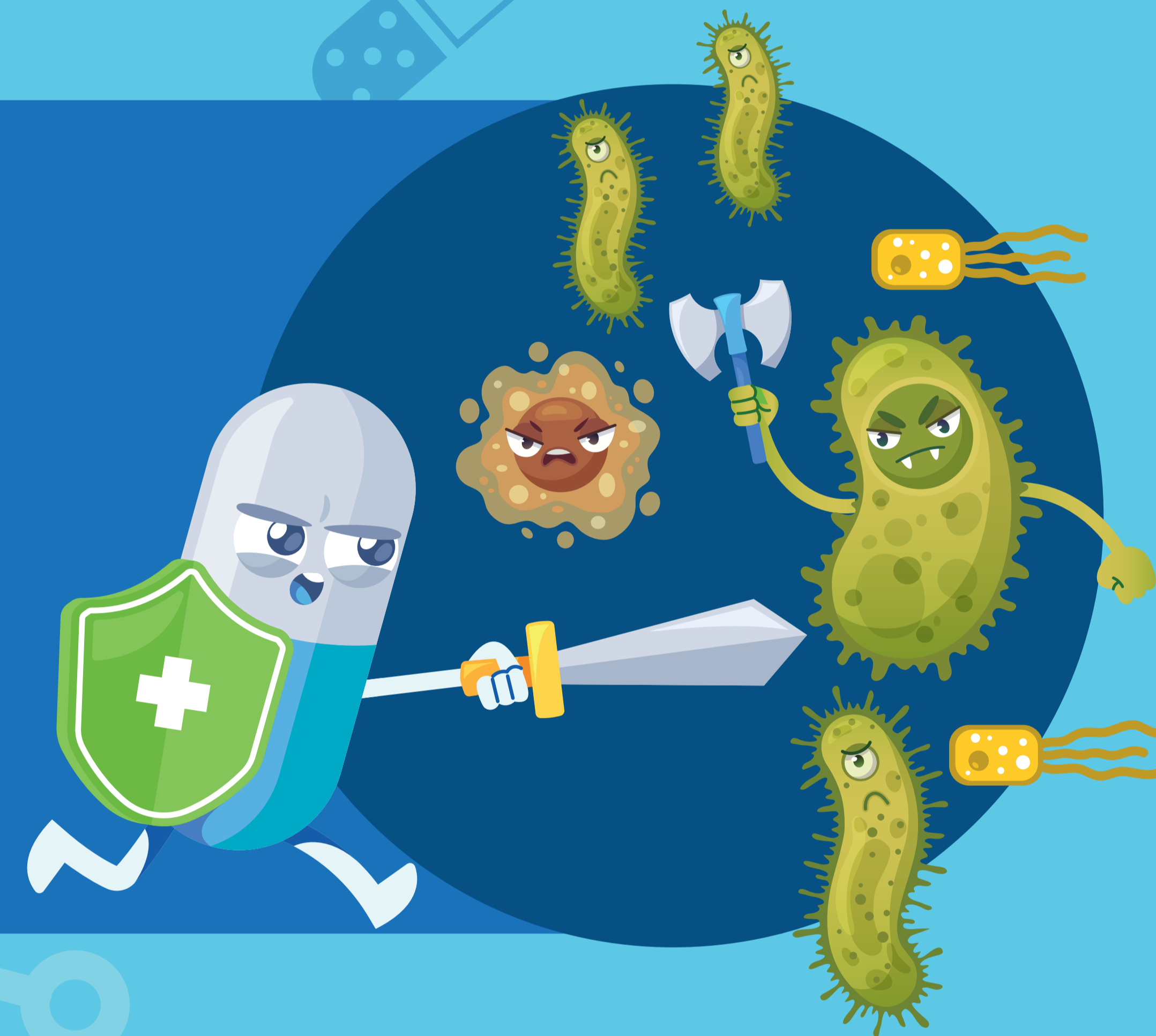


## ¿QUÉ ES UN ANTIBIÓTICO Y CÓMO FUNCIONA?

Un antibiótico es un medicamento diseñado exclusivamente para destruir o frenar a las bacterias. Imagínalo como un soldado que se infiltra en la "fábrica" bacteriana y rompe piezas clave de la fábrica, como su muro exterior o su motor de producción. Como nuestras células humanas están construidas de forma distinta y no tienen esas piezas, el antibiótico nos ignora y sólo ataca al invasor. Por esta misma razón, no sirve contra los virus, ya que ellos no tienen ninguna pieza que el antibiótico pueda romper.

## EL CONTRAATAQUE: ¿QUÉ ES LA RESISTENCIA A LOS ANTIBIÓTICOS?

Si el antibiótico es un soldado que se infiltra, la resistencia es el blindaje que la bacteria desarrolla para sobrevivir. Cuando usamos antibióticos de forma incorrecta, las bacterias que sobreviven "aprenden" las estrategias de los soldados antibióticos y modifican su estructura: cambian las cerraduras de sus puertas o instalan mecanismos de expulsión para sacar al antibiótico antes de que pueda destruir sus piezas. Lo más alarmante es que estas bacterias expertas pueden pasar sus "planos de defensa" a otras, creando un ejército de fábricas imposibles de detener con las medicinas actuales.



## LOS RIESGOS DE LA RESISTENCIA

Cada vez que te automedicas o interrumpes un tratamiento, le estás dando a la bacteria un curso gratuito de supervivencia. Al no terminar la dosis, dejas vivas a las más fuertes, permitiéndoles diseñar un blindaje tan perfecto que se vuelven pan-resistentes: "superfábricas" que ningún soldado conocido puede infiltrar. Si seguimos abusando de los antibióticos, nos arriesgamos a que un simple dolor de garganta o un rasguño puedan ocasionarnos hasta la muerte.

## ¿QUÉ PUEDES HACER PARA DETENER ESTA TRAGEDIA?

La receta es la clave. Consume antibióticos cuando estén indicados en receta. Termina el tratamiento: Si tu médica o médico indicó un tratamiento de siete días, cúmplelo hasta el final, aunque te sientas mejor al tercero. Las bacterias se harán resistentes si no completas tu tratamiento. Prevención, ante todo: Lavarte las manos con frecuencia y mantener tus vacunas al día evitan que las bacterias dañinas siquiera entren al escenario.



### Referencias:

Belay WY, Getachew M, Tegegne BA, Teffera ZH, Dagne A, Zeleke TK, Abebe RB, Gedif AA, Fenta A, Yirdaw G, Tilahun A and Aschale Y (2024) Mechanism of antibacterial resistance, strategies and next-generation antimicrobials to contain antimicrobial resistance: a review. Front. Pharmacol. 15:1444781. doi: 10.3389/fphar.2024.1444781

Organización Mundial de la Salud. 2015. ¿Cómo detener la resistencia a los antibióticos? Siga las recomendaciones de la OMS. <https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/how-to-stop-antibiotic-resistance-here-s-a-who-prescription>

Laboratorios QCV. 2025. Informe actualizado sobre el análisis de resistencia bacteriana en México y sus implicaciones en la salud pública. Informe actualizado sobre el análisis de resistencia bacteriana en México y sus implicaciones en la salud pública. Laboratorios QCV

Instituto Mexicano del Seguro Social. 2025. Resistencia a los antimicrobianos. <https://www.facebook.com/IMSSTam/photos/-cuidado-con-la-resistencia-a-los-antimicrobianos-el-abuso-de-antibi%C3%B3ticos-crea-/1110690401099892>

