lavanguardia.com
Fecha Publicación: miércoles, 11 de mayo de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 5470,75 €
V. Únicos: 1683765

LA VANGUARDIA

Lifestyle

¿Puedo consumir alcohol si estoy tomando antibióticos? 5 mitos y verdades sobre estos medicamentos

- Dos profesionales de la salud despejan las dudas más frecuentes que surgen cuando se toman antibióticos prescritos por el médico

Una mujer con una copa de vino y un blíster de antibióticos

Social Issues

https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20220511/8260176/consumir-alcohol-tomando-antibioticos-mitos-...

Ludmila Moscato/ Clarín

Miércoles, 11 mayo 2022

"No me sirvas vino porque estoy tomando antibióticos". Esta frase, tan repetida como poco cuestionada, lleva implícita la creencia de que el alcohol puede interferir con el efecto del remedio. Una menos difundida, pero que también se puede escuchar es la siguiente: ¿un tratamiento antibiótico puede causar micosis vaginal en las mujeres? ¿Y qué pasa si dejo el tratamiento antes de lo que me indicó el médico que me prescribió los antibióticos?

¿Son ciertas estas afirmaciones? A continuación, las principales creencias que circulan en torno a estos medicamentos utilizados para prevenir y tratar las infecciones bacterianas son ciertas bajo la lupa de los expertos.

Tomar alcohol no es recomendable, pero lo cierto es que tampoco es verdad que, de consumir una copa en cantidad moderada, el antibiótico deje automáticamente de tener un efecto en el organismo.

"Si alguien está tomando antibióticos, puede consumir alcohol en cantidad moderada", sostiene Ramiro Heredia, médico de planta del Hospital de Clínicas de Buenos Aires. "El consumo moderado de alcohol, como una copa de vino, no está contraindicado si una persona está tomando un antibiótico", confirma.

"En algunos casos en particular, como por ejemplo con el metronidazol, usado para algunas infecciones abdominales y genitales, o trimetoprima, para infecciones respiratorias o cutáneas, se ha

lavanguardia.com
Fecha Publicación: miércoles, 11 de mayo de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 5470,75 €
V. Únicos: 1683765

descrito en algunos pacientes un efecto desagradable llamado "disulfiram", explica el médico.

El "disulfiram" es una droga usada en algunos tratamientos para dejar de beber, y cuando se ingiere alcohol las personas "se sienten muy mal, con palpitaciones, cefalea, rubor, náuseas, vómitos; lo que hace que no quieran tomar alcohol nuevamente".

Por otro lado, sostiene que aunque no esté contraindicado, "hay que tener en cuenta que la persona que está tomando un antibiótico se puede sentir enferma, por lo cual consumir alcohol, y más si es en exceso, puede hacer que se sienta peor", aclara.

Por último, subraya: "en el caso de la gran mayoría de los antibióticos, el consumo moderado de alcohol no está contraindicado, siempre y cuándo no sea en exceso, ya que no interrumpe ni modifica en un modo importante el efecto de estos fármacos".

"El objetivo es eliminar la bacteria que está causando el proceso infeccioso. De manera que si el médico indica antibióticos por 5, 7 o 10 días deben cumplirse esos esquemas de manera completa", indica Flor María Ledesma, jefa de Telemedicina de Medifé. De lo contrario, se corre el riesgo de que la infección vuelva, pues las concentraciones "disminuyen demasiado", y no serían suficientes para controlar la infección.

"Si interrumpo la toma a los tres días porque me siento mejor, es probable que al cabo de unas horas las bacterias que aún permanecen vuelvan a multiplicarse y reaparezca el cuadro, por lo que habrá una recaída del proceso infeccioso", añade.

"Además -continúa-, durante ese tiempo, la bacteria puede haber cobrado un mecanismo de resistencia contra el antibiótico y cuando lo volvemos a tomar ya no es tan efectivo, porque la bacteria desarrolló esos mecanismos antimicrobianos".

La resistencia a los antibióticos es una de las grandes amenazas de la salud global. Cada años se producen unas 700.000 muertes debido a que algunos de los antimicrobianos que hemos usado durante décadas han dejado de ser efectivos contra las bacterias, número que podría multiplicarse hasta llegar a 10 millones en 2050, advierten desde la Organización Mundial de la Salud y otras instituciones.

"El cumplimiento de los días de tratamiento indicados para cada infección, como por ejemplo, una infección urinaria no complicada o cistitis, nos asegura en la mayor parte de los casos la eliminación del microorganismo o agente causal. Cada infección, se trata un número de días determinado", coincide Heredia. Y concluye: "En todo caso, un médico es el que debe decidir cuándo empezar o acabar un tratamiento antibiótico, y no el paciente".

Que las personas que usan anticonceptivos hormonales por vía oral, al tomar antibióticos, pierden la efectividad del método para prevenir el embarazo no solo es una creencia muy difundida a nivel popular, sino que también pueden indicarlo los prospectos de este tipo de pastillas, que señalan que, si se toman estos fármacos, deben incorporarse otros métodos de protección denominados "de barrera", como puede ser el preservativo.

lavanguardia.com
Fecha Publicación: miércoles, 11 de mayo de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 5470,75 €
V. Únicos: 1683765

"En una importante revista científica, se publicó en el año 2018 un metaanálisis (una revisión de estudios sobre un tema determinado), en el que analizaron si la mayoría de los antibióticos interferían o generaban fallos en estos métodos anticonceptivos hormonales", relata Heredia.

"La conclusión fue -prosigue- que los antibióticos distintos a la rifampicina, no alteraban la efectividad de los métodos anticonceptivos orales. Esto quiere decir que para la mayoría de los antibióticos usados, no habría una interacción significativa."

"Por supuesto que ante cualquier duda, el usuario de los anticonceptivos orales debería consultar a su médico", añade. No obstante, advierte que la rifampicina (usada en el tratamiento de la tuberculosis y de infecciones de piel, huesos y articulaciones, entre otras) sí podría llegar a interferir.

Por su parte, Ledesma concuerda con que esta premisa es un mito que se mantuvo por muchos años, pero que carece de sustento científico. "Se creía que el antibiótico, al alterar la flora intestinal, interfería en la absorción de las hormonas presentes en el anticonceptivo, pero hoy se sabe que no hay contraindicación a la hora de administrarlos juntos, ya que no tienen interacción farmacológica salvo en el caso de la rifampicina", cierra.

"Muchas veces, los antibióticos alteran la flora bacteriana, que son el grupo de bacterias y microorganismos que están en equilibrio en nuestra mucosa. Esto genera que, en algunas ocasiones, bacterias, u hongos, como por por ejemplo la cándida, se desarrollen en mayor cantidad y generen, por ejemplo, una infección en los genitales que requiera un tratamiento específico", explica Ledesma. "Lo mismo puede ocurrir en otras mucosas, como la oral, o en la mucosa del tubo digestivo", añade.

Los conocidos hongos vaginales suelen ser las afecciones más comunes que se desarrollan de manera paralela a la toma de antibióticos. "Puede alterar lo que se considera flora normal en el tracto genital de la mujer, y conducir a que los hongos, que también son microorganismos normales presentes en la vagina, puedan multiplicarse de manera anormal y producir micosis", detalla la doctora.

Además, señala que se contraindican las soluciones para lavado vaginal, y que existen los antimicóticos locales que pueden ser empleados de darse este efecto indeseado.

Si bien esto, se sabe, debe respetarse, también es común que se produzcan olvidos u omisiones y, en esos casos puede primar la duda. ¿Debe tomarse lo antes posible, una vez que se advierte el olvido de la toma? ¿Qué pasa si pasan muchas horas? ¿Se deben tomar dos pastillas juntas? ¿Puede ser necesario reiniciar el tratamiento?

Para saber cómo se debe actuar es importante entender el procedimiento mediante el cual actúan los antibióticos. "La frecuencia en la toma del antibiótico tiene que ver con mantener en la sangre los niveles adecuados de la droga, para que ésta haga su efecto", aclara Heredia.

En el mismo sentido, Ledesma manifiesta: "todo fármaco tiene una farmacocinética, es decir, desde que lo ingerimos (y pasa por el tracto digestivo, se da su absorción, su distribución, su unión a proteínas en el plasma) hasta la excreción por riñón o intestino: ese movimiento que tiene el antibiótico en nuestro organismo se realiza durante unas horas determinadas".

lavanguardia.com
Fecha Publicación: miércoles, 11 de mayo de 2022
Páginas: 4
Valor Publicitario: 5470,75 €
V. Únicos: 1683765

Y agrega: "una vez cumplido ese ciclo, ya no tenemos la sustancia en nuestro cuerpo y ya no va a tener efecto sobre la bacteria. De nada sirve entonces tomar dos dosis juntas, porque estaríamos causando más efectos adversos", sugiere.

Por su parte, Heredia afirma: "Cada antibiótico tiene una posología determinada, según el foco de la infección que uno quiera tratar, y los gérmenes que la pueden provocar. Es importante cumplir con las tomas y con los horarios recomendados".

"Esto es principalmente importante -aclara- con los antibióticos beta-lactamicos, dentro de los que está incluida, entre otros, la penicilina". En el caso de olvidar una dosis, el médico señala que debe tomarse en el momento en que se advierta la omisión, y continuar con los horarios recomendados por el médico.

"Generalmente no hay que reiniciar un tratamiento. Si bien es importante cumplir los horarios de los tratamientos, tampoco es que deben ser cronometrados", tranquiliza.

Por último, ambos profesionales destacan la importancia de no automedicarse, así como de consultar con el médico ante posibles peligros en las interacciones con otros medicamentos.

"Es importante tomar conciencia respecto de las posibles interacciones que los antibióticos tienen con otros medicamentos. Cuando los médicos prescribimos un antibiótico, estamos muy atentos a si el paciente está consumiendo otros que pueden interactuar y conllevar efectos adversos como arritmias, daño en el riñón o en el hígado o el oído", alerta Ledesma.

"También observamos si la persona es muy mayor, o si tiene insuficiencia renal o hepática, ya que son condiciones que pueden alterar el movimiento del antibiótico en el organismo desde su absorción hasta su excreción, y al estar mezclados otros medicamentos, pueden causar interacciones tóxicas o alterar la su respuesta", añade.

Para cerrar, Heredia suma otro argumento vinculado a los riesgos de la automedicación: se contribuye, de algún modo, al "drama que se está dando con la generación de resistencia bacterianas a los antibióticos comunes"