Antibióticos en niños: cómo usarlos bien

Para mamás, papás y cuidadores de niños que toman o podrían tomar antibióticos

Los antibióticos matan bacterias. No sirven contra los virus. La mayoría de resfriados, gripes, dolores de garganta, bronquiolitis y diarreas en niños son por virus, y en esos casos el antibiótico no ayuda a que se cure más rápido. Usarlo sin necesidad solo le da al niño el riesgo de los efectos adversos.

Solo con indicación médica

El médico decide si su hijo necesita un antibiótico. También decide cuál, la dosis según el peso y cuántos días tomarlo. Un mismo síntoma, como fiebre o tos, puede necesitar antibiótico en un niño y no en otro.

Si el médico le dice que no hace falta antibiótico, no es descuido. Es la decisión correcta cuando la causa es un virus.

Cumpla los días indicados

Dele el antibiótico todos los días que indicó el médico, ni más ni menos, aunque el niño se sienta mejor antes. Si lo suspende antes de tiempo, la infección puede volver. Si lo alarga sin indicación, aumentan los efectos adversos.

Dele las dosis a la hora indicada. Si se le olvida una, désela cuando se acuerde, salvo que ya casi sea la hora de la siguiente. En ese caso, no le dé dos dosis juntas.

Cómo preparar el jarabe

Muchos antibióticos para niños vienen como polvo en un frasco al que se le agrega agua en la farmacia o en la casa.

1. **Revise la fecha de vencimiento** y que el frasco esté sellado.
2. **Golpee suave el frasco** para soltar el polvo.
3. **Use agua purificada o agua hervida ya fría.** No use agua caliente, jugo ni leche.
4. **Agregue la mitad del agua, tape y agite fuerte.** Luego complete el agua hasta la marca del frasco, o la cantidad que dice el empaque, y agite otra vez.
5. **Escriba en el frasco la fecha** en que lo preparó.
6. **Agite antes de cada dosis.**
7. **Mida con la jeringa o el vasito que trae el frasco.** No use cucharas de cocina: su tamaño varía mucho.

Si tiene dudas, pida en la farmacia que se lo preparen.

¿Va en la refrigeradora?

Depende del antibiótico. Lea la etiqueta: algunos dicen "Conservar en refrigeración" y otros "Conservar a temperatura ambiente". Algunos se dañan si se refrigeran.

- **Si va en refrigeración:** guárdelo en la refrigeradora, no en el congelador.
- **Si va a temperatura ambiente:** guárdelo en un lugar fresco, lejos del sol y fuera del carro.
- **Cuánto dura una vez preparado:** también lo dice la etiqueta. Por lo general son entre 7 y 14 días. Lo que sobre después de ese tiempo se bota.

Buenas prácticas

- **No automedique.** No le dé antibióticos sin que un médico examine a su hijo.
- **No reúse antibióticos.** No guarde lo que sobró para la próxima vez ni use el de un hermano. Puede ser el antibiótico equivocado, la dosis equivocada o estar vencido.
- **No compre antibióticos sin receta,** ni por recomendación de vecinos, familiares o la farmacia.
- **No le pida al médico un antibiótico "por si acaso"** para un resfriado.

Dr. Rafael Oscar Santamaría Vásquez · Pediatra e infectólogo · JVPM 16935 · NUE Infectología (CONADEM): INFECT-002-1
Hospital Centro Pediátrico, Clínica 7, Final Diagonal Dr. Luis Edmundo Vásquez #222, Colonia Médica, San Salvador
Lun. a vie. 1:00 a 5:30 p. m. · Sáb. 8:30 a. m. a 12:30 md · Previa cita · Tel. 2530 2083 · WhatsApp 7151 3283 · IG @dr.rafaelsantamaria

Efectos adversos y daño a la microbiota

Como cualquier medicina, los antibióticos pueden causar efectos adversos. Los más comunes son:

- **Diarrea**, náuseas o dolor de barriga.
- **Hongos en la boca** (algodoncillo) o en el área del pañal.
- **Ronchas o manchas en la piel.** No todas son alergia, pero siempre hay que consultarlo.

La microbiota. En el intestino viven miles de millones de bacterias buenas que ayudan a digerir, protegen contra infecciones y entrenan las defensas. Los antibióticos no distinguen entre bacterias buenas y malas, y también eliminan parte de esas. La microbiota puede tardar semanas o meses en recuperarse, y en algunas personas no vuelve a quedar igual (Dethlefsen y Relman, PNAS, 2011).

La resistencia. Cada vez que se usa un antibiótico sin necesidad, las bacterias tienen más oportunidad de volverse resistentes. Cuando eso pasa, el antibiótico deja de funcionar cuando de verdad hace falta. La OMS considera la resistencia a los antimicrobianos una de las mayores amenazas para la salud pública en el mundo.

Probióticos. Son bacterias o levaduras buenas que se toman en sobres, gotas o cápsulas. Una revisión de 33 estudios con más de 6000 niños encontró que, mientras tomaban antibiótico, 8 de cada 100 niños que recibieron probiótico tuvieron diarrea, contra 19 de cada 100 que no lo recibieron (Guo y colaboradores, revisión Cochrane, 2019). No todos los probióticos son iguales: los que tienen más estudios en niños son *Lactobacillus rhamnosus* GG y *Saccharomyces boulardii*. Pregúntele a su médico si su hijo debe tomar uno y cuál. En niños con defensas muy bajas o con catéteres, solo el médico debe decidirlo.

ALARMA

Lleve a su hijo a emergencias si mientras toma un antibiótico

- Le cuesta respirar, se le hinchan la cara, los labios o la lengua.
- Le salen ronchas en todo el cuerpo de forma rápida.
- Le salen ampollas, la piel se le pela o tiene llagas en la boca y los ojos.
- Tiene diarrea con sangre, o diarrea con signos de deshidratación (no orina en 6 horas, boca seca, mucho sueño).

CONSULTA

Consulte si

- Le sale una erupción o ronchas leves.
- Vomita las dosis o no las acepta.
- La diarrea no mejora.
- No mejora después de 72 horas de tomar el antibiótico.

Esta información es educativa y no reemplaza la consulta médica. Si su hijo tiene dificultad para respirar, está muy decaído, no quiere tomar líquidos o tiene fiebre y es menor de 3 meses, busque atención de emergencia.

Fuentes: Organización Mundial de la Salud. *Resistencia a los antimicrobianos*, nota descriptiva. CDC. *Be Antibiotics Aware: Smart Use, Best Care.* Dethlefsen L, Relman DA. *Incomplete recovery and individualized responses of the human distal gut microbiota to repeated antibiotic perturbation.* Proc Natl Acad Sci USA. 2011;108 Suppl 1:4554-61. Guo Q, Goldenberg JZ, Humphrey C, et al. *Probiotics for the prevention of pediatric antibiotic-associated diarrhea.* Cochrane Database Syst Rev. 2019;4:CD004827.

Dr. Rafael Oscar Santamaría Vásquez · Pediatra e infectólogo · JVPM 16935 · NUE Infectología (CONADEM): INFECT-002-1
Hospital Centro Pediátrico, Clínica 7, Final Diagonal Dr. Luis Edmundo Vásquez #222, Colonia Médica, San Salvador
Lun. a vie. 1:00 a 5:30 p. m. · Sáb. 8:30 a. m. a 12:30 md · Previa cita · Tel. 2530 2083 · WhatsApp 7151 3283 · IG @dr.rafaelsantamaria