



¿Cómo debes tomar antibióticos?

1. Toma los antibióticos siguiendo las instrucciones que indica tu médico. Si te sientes mejor y deseas dejar de tomar el medicamento, consulta con un profesional de la salud para ver si es seguro hacerlo.
2. No guardes tus antibióticos para la próxima vez que te enfermes, y no los compartas con otras personas.
3. Para información sobre la manera apropiada de eliminar medicamentos que no haz utilizado– visita FDS.gov
4. Considera tomar probióticos (bacterias buenas), como el yogur, con antibióticos.

Datos curiosos

Millones de microorganismo pueden caber en la punta de una aguja.



Los microorganismos tienen funciones importantes para mantener las condiciones de vida en nuestro planeta Tierra.

¿Quieres saber más?

Síguenos en Twitter y Facebook @ubgemcoe y visítanos en buffalo.edu/gem



CUIDA TU MICROBIOMA

& HAZ USO ADECUADO DE
Antibióticos





Sobre tu microbioma

Tu microbioma es todo tipo de microorganismos (incluyendo las bacterias buenas y malas) que viven **dentro** y **fuera** de tu cuerpo. La mayoría de los microorganismos se encuentran en tu sistema digestivo y te ayudan a mantenerte saludable.

¡Tu cuerpo necesita una diversidad de microorganismos para sobrevivir! Todos estamos **colonizados** por bacterias, que son diferente a las bacterias que **causan** enfermedades.

Antibióticos y tu microbioma

Tomar antibióticos para combatir una infección bacteriana puede tener un impacto en tu microbioma, y posiblemente en tu salud.

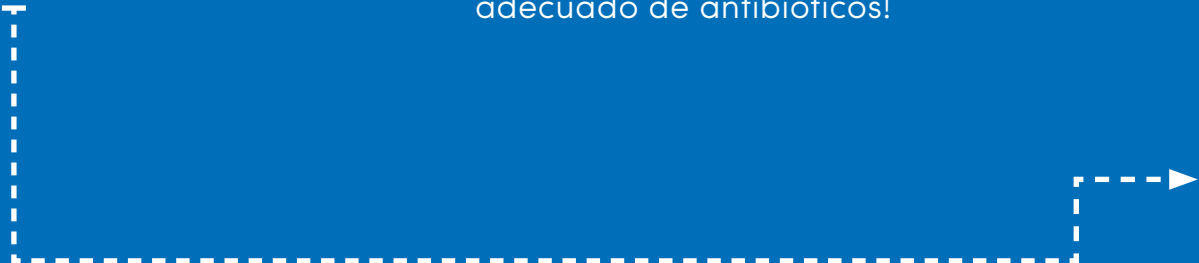
Los antibióticos matan bacterias – las que **causan** enfermedades, y las que **ayudan** a mantener tu cuerpo saludable. Si padeces de una infección viral los antibióticos no te ayudaran a sentirte mejor.

Uso incorrecto de antibióticos ha generado bacterias resistentes a medicamentos. ¡Por esta razón es importante que hagas uso adecuado de antibióticos!

Investigación sobre el microbioma

Científicos en todo el mundo están estudiando los **enlaces** entre el microbioma y nuestro sistema inmunológico, estado de ánimo, alergias, enfermedades, digestión, función de órganos, entre otros.

Investigaciones innovadoras se están realizando en Western New York para descifrar los misterios del microbioma. Saber más en buffalo.edu/gem.



Datos curiosos

¡Tu microbioma forma alrededor de 5 libras de tu peso corporal!