Para la población:

Haga usted un uso responsable de los antibióticos. Con el fin de lograr una correcta utilización de los mismos tenga en cuenta:

1.	La mayoría de las infecciones respiratorias **no requieren el uso de antibiótico.**
2.	**No solicite un antibiótico a un/a médico/a** cuando dicho/a profesional no lo considere indicado.
3.	**No solicite un antibiótico en la farmacia** sin receta.
4.	**No recomiende antibióticos a otras personas**, especialmente a los niños
5.	Cuando use un antibiótico, hágalo a la **dosis recomendada, a las horas indicadas y durante los días establecidos por el/la médico/a**.
6.	**No almacene antibióticos sobrantes en casa**. Evitará un posible mal uso posterior
7.	**No utilice antibióticos sin que se los haya prescrito un/a médico/a**, evite automedicarse.
8.	**Vacúnese**, está demostrado que las vacunas pueden prevenir enfermedades infecciosas evitando complicaciones en personas de riesgo y limitando la transmisión de epidemias.
9.	Si utiliza incorrectamente los antibióticos, **usted y el resto de las persona pueden tener graves problemas en el futuro** para combatir infecciones graves.
10.	Cuando esté enfermo **extreme las medidas de higiene**. De ese modo evitará la transmisión de la infección a otras personas.

Para profesionales sanitarios/as:

1. Si disminuyes el uso de antibióticos innecesarios **reduces las tasas de resistencia en la comunidad. Las tasas de resistencia a la comunidad las reducimos con la buena y prudente prescripción de antimicrobianos.**
2. **No todas las infecciones necesitan tratamiento antibiótico**. Incluso muchos procesos de etiología bacteriana tienen un curso autolimitado y el efecto de los antibióticos es muy limitado en cuanto a la mejoría de los síntomas y la evitación de complicaciones graves.
3. **Explica detalladamente la pauta y duración de los antibióticos a los pacientes**. La resistencia a antibióticos es más probable que ocurra en los casos de mal cumplimiento por el paciente, con la administración de forma intermitente y/o a dosis infraterapéuticas
4. Si tienes que utilizar **antibióticos utiliza aquél que se ajuste mejor a la posible etiología, probabilidad de resistencia y localización de la infección**, evitando los antibióticos de amplio espectro.
5. Siempre que estén disponibles, **utiliza las técnicas rápidas de diagnóstico microbiológico** en aquellos procesos en los que las pruebas tengan la suficiente fiabilidad y validez para establecer un diagnóstico etiológico (strepA para amigdalitis y PCT para bronquitis-neumonía). De esta forma lograrás disminuir la incertidumbre diagnóstica y un uso más racional de los antibióticos.
6. Utiliza tus habilidades comunicativas con los pacientes. **No presupongas que los pacientes siempre quieren que les prescribas un antibiótico**. No te sientas presionado por ello, comparte con los pacientes la incertidumbre sobre tu decisión de prescribir o no un antibiótico y si tienes dudas sobre le evolución de la infección, **recomienda la prescripción diferida del antibiótico.**
7. **No utilices los antibióticos de forma preventiva** en los casos en los que no esté plenamente establecida esta indicación.
8. **No presupongas que los pacientes están informados sobre el uso adecuado de los antibióticos**. Si no prescribes un antibiótico al paciente, infórmale sobre su enfermedad y los riesgos de utilizar los antibióticos cuando no estén indicados, si puedes, entrégale documentación escrita.
9. Si no estás de acuerdo con la indicación, **no prescribas un tratamiento con antibióticos indicado por otro/a médico/a o profesional sanitario/a o dispensado en una oficina de farmacia sin receta**.
10. **Retira el antibiótico pautado por otro/a profesional o autoadministrado, si consideras que no se necesita**. Raramente aparecen resistencias de alto grado o persistentes cuando la exposición de la flora de las mucosas al antibiótico no sobrepasa un periodo corto de uso (inferior 3-4 días) y siempre será menor que mantenerlo durante periodos de tiempo prolongados.