

# Resistència Antimicrobiana (RAM)

## Què és i per què ens hauria d'importar?

La RAM es refereix a la capacitat dels microorganismes de **resistir als antibiòtics** i altres medicaments utilitzats per combatre'ls. Això es deu principalment a la **sobremedicació**, l'ús inadequat d'antibiòtics, l'**automedicació** i la falta d'higiene. És un **problema de salut pública mundial** que afecta totes les persones i pot tenir conseqüències greus.

### **Les principals causes de la RAM són:**

- L'ús excessiu d'antibiòtics en l'agricultura i la ramaderia
- L'ús inadequat d'antibiòtics en l'atenció mèdica, com l'abús i l'automedicació
- La falta de mesures de prevenció d'infeccions i d'higiene personal i ambiental a llars, escoles i llocs de treball.

### **La RAM pot tenir greus conseqüències, com ara:**

- La disminució de l'eficàcia dels tractaments mèdics
- L'increment de la mortalitat per infeccions resistents als antibiòtics
- L'augment dels costos de l'atenció mèdica a causa de tractaments més llargs i costosos.

### **Per prevenir la RAM, es recomana:**

- Limitar l'ús d'antibiòtics a situacions en les quals siguin realment necessaris, seguint les indicacions dels professionals de la salut.
- Adoptar mesures d'higiene bàsiques, com ara rentar-se les mans regularment, mantenir nets els espais i superfícies i seguir pràctiques segures de preparació d'aliments.
- Promoure l'educació sobre la RAM i la seva prevenció a nivell comunitari.

**La RAM és una amenaça real per a la salut i el benestar de tothom! Preneu mesures per prevenir la RAM i difoneu informació perquè altres també ho facin.**

