

ConoScienza



Antibiotico-resistenza

Siamo tutti a rischio per antibiotico-resistenza: ecco come dovremmo fare

Il 20 settembre 2022 il quotidiano *La Repubblica* ha pubblicato un articolo intestato "Antibiotico-resistenza, il triste primato dell'Italia: 11 mila morti l'anno". Il primato è giustificato dal dato che su 33.000 decessi/anno in Europa, 11.000 sono italiani. Inoltre, purtroppo, la situazione è molto più drammatica, perché questi calcoli non tengono conto della mortalità per lo stesso motivo che si verifica a domicilio, cioè dopo la dimissione dall'ospedale.

Cos'è l'antibiotico-resistenza?

Con il termine antibiotico-resistenza s'intende la capacità di un batterio (non riguarda i virus) di resistere all'azione di uno o più antibiotici e quindi di sopravvivere e moltiplicarsi anche in loro presenza. La resistenza antimicrobica rappresenta una grave minaccia per la salute umana in tutto il mondo. Un recentissimo studio pubblicato sul *Lancet* nel gennaio 2022 offre un panorama drammatico. Gli Autori hanno stimato i decessi e gli anni di vita aggiustati per disabilità attribuibili all'antibiotico-

resistenza per 23 tipi di batteri e 88 combinazioni patogeno-farmaco in 204 Paesi e territori nel 2019, ottenendo dati che coprono 471 milioni di record individuali. È emerso che nel 2019, in tutto il mondo, ci sono stati 1,5 milioni di decessi associati all'antibiotico-resistenza antibatterica e circa il 35 % di questi erano relativi a morti per patologie infettive polmonari.

I patogeni più comunemente interessati nella resistenza antibiotica e ritenuti responsabili di più di un milione di decessi annui sono stati: *Escherichia coli* (resistente specialmente alle cefalosporine), *Staphylococcus aureus* (resistente specialmente alla meticillina), *Klebsiella pneumoniae* (resistente specialmente alle cefalosporine di terza generazione), *Acinetobacter baumannii* (resistente specialmente ai carbapenemi), *Streptococcus pneumoniae*, *Pseudomonas aeruginosa*.

Le stime mondiali fatte nel 2016 hanno stimato che entro il 2050 fino a 10 milioni di persone potrebbero morire ogni anno a causa dell'antibiotico resistenza.

Dalle stime disponibili parrebbe che la resistenza antimicrobica sia un problema di salute la cui entità è almeno grande quanto le principali malattie come l'HIV e

la malaria e potenzialmente molto più grande (anche perché è destinata a moltiplicarsi negli anni). Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, la resistenza antimicrobica batterica, che si verifica quando i cambiamenti nei batteri rendono meno efficaci i farmaci usati per trattare le infezioni, è emersa come una delle principali minacce per la salute pubblica del XXI secolo.

Cause di antibiotico-resistenza

Una delle principali cause dell'antibiotico-resistenza è proprio l'uso eccessivo, e spesso inutile, di antibiotici anche per curare infezioni o addirittura infiammazioni verso le quali gli antibiotici non servirebbero. Un esempio semplice e molto comune è quello di assumere antibiotici per curare infezioni virali. Ricordiamo infatti che la maggior parte delle sindromi influenzali e delle malattie delle prime vie respiratorie (raffreddori, faringiti, laringiti, tracheiti) iniziano quasi sempre per cause virali.

La sovrainfezione batterica compare quasi sempre in un secondo momento e cioè quando l'organismo si indebolisce per svariati motivi o per un uso eccessivo di cortisonici (immunosoppressori) o di antipiretici per bloccare la febbre (che è un meccanismo di difesa dell'organismo e che

La vera prevenzione è tenere l'organismo nella sua condizione fisiologica ottimale, perché, quando sta bene, è capace di affrontare e gestire qualsiasi germe, infiammazione o trauma

è utile sia per uccidere i germi sia per attivare il sistema immunitario).

Molti antibiotici vengono prescritti anche a scopo "preventivo", per esempio prima e dopo un piccolo intervento chirurgico o un modesto intervento odontoiatrico come l'estrazione di un dente o un intervento dermatologico o una ferita.

Ricordiamo subito però che in queste situazioni non è assolutamente detto che serva l'antibiotico, dato che di solito è sufficiente l'uso di antisettici locali ed eventualmente preparare la persona con un trattamento generale di rinforzo dell'organismo. La vera prevenzione è tenere l'organismo nella sua condizione fisiologica ottimale, perché il nostro organismo, quando sta bene, è capace ad affrontare e gestire qualsiasi germe e qualsiasi infiammazione o trauma (ovviamente entro i limiti fisiologici).

Batteri multi-resistenti

Il rischio di essere infettati da batteri antibiotico-resistenti riguarda non solo la persona che prende gli antibiotici in modo eccessivo, ma anche coloro che saranno successivamente infettati da quegli stessi batteri diffusi nell'ambiente dai soggetti portatori. L'antibiotico-resistenza non è quindi un problema solo individuale, ma sta diventando un problema sociale attualmente molto importante e destinato a diventare gravemente allarmante in futuro.

Potrebbe essere il caso, ad esempio dell'anziano che sta bene, ma va in ospedale per una frattura o comunque per un motivo marginale, e durante il ricovero si infetta con un batterio antibiotico-multi-resistente e muore. Purtroppo, queste situazioni stanno diventando sempre più frequenti e possono colpire chiunque, indipendentemente dall'età.

Infatti, esiste il problema dei batteri che diventano resistenti a più antibio-

tici contemporaneamente (multi-resistenza) e in questi casi trovare una cura risolutiva dell'infezione potrebbe diventare molto difficile. Non dimentichiamo infine che l'antibiotico-resistenza non riguarda solo la specie umana, ma anche gli allevamenti di animali "da reddito" (bovini, suini, avicoli, ma anche ovini e caprini) che vengono allevati in modo intensivo. Se l'animale ha assunto antibiotici per tempi prolungati e vicini alla sua macellazione, eventuali germi antibiotico-resistenti possono essere trasferiti a noi. Una soluzione potrebbe essere quella di non usare in ambito veterinario gli stessi antibiotici usati nell'uomo, ma pare non sia una soluzione facilmente attuabile.

L'antibiotico-resistenza è molto pericolosa per tutti

Le infezioni causate da batteri antibiotico-resistenti possono essere molto gravi e difficili da curare e stanno diventando un grave problema di salute pubblica in tutto il mondo.

Sembra che il problema principale sia ospedaliero dato che la diffusione di batteri resistenti nelle strutture sanitarie sta minacciando la sicurezza delle persone che vengono ricoverate anche per motivi non infettivi, poiché i germi sono presenti nell'ambiente e attaccano ovviamente in modo preferenziale i soggetti cronicamente o momentaneamente più deboli. In questi soggetti l'antibiotico-resistenza è una delle più temibili cause di gravi patologie infettive, di prolungamento della degenza ospedaliera e anche di morte. Il nostro Istituto Superiore di Sanità ritiene che circa il 30-60 % dei batteri che causano infezioni ospedaliere siano resistenti agli antibiotici più comunemente usati (quelli di prima scelta).

Non ci accorgiamo della drammaticità a 360 gradi della situazione attuale?

I dati europei sull'antibiotico-resistenza non sono solo allarmanti, ma segnalano pure un costante aumento di questo pericolo che, secondo vari Autori, è aumentato circa 4-5 volte dal 2007 al 2015.

A questo allarme si aggiunga quello dell'indebolimento della nostra specie, dato che le patologie croniche degenerative, i tumori e le morti improvvise sono sempre più frequenti e se fino a qualche decennio fa erano prerogativa prevalente degli anziani, ora le statistiche si sono capovolte: i bambini e gli adolescenti stanno registrando un aumento di queste patologie molto più elevato di quello degli adulti.

Per esempio, i dati inglesi registrano un aumento del cancro pediatrico del 60 % negli ultimi 10 anni. Certo, in valori assoluti muoiono di tumore ancora molti più adulti che bambini, ma cosa accadrà continuando così?

Tra vent'anni come sarà la mortalità pediatrica? Pertanto, l'antibiotico-resistenza aggrava ulteriormente una situazione già di per se stessa estremamente allarmante per tutte le età e se uniamo tutti i tasselli finora disponibili emerge un mosaico veramente preoccupante.

Una facile soluzione all'antibiotico-resistenza è impossibile

La soluzione a questo problema sarebbe quella di ridurre drasticamente l'utilizzo degli antibiotici e di tutti gli immunosoppressori... ma credo sia una meta impossibile da raggiungere per tre motivi molto semplici:

Oggi vogliamo tutti un risultato immediato e quando stiamo male non vogliamo attendere di migliorare; pertanto, l'antibiotico e il cortisonico (quest'ultimo come potente antinfiammatorio) sono spesso considerati irrinunciabili in molte infezioni.

I medici non sono disposti a correre rischi e quindi a pazientare e cercare

di fortificare il sistema immunitario in caso di infezione, spesso per il timore di possibili conseguenze medico-legali; pertanto, la "Medicina Difensiva" suggerisce loro di intervenire subito con il massimo dell'armamentario farmaceutico per stroncare in pochi giorni l'infezione.

L'ipermedicalizzazione farmacologica, lo stress psico-fisico quotidiano, l'inquinamento ambientale, gli errati stili di vita, la povertà nutrizionale dei nostri alimenti, ecc. hanno ormai indebolito il nostro organismo al punto che ha sempre più difficoltà a restare in equilibrio, a difenderci e a compensare gli attacchi che riceve.

Perché sta accadendo tutto questo?

Lo ho già detto e scritto molte volte: nessuno fa prevenzione. Tutti continuano a vivere alla giornata... e a vivere male.

Certo, ci sono persone e famiglie meravigliose che hanno un buon grado di conoscenza e si impegnano a vivere bene: hanno impostato la loro vita in modo corretto; compensano le carenze sociali con adeguati stili di vita; non mettono il guadagno o l'ego personale davanti ai veri valori della vita e alla loro famiglia; si servono di alcuni integratori nutrizionali per fornire all'organismo gli aiuti esterni di cui ha bisogno; affrontano le immancabili difficoltà della vita con la pazienza e la serenità interiore di coloro che hanno una interiore ricchezza spirituale...

Purtroppo, queste persone e queste famiglie sono poche!

La maggior parte delle persone si comporta molto diversamente:

è video-dipendente; non si interroga sul perché delle cose; pensa al guadagno immediato; continua a fare la cicala invece che la formica; non crede nella Medicina Naturale, ma preferisce quella chimica perché è di

I dati europei sull'antibiotico-resistenza non sono solo allarmanti, ma segnalano pure un costante aumento di questo pericolo che, secondo vari autori, è aumentato circa 4-5 volte dal 2007 al 2015

effetto immediato; giudica come colui che crede di sapere; vuole tutto e subito!

La grande maggioranza delle persone continua allora ad usare i farmaci in modo eccessivo: usa gli antinfiammatori quando c'è un minimo dolore, senza chiedersi il perché del dolore; usa il gastroprotettore quando ha un po' di disturbo gastrico e continua a mangiare tanto e male; usa gli ansiolitici per cancellare l'ansia, senza guardarsi dentro e chiedersi se nutre adeguatamente le sue parti psichica e spirituale; usa la Tachipirina appena compare qualche linea di febbre, senza pensare che quest'ultima è una reazione positiva del nostro organismo; usa l'antibiotico appena compare un po' di catarro o di febbre, come se i nemici fossero i batteri che sono sempre in noi; usa il cortisone quando ha un po' di mal di gola, senza pensare che sta bastando ulteriormente il suo sistema immunitario...

Facciamo pure tutto questo, ma poi non disperiamoci quando comparirà una patologia grave!

Qualsiasi recipiente si riempie a gocce. Impiega molto tempo e pare che le gocce, così piccole e insignificanti non facciano nulla, ma il tempo passa e quando è colmo... basta una sola goccia per farlo traboccare... Una

sola goccia: una piccola e insignificante goccia come tutte quelle che la persona aveva fatto entrare nel suo recipiente per tanti anni...

Attenzione agli anni futuri

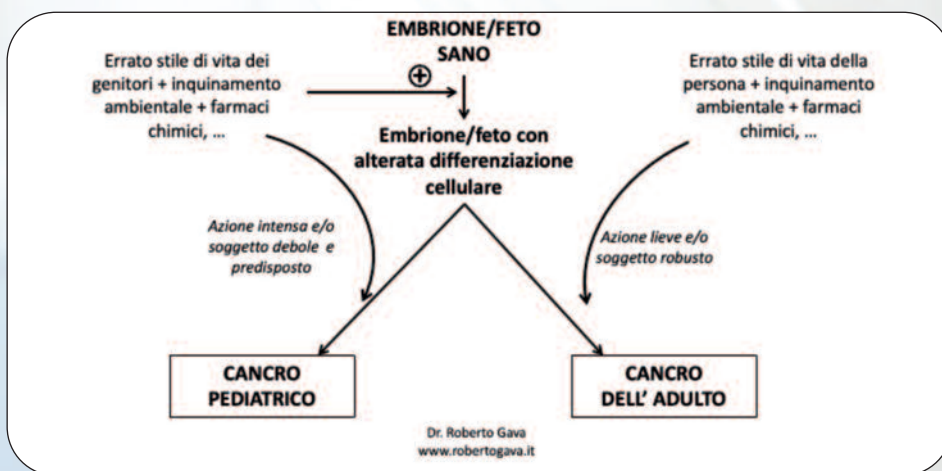
Il rischio è che in futuro i ceppi batterici antibiotico-resistenti aumentino al punto da far proliferare molti batteri che non possono essere eliminati da alcun antibiotico, ipotesi che le nostre ricerche scientifiche ripetono già da anni.

Se accadrà un tale evento, anche le infezioni comuni e le ferite più semplici potrebbero tornare ad essere di nuovo una minaccia per la salute di molta gente.

In quel caso, il nostro Istituto Superiore di Sanità ritiene che «diventerebbe rischioso effettuare operazioni chirurgiche o eseguire trapianti, impianto di protesi...» e cioè andare in ospedale per trattamenti apparentemente non legati a problemi infettivi.

Cosa fare allora?

Il mio consiglio è semplice: dobbiamo preparare per tempo il nostro organismo con una adeguata Terapia Preventiva strettamente personalizzata in base alle nostre caratteristiche e ai nostri punti deboli. Dobbiamo migliorare il nostro stile di vita, imparare a conoscerci meglio per capire i messaggi che il nostro organismo ci invia quando ha qualche squilibrio e assumere degli integratori nutrizionali capaci di compensare le carenze di vitamine, minerali, acidi grassi polin-



saturi, probiotici, ecc. che oggi stanno caratterizzando la nostra alimentazione e che sono una delle principali cause di indebolimento e di squilibrio in primis del nostro sistema immunitario, ma poi di tutto l'organismo.

Nonostante circolino molte notizie tendenziose e interessate, in rete troviamo sicuramente molti medici e persone informate che ci dicono tante cose giuste.

Io stesso, nel mio piccolo, è da anni che scrivo libri e articoli, che faccio convegni, conferenze e ora videocorsi per informare le persone, per avvisarle dei pericoli che tutti noi stiamo correndo e per ripetere il concetto fondamentale che solo crescendo in conoscenza e in consapevolezza possiamo vedere quello che normalmente la gente comune oggi non vede e capire quello che normalmente non capisce.

Ad esempio, la ricerca scientifica sta dimostrando che il cancro nasce a li-

vello embrionale/fetale a causa di inquinanti ambientali (tossici e farmacologici), di errori nutrizionali e di errati stili di vita dei genitori. Tutto questo farà scoppiare la tragica realtà tumorale nel bambino oppure potrà restare latente ed evidenziarsi solo in età adulta (vedi figura).

Io cerco di fare la mia parte... e tu?

Dipende tutto da noi, sia a livello sociale, sia a livello individuale.

Tu cosa vuoi? La salute o la malattia? La vita o la morte? La serenità o la disperazione? Vuoi costruire o distruggere la tua esistenza personale e la tua famiglia presente o futura?

Roberto Gava

* L'articolo è tratto da www.roberto.gava.it/rischio-antibiotico-resistenza

* Nel medesimo sito è possibile consultare la bibliografia.

Roberto Gava si è laureato in Medicina all'Università di Padova, si è specializzato in Cardiologia, Farmacologia Clinica e Tossicologia Medica, per poi perfezionarsi in Agopuntura Cinese, Omeopatia Classica e Bioetica. Dopo aver lavorato per quindici anni in ambiente universitario, aver scritto due libri di Farmacologia e più di cento

pubblicazioni scientifiche, essendosi convinto che il compito di un clinico è quello di scegliere di volta in volta la tecnica terapeutica più appropriata per il suo paziente in modo da poter personalizzare qualsiasi trattamento, sia preventivo che curativo, da oltre trent'anni studia sistematicamente la letteratura scientifica per accrescere le proprie conoscenze scientifiche e per

poterle utilizzare nei suoi interventi divulgativi. È inoltre convinto che la vera Medicina non sia tale se non può essere Personalizzata e Umanizzata e pensa che questo lo si ottenga solo con una Medicina Integrata dove i saperi moderni e antichi si fondono insieme.

Tramite il sito www.robertogava.it è possibile iscriversi alla sua newsletter.