

Fecha: 05-04-2025
Medio: La Estrella de Chiloé
Supl. : La Estrella de Chiloé
Tipo: Noticia general
Título: **SUEÑO Y ANTIBIÓTICOS: ACONSEJAN A MAYORES.**En el Cesfam Quillahue de Castro se difundió el uso racional de antibióticos y educación sobre trastornos del sueño, especialmente en personas mayores, recalando a este grupo etario que estos medicamentos solo curan infecciones producidas por bacterias y no virus, patógenos responsables de enfermedades invernales como resfrió y gripe; además, ello fomenta la resistencia antibiótica a los remedios. Asimismo, se aconsejó despertar siempre a la misma hora, tomar sol, ejercitarse y, antes de acostarse, evitar teléfonos y televisión, comer en abundancia y tomar café.

Pág. : 4
Cm2: 86,8

Tiraje: 2.800
Lectoría: 8.400
Favorabilidad: No Definida



SUEÑO Y ANTIBIÓTICOS: ACONSEJAN A MAYORES.-

En el Cesfam Quillahue de Castro se difundió el uso racional de antibióticos y educación sobre trastornos del sueño, especialmente en personas mayores, recalando a este grupo etario que estos medicamentos solo curan infecciones producidas por bacterias y no virus, patógenos responsables de enfermedades invernales como resfrió y gripe; además, ello fomenta la resistencia antibiótica a los remedios. Asimismo, se aconsejó despertar siempre a la misma hora, tomar sol, ejercitarse y, antes de acostarse, evitar teléfonos y televisión, comer en abundancia y tomar café.