

# Académico U. de Chile alerta que el “reto del paracetamol” puede ser mortal

*El profesor Mario Rivera Meza, de la Facultad de Ciencias Químicas y Farmacéuticas, advierte que la sobredosis de este medicamento de venta libre puede provocar falla hepática, daño renal y, en casos graves, la muerte. Frente a su circulación en redes sociales como desafío viral, llama a reforzar la supervisión y el uso informado en niños, niñas y adolescentes.*

Recientemente ha salido a la palestra un **peligroso desafío viral en redes sociales** que invita a niños, niñas y adolescentes a **consumir paracetamol de manera indiscriminada**. ¿Cuáles son los riesgos del llamado “reto del paracetamol”?

Este tipo de desafíos virales no es un fenómeno aislado. En los últimos años, distintas plataformas digitales han amplificado conductas de riesgo entre niños, niñas y jóvenes, muchas veces presentadas como juegos o competencias que incentivan la exposición a situaciones peligrosas. En ese contexto, especialistas advierten que la aparente inocuidad de medicamentos de uso común, como el paracetamol, puede generar una **falsa percepción de seguridad, aumentando el riesgo de consumo indebido** y sus potenciales consecuencias para la salud.

Para entenderlo, primero es necesario contextualizar. El profesor **Mario Rivera Meza**, académico del Departamento de Química Farmacológica y Toxicológica de la Facultad de Ciencias Químicas y Farmacéuticas de la Universidad de Chile, explica que **el paracetamol es un fármaco de venta libre**. “Se utiliza como analgésico, es decir, para el tratamiento del dolor leve a moderado, y también como antipirético, para reducir la fiebre”, señala.

El paracetamol, añade Rivera, actúa principalmente a nivel del sistema nervioso central y de los nervios periféricos, disminuyendo la generación de prostaglandinas, mediadores químicos producidos por las células del organismo que se relacionan tanto con la sensibilidad de las fibras nerviosas al dolor como con la regulación de la temperatura corporal.

Respecto de sus riesgos, el académico advierte que **“la sobredosis de paracetamol está asociada a falla hepática, falla renal, hipoglicemia y trombocitopenia, las que, en casos graves, pueden llevar a la muerte”**.

En cuanto a las dosis, para niños mayores de 6 años se recomienda una dosis de 500 mg, una a cuatro veces al día, mientras que en adultos la dosis varía entre 500 y 1.000 mg con la misma frecuencia. **“Se considera consumo excesivo más de 2.000 mg diarios en niños y más de 4.000 mg en adultos”**, enfatiza.

En niños menores de 6 años, las dosis son más bajas y el fármaco se presenta en formatos adaptados, como comprimidos masticables saborizados, jarabes, supositorios o gotas.

Asimismo, **existen personas que no deben consumir paracetamol**, como quienes presentan alergia a este medicamento o padecen insuficiencia hepática grave. En estos casos, pueden utilizarse con precaución otros antiinflamatorios no esteroideos, como diclofenaco o ibuprofeno.

### **Alerta sanitaria y llamado a madres y padres**

En Chile, la preocupación también ha sido abordada por las autoridades sanitarias. **El Ministerio de Salud (Minsal) emitió recientemente una alerta preventiva para advertir sobre los riesgos asociados a este desafío viral**, haciendo un llamado a madres, padres y cuidadores a **supervisar y orientar el uso de medicamentos** en niños, niñas y adolescentes. Si bien hasta el momento no se han reportado casos vinculados directamente a este reto en el país, la autoridad sanitaria ha enfatizado la

importancia de **anticiparse y prevenir conductas de riesgo.**

Finalmente, el profesor Rivera subraya la importancia de la **orientación farmacéutica** en el uso de este medicamento. Al tratarse de un fármaco de venta libre, no requiere receta médica, lo que aumenta el riesgo de un uso inadecuado. **“Existen muchos medicamentos que contienen paracetamol, como sobres, comprimidos y jarabes antigripales, lo que puede favorecer una sobredosis si no se tiene la debida información. Además, el consumo de alcohol potencia sus efectos hepatotóxicos”**, concluye.

En este contexto, especialistas hacen un llamado a **reforzar la educación en salud y a supervisar el acceso y uso de medicamentos**, especialmente en niños, niñas y adolescentes. Comprender que fármacos de uso cotidiano, como el paracetamol, **no están exentos de riesgos** es clave para prevenir consecuencias graves y promover un uso responsable e informado.