EL PINGÜINO
Fecha: 24/07/2025 Audiencia: 15.600 Sección: OPINION
Vpe: $290.326 Tirada: 5.200 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $1.035.072 Difusión: 5.200
Vpe portada: $1.035.072 Ocupación: 28,05%

EDITORIAL

El riesgo silencioso de automedicarse

"La automedicación, aunque común y aparentemente inofensiva, implica graves riesgos que sólo un profesional de salud puede evitar".

En la era de la información al alcance de la mano, y con la inmediatez como bandera, a menudo caemos en la tentación de convertirnos en nuestros propios médicos. Un dolor de cabeza, una molestia estomacal o incluso un resfriado común nos llevan a rebuscar en el botiquín casero o a buscar soluciones rápidas en internet. La automedicación, esa práctica tan extendida y aparentemente inofensiva, esconde un sinfín de riesgos que pueden ir desde la ineficacia del tratamiento hasta consecuencias graves e incluso mortales.

Es fácil pensar que conocemos nuestro cuerpo y sus reacciones, pero la realidad es que la medicina es una ciencia compleja que requiere años de estudio y experiencia. Cuando nos automedicamos, estamos jugando a la ruleta rusa con nuestra salud. Uno de los peligros más evidentes es el diagnóstico erróneo. Lo que creemos que es un simple dolor de garganta podría ser el síntoma de una infección más seria que requiere un tratamiento específico. Al tomar un antibiótico "por si acaso", no solo no estamos abordando la causa real del problema, sino que además contribuimos a la creciente resistencia a los antibióticos, un desafío global de salud pública que amenaza con dejarnos sin herramientas para combatir infecciones comunes en el futuro.

Además, la automedicación puede llevar a interacciones medicamentosas peligrosas. Si estamos tomando otros fármacos recetados, añadir uno por nuestra cuenta puede generar efectos adversos inesperados y potencialmente graves. Desde potenciar o anular el efecto de los medicamentos que ya consumimos hasta provocar reacciones alérgicas severas, las combinaciones inadecuadas pueden desencadenar una cascada de problemas en nuestro organismo.

No menos importante es el riesgo de la masificación de los síntomas. Un analgésico puede aliviar temporalmente un dolor, pero si ese dolor es una señal de alarma de una condición subyacente, al enmascararlo, estamos retrasando el diagnóstico y tratamiento oportuno por parte de un profesional. Esto puede llevar a que la enfermedad progrese y se vuelva más difícil de tratar, con consecuencias mucho más serias para nuestra salud a largo plazo.

Por último, y no menos preocupante, es la posibilidad de generar una dependencia o adicción. Ciertos medicamentos, incluso aquellos de venta libre, pueden generar acostumbramiento si se usan de forma prolongada o indiscriminada. Los ansiolíticos, algunos analgésicos o incluso los descongestionantes nasales son ejemplos claros de fármacos que, usados sin supervisión médica, pueden derivar en problemas de dependencia.

En definitiva, la comodidad de automedicarse no justifica los riesgos que entraña. La salud es nuestro activo más valioso y debemos tratarla con la seriedad que merece. Ante cualquier síntoma, por leve que parezca, la recomendación es siempre la misma: consulta a un profesional de la salud. Sólo un médico está capacitado para realizar un diagnóstico preciso, recetar el tratamiento adecuado y garantizar nuestra seguridad. Dejemos de ser nuestros propios "doctor Google" y confiemos en quienes han dedicado su vida a cuidar la nuestra.