

Intoxicaciones en adolescentes aumentaron en los últimos años

# Ahora apareció el reto del paracetamol: puede provocar la muerte

DANIELA TORÁN

Los casos de intoxicación por paracetamol en adolescentes en Chile aumentaron 500% en las últimas dos décadas y encendieron una nueva alerta sanitaria.

Según cifras del Centro de Información Toxicológica de la Pontificia Universidad Católica (CITUC), en 2006 se registraron 168 casos en este grupo etario. En 2025, la cifra llegó a 1.095, con un peak a los 14 años. En escolares, entre 6 y 11

**El consumo en exceso de este fármaco puede provocar una necrosis y daño irreversible.**

años, los casos también aumentaron con fuerza: de 31 a 264 en el mismo período.

Con este escenario de fondo, y ante la preocupación por peligrosos desafíos virales que circulan en redes sociales, el Ministerio de Salud lanzó la campaña "El desafío es detenerlo", con un llamado a los padres a supervisar el contenido que consumen niños y adolescentes en sus celulares.

La alerta surge en medio de la preocupación internacional por el llamado *paracetamol challenge*, un supuesto reto viral detectado en algunos países europeos, que consiste en ingerir 10 o más comprimidos para competir por quién resiste más tiempo hospitalizado.



ARCHIVO

En dosis adecuadas el paracetamol es seguro.

## El caso español

La preocupación también se alimenta de casos recientes reportados en Europa. Hace tres semanas, medios españoles informaron la muerte de una adolescente de 17 años en Granada por una falla hepática severa asociada a una sobredosis de paracetamol. Según publicó Antena 3, la joven, que permanecía hospitalizada, le habría confesado a su madre que ese mismo día había ingerido 30 pastillas y, según su entorno, lo habría hecho en el contexto del llamado reto viral.

Aunque no existen registros oficiales en Chile de un reto asociado al paracetamol, la autoridad sanitaria decidió anticiparse frente al riesgo de que este tipo de contenidos llegue

al país, especialmente considerando que se trata de un medicamento de uso común y fácil acceso en muchos hogares.

## Lo que provoca

El principal riesgo está en el daño que una sobredosis puede provocar en el hígado.

Juan Carlos Ríos, toxicólogo y director ejecutivo del CITUC, explica que el proceso comienza a nivel molecular.

"La mayor parte del paracetamol se metaboliza de forma segura en el hígado y luego se elimina. Pero una pequeña parte se transforma en un metabolito tóxico llamado NAPQI, que corresponde a la N-acetil-p-benzoquinona imina", detalla.

En dosis normales, este compuesto no representa un problema porque el propio hígado cuenta con un mecanismo de defensa natural.

Ese sistema depende del glutatión, una molécula antioxidante que neutraliza rápidamente el NAPQI antes de que cause daño.

"Cuando una persona toma la dosis habitual, el hígado siempre está preparado para detoxificarlo", explica Ríos.

El problema aparece cuando la dosis aumenta bruscamente.

"El hígado tiene una cantidad limitada para detoxificar. Cuando no alcanza, ese metabolito tóxico empieza a acumularse y es el que daña directamente el órgano", agrega.

Ese exceso de NAPQI se une a las proteínas de los hepatocitos, las células hepáticas, generando estrés oxidativo, daño mitocondrial y muerte celular.

"Después provoca necrosis del hígado, es decir, destrucción del tejido hepático, y ese daño va aumentando", resume el especialista.

## En 72 horas

José Retamal, urgenciólogo y director de Gestión Clínica de RedSalud, advierte que el daño hepático puede manifestarse hasta 72 horas después de la sobredosis.

"Muchas veces al principio no genera molestias. Cuando aparecen síntomas como náuseas, vómitos, malestar general o la coloración amarilla de la piel y los ojos, el hígado ya puede estar seriamente afectado", señala.

La dosis máxima recomendada para un adulto es de 4 gramos espaciados en el día.