



## Riesgos no virtuales

Señora Directora:

En los últimos días ha circulado en redes sociales un inquietante reto viral que promueve el consumo excesivo de paracetamol, especialmente entre adolescentes. Lo que algunos presentan como un juego o una prueba de audacia es, en realidad, una práctica que expone a graves consecuencias para la salud y que no puede ser relativizada como una moda pasajera de internet.

El paracetamol es uno de los medi-

camentos más usados en el mundo y, bien indicado, es seguro y eficaz. El problema aparece cuando se sobrepasan las dosis recomendadas. En esos casos, puede provocar daño hepático severo, insuficiencia del hígado e incluso la muerte. Más preocupante aún es que los síntomas iniciales de una sobredosis pueden ser poco evidentes, lo que retrasa la consulta médica y reduce las posibilidades de un tratamiento oportuno.

Este fenómeno deja al descubierto una debilidad persistente: la escasa educación en torno al uso responsable de medicamentos. Abordar este tema no es solo tarea de los colegios. El entorno familiar, junto con el acompañamiento de profesionales de la salud, cumple un rol clave en la orientación de niños y jóvenes frente a contenidos digitales que normalizan conductas de alto riesgo.

A ello se suma la responsabilidad ineludible de las plataformas digitales, que no pueden permanecer indiferentes ante desafíos que ponen en juego la vida de sus usuarios, especialmente de los más jóvenes.

*Francisco Álvarez/ Académico Química y Farmacia- Unab*