



¿Te automedicas en invierno? Servicio de Salud Maule advierte riesgos que podrían agravar enfermedades respiratorias

Con la llegada del invierno y el aumento de virus respiratorios en la región, el Servicio de Salud Maule realizó un llamado urgente a evitar la automedicación, advirtiendo que prácticas tan comunes como tomar antibióticos, antigripales o analgésicos sin indicación médica podrían empeorar enfermedades respiratorias, retrasar diagnósticos importantes e incluso provocar complicaciones graves.

La médico familiar y jefa de la Unidad de Programas Transversales del Departamento de APS y Programas de Salud del Servicio de Salud Maule, Dra. María Fernanda Ramos González, explicó que durante esta época del año muchas personas minimizan síntomas como fiebre, tos o congestión y optan por tratarse en casa sin evaluación profesional.

“Cuando una persona se automedica puede enmascarar enfermedades más importantes y retrasar el diagnóstico. Un cuadro que parece un resfrío leve puede transformarse en una neumonía o una descompensación de enfermedades crónicas, especialmente en adultos mayores”, advirtió la especialista.

Automedicación: una práctica que puede poner en riesgo la salud

Desde el Servicio de Salud Maule señalaron que uno de los errores más frecuentes durante el invierno es el uso indiscriminado de medicamentos sin receta médica, especialmente antibióticos y antigripales combinados.

La Dra. Ramos indicó que muchas personas utilizan dosis incorrectas o mezclan medicamentos con el mismo principio activo, situación que puede provocar daños

hepáticos, renales o cardiovasculares.

“Las dosis deben ser individualizadas según la edad, enfermedades previas y condición de cada paciente. En niños, por ejemplo, una dosis incorrecta puede ser especialmente peligrosa”, explicó.

Asimismo, recordó que consumir medicamentos formulados para otras personas o utilizar fármacos vencidos también representa un riesgo importante para la salud.

¿Por qué los antibióticos no sirven para la influenza?

Otro de los puntos que preocupa a los equipos de salud es el uso innecesario de antibióticos frente a enfermedades virales como la influenza o los resfríos comunes.

La especialista explicó que los antibióticos actúan únicamente contra bacterias y no tienen efecto frente a virus respiratorios, por lo que automedicarse no acelera la recuperación ni disminuye los síntomas.

“Los antibióticos no acortan la duración de la enfermedad ni previenen complicaciones. Al contrario, pueden generar resistencia bacteriana y efectos secundarios que terminan empeorando el estado de salud de las personas”, sostuvo.

Además, alertó que el uso excesivo de estos medicamentos ha provocado que algunas infecciones sean cada vez más difíciles de tratar, transformándose en una amenaza sanitaria mundial.

Vacunación y consulta oportuna: claves para enfrentar el invierno

Frente al aumento de enfermedades respiratorias, el Servicio de Salud Maule reforzó la importancia de la vacunación como una de las principales herramientas para prevenir hospitalizacio-



nes y cuadros graves.

“La vacunación disminuye significativamente el riesgo de complicaciones, hospitalización y fallecimiento, especialmente en personas mayores, embarazadas, niños pequeños y pacientes crónicos”, destacó la Dra. María Fernanda Ramos.

En ese contexto, reiteró el llamado a acudir oportunamente a los centros de salud ante síntomas persistentes o signos de alarma como dificultad respiratoria, fiebre prolongada, dolor torácico, somnolencia excesiva o descompensación de enfermedades crónicas.

Recomendaciones para evitar riesgos este invierno

El Servicio de Salud Maule entregó una serie de recomendaciones para un uso seguro de medicamentos durante la temporada invernal:

- No usar antibióticos sin receta médica.
- Leer siempre dosis y contraindicaciones.
- Evitar combinar medicamentos sin indicación profesional.
- Revisar fechas de vencimiento.
- Mantener medica-



mentos fuera del alcance de niños y niñas.

• Consultar en un centro de salud ante síntomas persistentes o signos de alarma.

El mejor tratamiento sigue siendo la prevención

Desde el Servicio de Salud

Maule reiteraron que durante este invierno el autocuidado puede marcar la diferencia entre un cuadro leve y una enfermedad grave. Por ello, hicieron un llamado a no normalizar síntomas respiratorios persistentes ni recurrir a medicamentos sin indicación profesional.

“La automedicación puede parecer una solución rápida,

pero muchas veces termina retrasando diagnósticos importantes o generando complicaciones evitables. Por eso, el mejor tratamiento sigue siendo la prevención, la vacunación y la consulta oportuna”, enfatizó la Dra. María Fernanda Ramos González. Finalmente, la especialista recordó que proteger la salud también implica cuidar a quienes son más vulnerables, especialmente niños pequeños, personas mayores, embarazadas y pacientes con enfermedades crónicas, reforzando medidas de autocuidado, ventilación de espacios y vacunación durante toda la temporada invernal.