

Interruptor de niños

Señor Director:

Estamos acostumbrados a lo instantáneo. Prender la luz, calentar la comida en microondas, preguntar en internet o a la IA y obtener respuestas (casi) inmediatas. Sin embargo, no es así con la salud, o el dormir. La alerta del Instituto de Salud Pública por el uso de melatonina en niños muestra que su uso fue utilizado de manera amplia, buscando regular una falta de sueño, más ligado al uso de pantallas y a la vorágine de la vida moderna.

No es solo el caso aislado de la melatonina, sino el uso de medicamentos de manera insegura. Para el ánimo, para la baja de peso, para dormir... la diferencia entre un medicamento y un veneno es la dosis, y por lo tanto requieren asesoría antes de tomarse.

JORGE CIENFUEGOS SILVA

Director Carrera de Química y Farmacia Universidad
Academia de Humanismo Cristiano