

# «Reto del paracetamol»: riesgos de práctica difundida en redes sociales

Por: Valentina Echeverría O.

Según datos del Ministerio de Salud, estos casos han registrado un alza significativa en el último tiempo, lo que motivó el lanzamiento de una campaña preventiva. El reto, incita a ingerir cantidades excesivas de este medicamento con el objetivo de simular hospitalizaciones y generar contenido para redes sociales.

Desde el ámbito clínico, advierten que esta práctica puede tener consecuencias graves, incluso fatales, así lo explicó la jefa de carrera de Medicina de la Universidad Católica del Norte, Gabriela Cisterna, fue categórica al señalar que «es terriblemente grave. Puede generar riesgo vital o incluso una falla hepática fulminante y terminar en un trasplante hepático. No es algo que debiera estar en juego bajo ninguna circunstancia».

Aunque se trata de un

**El llamado «reto del paracetamol», difundido en redes sociales como TikTok, encendió las alertas sanitarias ante el aumento de intoxicaciones en menores de edad de diferentes países.**



medicamento de uso común, la especialista explicó que su seguridad depende estrictamente de la cantidad. «El paracetamol es muy seguro, pero en las dosis que corresponden. Exceder eso y jugar a ver con cuánta dosis aguantando más es un riesgo altísimo».

Uno de los principales riesgos, según explicó Cisterna, es que los síntomas iniciales pueden pasar desapercibidos. «Puede haber dolor abdominal, náuseas o vómitos, pero no es nada tan categórico que permita identificar de inmediato lo sucedido».

La académica detalló que los efectos pueden avanzar rápidamente. «Las primeras 24 horas son las más graves. El principal daño es hepático, pero también puede afectar otros sistemas e incluso provocar la muerte».

Desde el ámbito psicológico, la especialista infanto

-juvenil Fernanda Álvarez explicó que este tipo de desafíos no son casuales en esta etapa de la vida. «Las áreas relacionadas con la emoción, la impulsividad y la búsqueda de aprobación social están más activas, mientras que las encargadas de evaluar riesgos aún no maduran completamente. Por eso, aunque muchos adolescentes saben que estas conductas son peligrosas, no siempre logran dimensionar sus consecuencias».

## ■ PREVENCIÓN: EL FOCO PRINCIPAL

Frente a este escenario, el llamado es a reforzar el rol de adultos y entornos educativos. «Lo más importante es la prevención: vigilar el acceso a redes y no tener disponibles medicamentos para los adolescentes. No es un juego», enfatizó Cisterna.