

## Este invierno tu mejor aliado está en la farmacia

Con la llegada del frío, comienzan los estornudos, la congestión y el malestar general. El otoño nos recuerda que los resfrios y cuadros gripales son parte del paisaje estacional. Pero en medio de la rutina agitada, muchas personas optan por automedicarse sin saber que, detrás del mostrador de la farmacia, hay un profesional listo para orientarlo: el químico farmacéutico.

En esta época, los antigripales forman parte del grupo de los medicamentos más demandados. Sin embargo, la pregunta cabe de cajón: ¿sabemos realmente cómo y cuándo usarlos? La mayoría de estos productos combinan componentes analgésicos, descongestionantes y antihistamínicos los que, usados sin una adecuada orientación profesional, pueden generar interacciones adversas, especialmente en personas con enfermedades crónicas como hipertensión, diabetes o afecciones cardiovasculares.

Según el Instituto de Salud Pública, la automedicación en Chile creció un 18% entre 2022 y 2023, siendo precisamente los medicamentos utilizados para cuadros gripales o para resfrios los más demandados lo que, por cierto, nos alerta respecto de una necesaria mayor educación en materia de consumo y diagnóstico responsable.

Es en este campo donde los químicos farmacéuticos cumplimos un rol fundamental. Como profesionales de la salud, formamos parte del ecosistema de salud al servicio de las personas disponibles para evaluar síntomas, revisar posibles contraindicaciones y dispensar responsablemente aquello que el médico prescribe, o aquellos medicamentos que no necesitan de receta. Como nos gusta decir a quienes nos dedicamos a esta noble profesión: somos el primer punto de contacto con los pacientes, siempre disponibles en la confianza del mesón de la farmacia.



**Paula Molina C.**  
**Químico farmacéutico de Farmacias Ahumada**

Desde el Ministerio de Salud se ha trabajado para fomentar el uso racional de medicamentos, incluyendo campañas educativas y mayor regulación en la venta de productos de venta libre, pero falta algo esencial, promover y revalorizar el rol que los químicos farmacéuticos estamos llamados a cumplir en materia de dispensación segura y de calidad, amparada siempre bajo un concepto esencial: la confianza.

El llamado es claro: ante un resfrió o gripe, no te automediques y acércate a tu químico farmacéutico. Estamos aquí para ayudarte a elegir el tratamiento más seguro y efectivo, y evitar riesgos innecesarios. Cuidarte es más fácil cuando no lo haces solo.