

con pares que muchas veces admiran y siguen en las redes sociales; buscan ir a los mismos lugares, tener ropa y marcas similares.

Cabe mencionar que el uso de la tecnología y las redes no debe ser visto como negativo por sí solo. El acompañamiento, la confianza y la conexión con la vida cotidiana, junto a los adultos significativos, son la base para crear una mirada crítica y responsable de sí mismos y del entorno real. Entre ellas, las experiencias de logro, los vínculos significativos e instancias donde se sientan validados son, en definitiva, lo que fortalece la autoestima. Ningún algoritmo define una identidad.

*Angela zurita, psicóloga de Raíces
Desarrollo Humano*

Intoxicaciones por paracetamol

Señora Directora:

Las intoxicaciones por fármacos son motivo frecuente de consulta en urgencias. Las hay no intencionales —niños pequeños o adultos mayores— e intencionales, que no siempre buscan la muerte, sino expresar un mensaje. El problema es que todas, cualquiera sea su causa, pueden llevar a la muerte.

El paracetamol encabeza estas intoxicaciones en Chile. Su perfil de seguridad en dosis terapéuticas explica que sea de venta libre, pero esa misma disponibilidad lo hace peligroso: con apenas ocho comprimidos de 500 mg puede iniciarse una toxicidad grave. El riesgo concreto es la falla hepática fulminante. Cuando la intoxicación es tardía o masiva, los antidotos no bastan y la única salida puede ser un trasplante hepático de urgencia, algo extremadamente difícil de obtener en nuestro país.

Lo más alarmante de los desafíos virales es que los jóvenes, en su gran mayoría, actúan con espíritu de juego y de desafío, mientras se ponen en riesgo de muerte sin que esto sea, probablemente, su intención.

Los especialistas en medicina de urgencia estamos entrenados para enfrentar estas intoxicaciones, pero no existe mejor tratamiento que la prevención. Es urgente educar sobre los riesgos de la automedicación, evaluar exigir receta para el paracetamol y preguntarnos en qué momento la libertad en redes sociales se convierte en una amenaza de salud pública para nuestros niños y adolescentes.

*Allan Mix, director del Programa de
Especialidad en Medicina de Urgencia
UDP*