LITORALPRESS

Fecha: 07-06-2025
Medio: El Heraldo
Supl. : El Heraldo
Tipo: Noticia general
Título: **Uso riesgoso de Jarabes para la tos**

Pág. : 5
Cm2: 342,6

Tiraje: 3.000
Lectoría: 6.000
Favorabilidad: No Definida

Uso riesgoso de Jarabes para la tos

Durante los meses fríos, la tos se convierte en un síntoma frecuente y molesto que lleva a muchas personas a buscar alivio inmediato. Los jarabes para la tos, fácilmente disponibles en farmacias, suelen ser la primera opción. Sin embargo, aunque pueden ofrecer beneficios, también implican riesgos importantes si se usan sin una adecuada orientación.

Los jarabes para la tos se dividen en dos grandes categorías: antitusígenos, que suprimen la tos seca, y expectorantes o mucolíticos, que facilitan la expulsión de secreciones en la tos productiva. Cuando están bien indicados, pueden mejorar el descanso nocturno, reducir el malestar y contribuir a una mejor recuperación.

Pero estos beneficios dependen de una condición clave: usar el producto correcto para el tipo de tos adecuado. Suprimir una tos con flema, por ejemplo, puede generar acumulación de secreciones y favorecer infecciones. Por otro lado, utilizar expectorantes cuando no hay moco solo prolonga el tratamiento sin necesidad.

Además, algunos principios activos pueden tener efectos secundarios relevantes. Aquellos con codeína o derivados pueden causar somnolencia, dependencia y, en dosis altas, depresión respiratoria. Por este motivo, su uso está contraindicado en menores de edad y requiere receta médica. Otros, como la difenhidramina o el dextrometorfano, pueden provocar agitación, visión borrosa o alteraciones del ritmo cardíaco si se combinan con otros medicamentos.

El uso en niños requiere aún más precaución. Diversos organismos de salud, como la FDA en Estados Unidos y el Instituto de Salud Pública en Chile, han advertido sobre los riesgos de administrar jarabes antitusivos a menores de seis años, recomendando siempre la consulta con un profesional de salud antes de iniciar cualquier tratamiento.

Otro factor de riesgo es la automedicación basada en la publicidad o el consejo informal. Muchos jarabes de venta libre contienen múltiples principios activos, lo que aumenta las probabilidades de interacción o sobredosis. Además, su uso indiscriminado puede enmascarar el diagnóstico de otras enfermedades.

Mauricio Muñoz Llanos
Director Química y Farmacia
Universidad Andrés Bello, Concepción

Por ello, es fundamental considerar los jarabes para la tos como medicamentos que requieren un uso informado y responsable. Consultar con un médico o farmacéutico antes de usarlos, respetar las dosis indicadas y leer cuidadosamente la información del envase son pasos esenciales para evitar riesgos innecesarios.

Es importante tener claridad en que, si bien pueden ser aliados útiles en el alivio de síntomas respiratorios, también pueden representar un peligro si se usan sin criterio. Elegir el producto adecuado, comprender su función y consultar siempre a un profesional de salud es la mejor forma de cuidar nuestra salud respiratoria en esta temporada.