

# Alertan por grave riesgo de sobredosis de paracetamol tras reto viral en redes sociales

Médicos alertan que la ingesta excesiva de este fármaco puede desencadenar insuficiencia hepática fulminante. Los primeros síntomas suelen ser engañosos y las primeras 48 horas son clave para evitar consecuencias fatales.



SEGÚN CIFRAS DEL CITUC, los episodios de intoxicación por paracetamol en adolescentes pasaron de 168 a mediados de los años 2000 a más de mil en 2025.

**María José Villagrán**  
 prensa@latribuna.cl

El aumento de intoxicaciones por consumo excesivo de paracetamol en menores de edad ha encendido una señal de alarma entre las autoridades sanitarias, luego de la circulación de un peligroso reto viral en redes sociales que incentivaba a adolescentes a ingerir altas dosis de este medicamento con el objetivo de provocar hospitalizaciones.

La práctica, difundida durante el verano a través de plataformas digitales, ha generado preocupación en el Ministerio de Salud, desde donde se informó que los casos asociados a este fenómeno han aumentado en un 500%



“Cuando hay una dosis mayor, se sobrecargan los mecanismos que destruyen el paracetamol y el daño ocurre a nivel hepático. La célula del hígado empieza a inflamarse y luego a destruirse, lo que puede llevar a una falla hepática progresiva”

**Fernando Araya,**  
 gastroenterólogo infantil del Complejo Asistencial “Dr. Víctor Ríos Ruiz” de Los Ángeles

en los últimos años.

Según cifras del Centro de Información Toxicológica de la Universidad Católica (CITUC), los episodios de intoxicación por paracetamol en adolescentes pasaron de 168 a mediados de los años 2000 a más de mil en 2025, mientras que en escolares subieron de cerca de 30 a más de 150 en el mismo período.

Aunque el paracetamol es uno de los medicamentos más utilizados y seguros cuando se administra correctamente, expertos advierten que una sobredosis puede provocar consecuencias devastadoras.

## GRAVES SECUELAS

El gastroenterólogo infantil del Complejo Asistencial “Dr. Víctor Ríos Ruiz” de Los Ángeles, Fernando Araya, explicó que “el paracetamol es un medicamento muy seguro y tiene un muy buen valor en el uso para analgesia; o sea para el dolor, para la fiebre –que es frecuente en los niños– y también para otras enfermedades similares, como disminuir molestias como cefaleas, dolor abdominal, dolores musculares, entre otros”.

En este contexto, el experto explicó que se considera una dosis peligrosa cuando se exceden más de cuatro dosis en 24 horas o cuando se prolonga su uso por más de tres o cuatro días.

El especialista detalló que el principal órgano afectado por una sobredosis es el hígado, encargado de metabolizar el medicamento. “Cuando hay una dosis mayor, se sobrecargan los mecanismos que destruyen el paracetamol y el daño ocurre a nivel hepático. La célula del hígado empieza a inflamarse y luego

a destruirse, lo que puede llevar a una falla hepática progresiva”, advirtió.

Uno de los mayores peligros, agregó Araya, es que los síntomas iniciales pueden pasar inadvertidos. Durante las primeras 24 horas, los pacientes suelen presentar señales inespecíficas, como malestar general, náuseas, vómitos o decaimiento. “El problema está en que en el segundo día muchas veces aparece una falsa sensación de alivio. La persona cree que está mejorando, pero en realidad el daño hepático sigue avanzando. Esa es la parte engañosa y por eso no hay que dejar de consultar”, enfatizó.

El médico insistió en que las primeras 48 horas son decisivas para evitar consecuencias irreversibles. “Es mejor consultar de más que de menos. Después del tercer día el daño puede ser irreversible, mientras que si se actúa a tiempo existe mejor pronóstico y posibilidad de tratamiento”, sostuvo.

En la misma línea, el médico y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad San Sebastián, Dr. Eduardo Salas, recalcó que el hígado puede colapsar rápidamente frente a una intoxicación severa. “Cuando ingerimos cantidades excesivas, el hígado se ve sometido a una carga demasiado elevada y comienzan a producirse cambios a nivel celular que provocan su daño. Este daño puede ser rápido y bastante extenso”, señaló.

Salas advirtió que, en casos extremos, la sobredosis puede derivar en insuficiencia hepática fulminante. “Puede desencadenarse un fallo hepático, que es cuando el hígado deja de funcionar correctamente. En situaciones graves, la única forma de

restituir la función del paciente es mediante un trasplante de órgano”, afirmó.

## LLAMADO A LA PREVENCIÓN

Respecto a las dosis seguras, explicó que en adultos y adolescentes mayores la recomendación general no debe exceder un gramo cada seis horas, con un máximo de tres gramos al día. “Si una persona consumió más que eso y empieza con síntomas, debe consultar cuanto antes a un servicio de urgencia, porque podría tratarse del inicio de una falla hepática aguda”, subrayó.

Ambos especialistas coincidieron en que existen factores que aumentan el riesgo de complicaciones, incluso con dosis no extremadamente altas. Entre ellos figuran estados de desnutrición, obesidad, enfermedades crónicas, hígado graso, infecciones virales o el uso repetido del medicamento durante días previos.

Araya alertó también sobre señales que requieren atención inmediata. “El antecedente de haber ingerido más dosis de las indicadas ya es un signo de alarma. Si además aparece decaimiento intenso, sudoración excesiva, vómitos persistentes, confusión o alteraciones de conciencia, hay que acudir de inmediato a urgencias”.

Desde una perspectiva preventiva, Salas cuestionó el impacto de las redes sociales en la normalización de conductas peligrosas. “Hacer caso a adolescentes que, por ganar unos ‘likes’, retan a sus seguidores o dañarse el cuerpo podría interpretarse incluso como un acto de violencia encubierta o, al menos, como

un liderazgo negativo al que no deberíamos prestar atención”, expresó.

Asimismo, ambos expertos llamaron a los padres, madres y cuidadores a reforzar la supervisión del uso de medicamentos en el hogar, mantenerlos fuera del alcance de niños y adolescentes, y conversar abiertamente sobre los peligros de replicar contenidos virales que ponen en riesgo la salud.

“El llamado a conversar esto en familia y a conversar este problema de seguir redes sociales con ideas que puedan sonar simpáticas pero ponen en riesgo la salud de una persona, sabiendo que los medicamentos ponen en riesgo a las personas. No es un juego poner en riesgo la salud y eso hay que conversarlo”, puntualizó Araya.



“Puede desencadenarse un fallo hepático, que es cuando el hígado deja de funcionar correctamente. En situaciones graves, la única forma de restituir la función del paciente es mediante un trasplante de órgano”

**Eduardo Salas,**  
 médico y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad San Sebastián