

La automedicación: un riesgo para la salud que debemos evitar

Fátima Livier Munguía Quiroz

Estudiante de la Facultad de Ciencias Químicas, UdeC

La automedicación es un fenómeno cada vez más común en la sociedad actual. Se trata de la práctica de tomar medicamentos sin la supervisión ni prescripción de un profesional de la salud. Aunque puede parecer conveniente y ahorrar tiempo y dinero, la automedicación conlleva riesgos significativos para la salud y es importante comprender los peligros asociados a esta práctica.

Uno de los principales problemas de la automedicación es el desconocimiento de los efectos secundarios y las posibles interacciones medicamentosas. Cada persona es única y puede reaccionar de manera diferente a un fármaco determinado. Lo que puede ser seguro y efectivo para una persona, podría ser perjudicial para otra.

Otro problema importante de la automedicación es el enmascaramiento de los síntomas de enfermedades subyacentes más graves. Al automedicarnos, corremos el riesgo de tratar sólo los síntomas y no la causa raíz del problema. Esto puede llevar a un retraso en el diagnóstico y tratamiento adecuado de enfermedades graves, lo que pone en peligro nuestra salud a largo plazo. Es fundamental recordar que los medicamentos están diseñados para tratar enfermedades específicas.

Además, la automedicación puede conducir a la sobreexposición a ciertos medicamentos y a la resistencia de los antibióticos.

Tomar medicamentos de forma indiscriminada y sin seguir las pautas adecuadas puede hacer que nuestro cuerpo se acostumbre



a ellos y pierdan su eficacia. La resistencia a los antibióticos es un problema grave a nivel mundial y la automedicación contribuye a su aumento. Es responsabilidad de todos cuidar de nuestros recursos médicos y utilizar los medicamentos de manera responsable.

Para evitar los riesgos asociados a la automedicación, es crucial buscar siempre el consejo de un profesional de la salud. Un médico o farmacéutico capacitado que pueda evaluar adecuadamente nuestra condición, considerar nuestro historial médico y ofrecer un tratamiento seguro y efectivo. También es importante seguir las indicaciones del profesional de la salud y no alterar las dosis o duraciones del tratamiento por nuestra cuenta.

Referencias

- Lifshitz, A, Arrieta, O, Burgos, R, Campillo, C, Celis, M. Á, Llata, M, Domínguez, J, Halabe, J, Islas, S, Jasso, L, Moreno, M, Plancarte, R, Reyes-Sánchez, A, Ruiz-Argüelles, G, Soda, A, Verástegui, E, & Sotelo, J. (2020). Automedicación y autoprescripción. *Gaceta médica de México*, 156(6).
- M., & Sánchez, A. M. (2008). Automedicación. *Medicina De Familia. Semergen*, 34(3), 133-137.
- Secretaría de Salud (s. f.). Automedicación, una mala costumbre que puede tener graves consecuencias. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/salud/articulos/automedicacionuna-malacostumbre-que-puede-tener-graves-consecuencias>