

CHARLA SOBRE PASTILLAS: LOS RIESGOS NO SE TOMAN A LA LIGERA

VOLUMEN 9 | NUMERO 37
ARCHIVO

POR CALEB PATEE, DO, MPH

Todos los tenemos. Grapas del botiquín. Una opción para los dolores y molestias diarias. ¿Pero es la elección correcta? ¿La dosis correcta? Desafortunadamente, se ha convertido en una rutina tomar ibuprofeno, paracetamol u otros medicamentos de venta libre para afecciones cuya medicación realmente no ayuda. La acción simplemente enmascara los síntomas, pero no resuelve la afección subyacente. Echemos un vistazo a qué son estos drugs, qué hacen y cómo deben usarse.

DENTRO DE LOS AINES

Antiinflamatorios orales no esteroideos (AINE)

Nombres comerciales: Advil®, Aleve®, Motrin®, Naprosyn®

Nombre genérico: ibuprofeno, naproxeno, aspirina

Los AINE orales se pueden comprar sin receta en la mayoría de los supermercados y se usan para el dolor, la hinchazón y la fiebre. Los AINE actúan reduciendo la activación de las enzimas COX-1 y COX-2 que transforman el ácido araquidónico en prostaglandinas. Las prostaglandinas se encuentran en muchas formas y producen efectos beneficiosos, pero provocan una mayor dilatación de los vasos sanguíneos y una mayor activación nerviosa, lo que provoca un aumento de la hinchazón y el dolor.

Cada marca de medicamento de venta libre utiliza diferentes métodos de dosificación y muchos vienen en pastillas de diferentes concentraciones. Es importante leer la letra pequeña para conocer las dosis estándar seguras y no usarlo durante un período prolongado sin consultar primero con un médico. Debido a los efectos positivos de las prostaglandinas en nuestro cuerpo, el uso prolongado de AINE puede provocar aumento de náuseas, sangrado, erupciones cutáneas, dificultad para respirar y posible daño renal.

En muchas situaciones, puede ser inapropiado usar estos medicamentos si tiene una enfermedad cardíaca conocida, medicamentos subyacentes específicos como warfarina, embarazo, enfermedad renal y/o diabetes. Consulte a su médico para determinar si son seguros y eficaces para su uso específico.

Caleb Patee, DO, MPH || Dr. Patee is a family medicine physician who enjoys building relationships while discussing preventative medicine and implementing disease management strategies. He has a special interest in the interchange of healthcare and technology. How technology can be used to reach more patients to help progress preventative medicine and improve overall health of patients.



Work Right NW está cambiando la forma en que las empresas ven los peligros en el lugar de trabajo. Nuestro enfoque es educar a la fuerza laboral para prevenir lesiones. Ofrecemos acceso a los Especialistas en Prevención de Lesiones en el lugar de trabajo para poder comunicar los primeros signos de malestar. Estamos cambiando la industria una compañía a la vez ayudando a una persona a la vez.



CONCIENCIA SOBRE EL ACETAMINOFÉN

Otros analgésicos orales (analgésicos)

Nombres comerciales: Tylenol, Paracetamol

Nombre genérico: Acetaminofén

El acetaminofén es un analgésico diferente que ayuda con el dolor y la fiebre, pero no ayuda con la inflamación. Se cree que el medicamento es predominantemente un inhibidor de la COX-3, una enzima que se encuentra en el cerebro y la columna vertebral y que conduce a una reducción de la apreciación del dolor por parte del cerebro.

Dado que el hígado descompone el acetaminofén existen riesgos asociados. Las dosis altas y el uso prolongado pueden provocar daño hepático agudo y crónico. También se sabe que el acetaminofén provoca erupciones cutáneas, urticaria, hinchazón, dificultad para respirar e ictericia.

La marca más popular de acetaminofén, Tylenol, viene en 2 dosis estándar de tabletas de 325 mg y 500 mg, pero se puede encontrar en muchas otras formulaciones. Siempre es importante revisar el empaque para determinar la dosis y frecuencia adecuadas. Debido al potencial de enfermedad hepática, el acetaminofén puede interactuar con algunos medicamentos, como los anticonceptivos orales y los suplementos nutricionales. Una enfermedad específica puede reducir la eficacia del acetaminofén, aunque cuando se utiliza según las indicaciones suele considerarse un medicamento razonablemente seguro.

Tenga cuidado al decidir si los medicamentos de venta libre son la opción adecuada para usted. No están destinados a solucionar todos los dolores y molestias diarias. ¡Pídale más información a su médico o a su especialista en prevención de lesiones en el lugar para que lo oriente en la dirección correcta!

