

El Paracetamol y el Ibuprofeno, con responsabilidad

EL IBUPROFENO DE 600 MG Y EL PARACETAMOL 1 G REQUIEREN PRESCRIPCIÓN MÉDICA, EXCEPTO LAS PRESENTACIONES DE 10 UNIDADES O MENOS, EN EL CASO DEL PARACETAMOL 1 G. ES RECOMENDABLE QUE EL MENSAJE DESDE LA FARMACIA SEA QUE HAY QUE BAJAR LAS DOSIS Y LAS CANTIDADES, QUE SE UTILICE LA MÍNIMA DOSIS QUE RESULTE EFECTIVA. ES DECIR, QUE SE TOMEN CON RESPONSABILIDAD. ESTOS MEDICAMENTOS CUENTAN CON AMPLIA EXPERIENCIA DE USO, SON EFICACES Y SEGUROS SI SE EMPLEAN EN LAS DOSIS ADECUADAS.



el farmacéutico

Es importante que desde la farmacia se promueva una educación sanitaria en la población. Los medicamentos con Ibuprofeno y Paracetamol en su composición están entre los más consumidos por los pacientes en nuestro país. **Josep Manel Pareja Cozcolluela**, titular de la farmacia *Zamenhof*, en Sabadell, nos transmite que lo recomendable es tomarlos con responsabilidad. Lo suyo es emplear la mínima dosis que resulte efectiva.

El Ministerio de Sanidad está poniendo la lupa encima de este tema y es bueno que la farmacia se implique en dicho asunto. *"Hace tiempo que estamos hablando de la sobredosificación del Ibuprofeno de 600 mg y del Paracetamol de 1 g"*, señala. Pareja Cozcolluela aboga por promover el uso de dosis más bajas. *"Hay que intentar educar a la población para utilizar Ibuprofeno de 400 mg y Paracetamol de 650 mg o de 500 mg. El de 1 g, si se tiene que prescribir, lo óptimo sería utilizarlo en cantidades pequeñas, no de 40 comprimidos"*, reflexiona. El Ibuprofeno actúa contra la inflamación, calma o reduce el dolor y disminuye la fiebre. Por su parte, el Paracetamol está indicado para el alivio o tratamiento del dolor ocasional leve o moderado y en estados febriles, como puede ser gripe o resfriado. Son medicamentos con amplia experiencia de uso, eficaces y seguros si se emplean en las dosis adecuadas.

"Cuando la gente viene sin receta médica, los farmacéuticos tenemos que intervenir", subraya. Lo idóneo es que el usuario consulte a un profesional sanitario antes de tomarlos. Insiste en que su mensaje es que hay que bajar las dosis y las cantidades. La gente ha de entender, a su juicio, que son medicamentos y que se tienen que tomar con responsabilidad. La legislación es clara al respecto. El Ibuprofeno de 600 mg y el Paracetamol 1 g requieren prescripción médica, excepto las presentaciones de 10 unidades o menos, en el caso del Paracetamol 1 g. Este farmacéutico hace hincapié en que el Ibuprofeno de 200 mg y de 400 mg y el Paracetamol de 500 mg *"son dosificaciones mucho más correctas"*.

Rentable

El recordatorio de cumplir la norma no repercute en los ingresos de las farmacias. *"Todo lo que sea profesionalidad, hacer las cosas bien hechas, educar sanitariamente a la población, es rentable a medio y largo plazo. Esto es positivo para la farmacia porque te prestigia y te da valor"*, considera Pareja Cozcolluela.

¿Hay confusión por parte de los clientes que acuden a la suya? Responde afirmativamente. Explica que en ocasiones no entienden que el Ibuprofeno de 600 mg o el Paracetamol de 1 g de 40 comprimidos

no lo deberían comprar, ya que se lo han llevado siempre, nadie les había dicho nada antes o el médico les entrega la receta sin ningún problema. *"Aquí el sistema sanitario tendría que recapacitar y, tal vez, desarrollar normas explícitas en los centros de Salud y, a nivel sanitario, a los médicos y a las farmacias para que el Ibuprofeno dispensado tenga que ser fundamentalmente el de 400 mg y el Paracetamol el de 500 mg y el 650 mg y que puntualmente puede haber otras dosis de 600 mg y 1 g, aunque siempre con receta"*, sopesa. Existen presentaciones en la farmacia de 1 gramo de Paracetamol que contienen 10 o menos comprimidos que no requieren receta, por ejemplo Gelocatil, ya que la seguridad aumenta porque se tendría que volver a la farmacia a los dos o tres días a por más si se quiere tomar más. Es una manera de limitar el uso. ¿Cómo actúa usted en el mostrador? Expone que básicamente indican que, en el caso del Ibuprofeno, la seguridad con el de 400 mg es mucho mayor y que el medicamento va a hacer prácticamente lo mismo, que la eficacia es la misma. En cambio, que la seguridad es mucho más alta. *"Por tanto, nos vamos a ahorrar efectos secundarios, sean de estómago, cardiovasculares, subida de tensión, etcétera"*, expresa. Remarca que es muy recomendable optar por el de 400 mg en vez del de 600 mg. En el caso de Paracetamol, aconseja bajar las dosificaciones de 1 g. *"Hay gente que se puede llegar a tomar uno cada ocho horas. Eso es una dosis de tres gramos al día, algo que debe ser muy puntual, para patologías muy concretas como fiebres muy altas o dolores que necesitan una analgesia muy fuerte"*, declara. Certifica que con el de 500 mg se puede conseguir un efecto analgésico apropiado.

Le preguntamos si sería conveniente retirar de la farmacia el Ibuprofeno de 600 mg y el Paracetamol de 1 g. *"Yo lo que haría es dejar muy claro que el Ibuprofeno que tenemos que recomendar es el de 400 mg para adultos y el de 100 mg o de 200 mg para niños. El de 200 mg también funciona en algún adulto. El de 600 mg lo dejaría en la farmacia, pero siempre con receta e insistir en que los médicos no receten los de 600 mg como norma. Lo mismo para Paracetamol de 1 g. Mejor recetar sobre todo el de 500 mg y 650 mg. El de 1 g, sólo para casos muy concretos"*, contesta. Piensa que todos los agentes de la Sanidad deben recapacitar sobre la sobredosificación del Ibuprofeno y del Paracetamol y darle un giro a la situación.

Justifica que no es necesario pedir receta en todas las presentaciones. *"Tienes presentaciones de Ibuprofeno y Paracetamol que son totalmente seguras. Son las de 600 mg y 1 g que pueden llegar a ser tóxicas, especialmente si se usan más de diez días seguidos"*, manifiesta. Avisa de

que hay gente está tomando Paracetamol o Ibuprofeno a diario. *"Eso es lo que tenemos que evitar. Por subidas de tensión, por problemas cardiovasculares. El Paracetamol es un producto muy seguro, pero puede llegar a tener toxicidad"*, resume. Con todo, recuerda que, *"si el usuario cumple con las indicaciones del prospecto, el Paracetamol y el Ibuprofeno son seguros"*. De lo contrario, no estarían en el mercado.

Hay que estar pendientes de los posibles efectos secundarios por sobredosificación. En el caso del Ibuprofeno; son los relacionados con los problemas cardiovasculares, de fotosensibilidad, de retención de líquidos o de subida de tensión. En el caso del Paracetamol, la única toxicidad es la hepática. Por eso es tan importante bajar de 1 g a 500 mg o 650 mg. +

