

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Mar 13, 2023

Sobredosis de paracetamol

La mayoría de las personas se recuperan completamente de una sobredosis de paracetamol, pero puede causar daño hepático duradero o ser mortal. Si cree que usted u otra persona ha tomado demasiado paracetamol, hable con un médico de inmediato. Si cree que alguien ha tomado una cantidad muy grande, llame a una ambulancia.

Qué es una sobredosis de paracetamol?

El paracetamol es un medicamento que se usa para tratar el dolor y la fiebre. Está ampliamente disponible sin receta médica.

La dosis recomendada para un adulto no es más de 4 gramos (4 g o 4000 miligramos [mg]) en un período de 24 horas. Cualquier cantidad superior a esto se considera una sobredosis. La dosis para los niños es mucho más baja y depende de la edad del niño.

Demasiado paracetamol puede causar daño hepático. Si alguien toma suficiente paracetamol para causar insuficiencia hepática, esto puede ser fatal.

Sobredosis accidental

Una sobredosis de paracetamol puede ocurrir si alguien toma demasiado sin querer: por ejemplo, podría leer mal las instrucciones del empaque.

Pero una sobredosis puede ocurrir incluso cuando las personas toman la dosis correcta: por ejemplo, si luego toman un segundo medicamento, como un remedio para el resfriado y la gripe, sin darse cuenta de que contiene paracetamol.

Las sobredosis accidentales en niños también pueden ocurrir si los padres y cuidadores no usan las cucharas o tazas medidoras especiales que vienen con el medicamento, o si no las usan correctamente.

Sobredosis deliberada

Algunas personas toman una sobredosis de paracetamol a propósito, como un intento de suicidio. La sobredosis de paracetamol es un método común de intento de suicidio en muchos países.

Cuáles son los síntomas?

Una sobredosis de paracetamol a menudo no causa ningún síntoma notable en las primeras 24 horas. Pero los síntomas que pueden ocurrir en las primeras 24 horas después de una sobredosis pueden incluir:

- pérdida de apetito
- Náuseas (sensación de malestar)
- Vómitos
- Dolor en el abdomen (barriga).

Los signos de daño hepático generalmente se desarrollan dos o tres días después de una sobredosis. Estos pueden incluir:

- Dolor y sensibilidad en el lado derecho del pecho
- Náuseas
- Vómitos
- Coloración amarillenta de la piel y la parte blanca de los ojos (ictericia).

qué tratamientos funcionan?

Si recibe tratamiento por una sobredosis de paracetamol, el personal médico le hará muchas preguntas. La información que les des les ayudará a darte el mejor tratamiento posible. El personal médico le preguntará:

- Exactamente, o lo más cerca que pueda recordar, cuando usted (o su hijo) tomó el paracetamol
- La cantidad de paracetamol que cree que usted o su hijo tomaron
- Si tomaste paracetamol con alcohol y cuánto alcohol bebiste. Beber mucho alcohol con paracetamol puede aumentar el daño que el medicamento le hace al hígado
- Qué otros medicamentos o drogas recreativas puede haber tomado, y exactamente cuándo los tomó.

Muchas personas que han tomado demasiado paracetamol se recuperan por completo con solo un seguimiento cuidadoso en el hospital. Esto significa que el personal médico revisará regularmente la cantidad de paracetamol que hay en su sistema, para asegurarse de que esté cayendo a un nivel seguro lo suficientemente rápido. También pueden hacer otras pruebas para verificar si su hígado ha sido dañado.

Tratamiento farmacológico

Un medicamento llamado acetilcisteína se usa cuando los médicos creen que el hígado no se recuperará lo suficiente por sí solo.

La acetilcisteína es muy eficaz para prevenir y reducir el daño hepático, incluso en personas que han tomado grandes sobredosis. Pero funciona mejor cuando se administra lo más pronto posible después de una sobredosis.

Sobredosis de paracetamol

La acetilcisteína se puede administrar en tabletas, pero a menudo se administra como un goteo intravenoso (IV), ya que puede causar náuseas y vómitos en algunas personas. También puede causar otros efectos secundarios, como sarpullido, picazón, problemas respiratorios y, en muy raras ocasiones, la muerte. Por lo tanto, los médicos tienden a usarlo solo si creen que realmente lo necesita.

Algunos médicos también administran tabletas de carbón a algunas personas después de una sobredosis de paracetamol. La idea es que el carbón vegetal atrae sustancias tóxicas hacia sí mismo en el sistema digestivo. Estas sustancias pueden salir del cuerpo de forma inofensiva cuando vas al baño.

Prevención de otra sobredosis

Si accidentalmente ha tomado demasiado paracetamol o le ha dado demasiado a su hijo, un médico o una enfermera deben hablar con usted sobre cómo evitar que esto vuelva a suceder.

Estas son algunas de las cosas que podrían discutir con usted:

No tome (ni administre) más de la dosis recomendada

Si tiene mucho dolor, o si su hijo sufre de dolor o fiebre, puede ser tentador usar más paracetamol del recomendado. Pero esto puede ser peligroso.

Si sus síntomas son tan graves que los analgésicos básicos como el paracetamol no funcionan, consulte a su médico. Es posible que haya medicamentos que se adapten mejor a usted. O su médico puede ayudarlo a averiguar por qué su dolor es tan intenso. No sigas tomando más analgésicos sin hablar con tu médico.

Fíjese bien en los consejos de dosificación del envase. Debe aconsejarle cómo y cuándo tomar el medicamento. Por ejemplo, la dosis recomendada para adultos en cualquier período de 24 horas es de 4000 mg.

Pero esto no significa que lo tomes todo de una vez. Las instrucciones del envase deben explicar que, si necesita tomar paracetamol durante un período de 24 horas, lo haga poco a poco. Para un adulto, esto generalmente significa dos tabletas de 500 mg cada 6 a 8 horas.

Tenga en cuenta otros medicamentos que contienen paracetamol

Es fácil tomar demasiado paracetamol si no sabe qué otros medicamentos también lo contienen. Muchos medicamentos comunes recetados y de venta libre pueden contener paracetamol. Algunos ejemplos de ellos son:

- Medicamentos para el dolor de los senos paranasales
- Remedios para el resfriado y la gripe
- Medicamentos para la tos
- Otros analgésicos, como combinaciones de codeína y paracetamol (a veces llamado co-codamol)
- Medicamentos para la dentición de los niños.

Sobredosis de paracetamol

Lee atentamente los ingredientes y las instrucciones de cualquier medicamento que tomes junto con el paracetamol. Si tiene alguna duda sobre la dosis, busque ayuda de un farmacéutico. Si ya ha tomado la dosis recomendada de paracetamol, tomar otro medicamento que contenga paracetamol podría ser peligroso.

Hay diferentes dosis para adultos y niños, y para niños de diferentes edades

El paracetamol líquido para niños puede venir en diferentes concentraciones para diferentes edades. Por ejemplo, en muchos países hay una versión para niños de hasta 5 años y una versión para niños de 6 años o más.

Y cada versión tendrá instrucciones detalladas de dosificación en el empaque según la edad de su hijo y, posiblemente, su peso. Así, por ejemplo, la dosis recomendada de paracetamol líquido para un niño de 12 meses será diferente a la de un niño de 2 a 4 años, y así sucesivamente. Y un niño que es pequeño para su edad puede necesitar menos que un niño más grande.

En el caso de los niños, use la cuchara, la taza o la jeringa provistas

Los medicamentos líquidos de paracetamol para niños deben venir con una cuchara o taza medidora de tamaño especial que le ayude a darles exactamente la dosis correcta para su edad. Algunas versiones vienen con una jeringa de plástico que le ayuda a gotear el medicamento en la boca de su hijo si tiene problemas para tomarlo de una cuchara.

Es importante utilizar estas medidas correctamente. Para evitar perderlos, intente guardarlos en un compartimento especial en un cajón o en una bolsa con el frasco del medicamento.

Si no entiendes la dosis recomendada, pide ayuda

Las instrucciones en los paquetes y botellas pueden ser confusas, especialmente si siente dolor o malestar. Si es posible, pídele a alguien que te ayude a asegurarte de que no estás tomando demasiado.

Qué sucederá?

Aproximadamente 10 de cada 100 personas tendrán algún daño hepático duradero después de una sobredosis de paracetamol. Algunas personas necesitan un trasplante de hígado. Una o 2 de cada 100 personas morirán de insuficiencia hepática.

Pero la mayoría de las personas recuperan toda su función hepática, generalmente entre una y tres semanas.

Si tomó una sobredosis deliberada, es probable que haya sido el resultado de depresión, estrés o problemas similares. Por lo tanto, es importante que obtenga el apoyo que necesita con su salud mental. Su médico debe programar una cita con un profesional de la salud mental lo antes posible para que pueda comenzar a recibir la terapia que sea más útil para usted.

Sobredosis de paracetamol

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

