

¿Qué es la automedicación y cuáles son sus consecuencias?

What If Self-Medication and What Are Its Consequences?

Olga Abigail Hernández-Gálvez.^{1*}

¿Qué significa automedicarse?

La automedicación es un problema de salud en todo el mundo. Ocurre cuando una persona decide tomar uno o varios medicamentos por su cuenta, o porque un familiar o amigo se los recomienda, sin consultar antes a un médico. Generalmente se hace para tratar dolores o males-tares que la persona cree reconocer en sí misma.^{1,2}

Muchas veces los medicamentos vienen de conocidos que los comparten porque alguna vez se los recetaron cuando presentaron situaciones de salud similares. Sin embargo, lo que sirve a una persona puede no ser adecuado para otra. Esta práctica ha crecido porque muchos medicamentos se venden sin receta y resultan fáciles de conseguir.³

¿Quiénes se automedican más?

La automedicación puede presentarse a cualquier edad, pero es más común en adolescentes y en personas con pocos recursos. En los adolescentes, se ha visto que hasta 60% toma medicamentos sin consultar a un médico. Siete de cada diez personas lo hacen con pastillas para tratar dolores de todo tipo: cabeza, espalda, musculares, entre otros.

En los adultos mayores la práctica es menos común. Esto se debe a que ya toman varios medicamentos recetados por sus enfermedades crónicas y no quieren agregar otros por su cuenta.

Además del uso de medicamentos que curan el dolor (se les conoce como analgésicos), se ha encontrado que hasta cinco de cada diez personas utilizan antibióticos sin receta (medicamentos que matan bacterias y curan infecciones). Esto es grave porque el mal uso de antibióticos —en dosis equivocadas, durante menos días de los necesarios o cuando no hacen falta— provoca que las bacterias se vuelvan resistentes y las infecciones sean más difíciles de curar.⁴

Sugerencia de citación: Hernández-Gálvez OA. ¿Qué es la automedicación y cuáles son sus consecuencias? *Aten Fam.* 2025;32(4):299-301. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2025.4.93010>

Este es un artículo open access bajo la licencia CC BY-NC-ND (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Recibido: 10/07/2025
Aceptado: 21/08/2025

¹Unidad de Medicina Familiar No. 63, Instituto Mexicano del Seguro Social. Estado de México, México.

*Correspondencia:
Olga Abigail Hernández-Gálvez
abichuelasdra@outlook.com

Riesgos de automedicarse

Tomar medicamentos sin supervisión puede parecer algo práctico, pero conlleva peligros importantes:

Resistencia a los antibióticos

Las bacterias se vuelven más fuertes y los antibióticos dejan de funcionar. Esto hace que las infecciones duren más, se propaguen con facilidad y sean más graves.⁵

Creencias falsas

Algunas personas piensan que los antibióticos sirven para cualquier dolor o resfriado. Esto es incorrecto. Los antibióticos solo funcionan contra infecciones causadas por bacterias y siempre deben ser recetados por un médico.²

Efectos secundarios

Los medicamentos que se usan sin control pueden dañar órganos y causar otras enfermedades:

- Pastillas para dolor o fiebre (paracetamol, diclofenaco, naproxeno): daño en hígado, estómago o riñones
- Medicinas para acidez (omeprazol, antiácidos): alteraciones en el cuerpo y riesgo de cáncer si se usan mucho tiempo
- Cremas con cortisona (barmicil, hidrocortisona, betametasona): infecciones y debilitamiento de la piel
- Medicinas contra hongos (miconazol, ketoconazol, itraconazol): daño en hígado
- Pastilla de emergencia anticon-

ceptiva: alteraciones hormonales

- Tranquilizantes (clonazepam, diazepam): dependencia y problemas de memoria^{2,6}
- Una medicina puede curar, pero usada sin control también puede hacer mucho daño.⁴⁻⁷

Los medicamentos más usados sin receta

Se ha estudiado cuáles son los medicamentos que más se usan sin indicación médica y los problemas que pueden causar, los cuales se muestran en la tabla 1.⁸

Un error común: repetir medicinas recetadas antes

En algunos lugares en los que es difícil consultar a un médico, las personas suelen repetir un medicamento que ya

Tabla 1.

Tipo de medicina	¿Qué tan común es su uso?	Riesgos principales
Pastillas para dolor o fiebre	La gran mayoría las usa	Daño en hígado y riñones
Pastillas para la alergia	Muchas personas las usan	Sueño excesivo, mareos, palpitaciones
Medicinas contra la gripe	3 de cada 10 personas las usan	Convulsiones, problemas en el corazón
Medicinas para el estómago o diarrea	1 de cada 4 personas las usan	Daño en riñones, cambios en el cuerpo, riesgo de cáncer si se usan mucho
Antibióticos	1 de cada 10 personas los usan	Vuelven más fuertes a las bacterias (resistencia)
Vitaminas y suplementos	Algunas personas los usan de más	Daño en hígado, problemas en huesos
Cremas para la piel con cortisona	Pocas personas las usan	Piel más delgada, manchas, infecciones
Tranquilizantes	Muy pocas personas los usan	Dependencia y pérdida de memoria

les había servido antes, pero esto no es seguro. Cada enfermedad puede ser distinta, y lo que funcionó una vez puede no servir después.⁹

Ejemplo:

Juan, de 47 años, tiene diabetes e hipertensión controladas. Un día tuvo gripe con tos y dolor de garganta, pero sin fiebre. El médico lo revisó y recetó paracetamol y loratadina, además de reposo e hidratación.

Juan preguntó si podía volver a tomar esas medicinas si se sentía igual otra vez. El médico le dijo que debía consultarlo en cada visita y que nunca debía compartir esas pastillas con nadie.

La enseñanza es clara: aunque una medicina haya funcionado antes, solo el médico puede confirmar si se puede volver a usar.

Consideraciones

La automedicación es muy común, pero también peligrosa. Puede causar resistencia a los antibióticos, complicaciones graves y falsas creencias sobre las medicinas.

En algunos casos, las personas repiten un tratamiento que les había servido, pero eso no significa que sea

correcto ni seguro. Cada enfermedad es diferente y solo un médico puede indicar la medicina adecuada.

La recomendación es clara: no se automedique, no comparta medicinas y consulte siempre a un profesional de la salud antes de tomar cualquier pastilla.

Referencias

1. Ruiz ME. Risks of self-medication practices. *Curr Drug Saf.* 2010;5(4):315-323.
2. Gualano MR, Bert F, Passi S, Stillo M, Galis V, Manzoli L, Siliquini R. Use of self-medication among adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Eur J Public Health.* 2015;25(3):444-450.
3. Al Shibly MNR, Hasan LA, Abdulsada AR. Knowledge and practice of self-medication. *J Popul Ther Clin Pharmacol.* 2022;28(2): e62-e70.
4. Herrera-Añazco P, Mougenot B, Benites-Meza JK, Barturén-Alvarado LC, Zumarán-Núñez CJ, Boyd-Gamarra MA, et al. Self-Medication Practices, Use of Brand-Name, and Over-the-Counter Medicines by Peruvian Older Adults. *Can Geriatr J.* 2023;26(1):187-199.
5. Rather IA, Kim BC, Bajpai VK, Park YH. Self-medication and antibiotic resistance: Crisis, current challenges, and prevention. *Saudi J Biol Sci.* 2017;24(4):808-812.
6. Organización Mundial de la Salud. Resistencia a los antimicrobianos 2000-2015 [Internet]. [Citado 2025 Julio 31]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/antimicrobial-resistance>
7. Yuan J, Du W, Li Z, Deng Q, Ma G. Prevalence and Risk Factors of Self-Medication Among the Pediatric Population in China: A National Survey. *Front Public Health.* 2022; 9:770709.
8. Cecilia MJ, García-Estañ J, Atucha NM. La automedicación en estudiantes del Grado en Farmacia. *Educ Med.* 2018;19(5):277-82.
9. Hughes CM, McElnay JC, Fleming GF. Benefits and risks of self medication. *Drug Saf.* 2001;24(14):1027-37.