



**Mi Universidad**

## **Consumo de AINES**

*Carlos Daniela Aguilar Deleón*

*Consumo de fármacos*

*Parcial I*

*Terapéutica Farmacológica*

*Dr. Díaz Reyes Alonso*

*Medicina Humana*

*Semestre*

## **Introducción**

Los analgésicos antiinflamatorios no esteroideos (AINEs) son medicamentos que usamos todos los días para tratar dolores de cabeza, musculares, fiebre o inflamaciones. Entre ellos están el ibuprofeno, el naproxeno, el diclofenaco y otros. Son de los fármacos más consumidos en el mundo porque ayudan rápido, son relativamente baratos y en muchos casos se venden sin receta.

El problema aparece cuando se usan sin control, en dosis altas o por mucho tiempo, lo que se conoce como consumo indiscriminado. En esta situación pueden causar complicaciones que no siempre la gente conoce. En este ensayo reviso información de artículos científicos, metaanálisis y casos clínicos sobre los riesgos del abuso de AINEs y la importancia de usarlos de forma responsable.

## **Evidencia de los riesgos**

Diversos estudios y reportes de casos muestran que los AINEs, aunque útiles, no son inocuos.

**Daño gastrointestinal:** se han reportado úlceras y hemorragias digestivas incluso después de pocos días de uso en dosis altas. Por ejemplo, en un caso clínico documentado, una mujer de 53 años desarrolló una úlcera gástrica después de tomar naproxeno solo dos días.

**Efectos cardiovasculares:** metaanálisis grandes muestran que usar AINEs por mucho tiempo o en dosis elevadas aumenta el riesgo de infartos, hipertensión o problemas de circulación. Los inhibidores selectivos de COX-2 (coxibs), que se pensaban más seguros para el estómago, resultaron tener mayor riesgo cardiovascular.

**Riesgos renales y hepáticos:** en personas con daño renal o hepático previo, los AINEs pueden empeorar la función y llevar incluso a insuficiencia aguda.

**Retraso en la curación de fracturas:** algunos estudios mencionan que tomar AINEs después de una fractura puede retrasar la consolidación ósea, aunque los resultados no siempre son iguales en todos los estudios.

En conclusión, aunque sirven, no están libres de riesgos, especialmente si se usan sin control médico.

## **Análisis**

Al revisar la evidencia, queda claro que:

Mientras más tiempo y más alta la dosis, mayor es el riesgo.

No todos los AINEs son iguales: algunos dañan más el estómago, otros aumentan más los riesgos cardiovasculares.

Hay pacientes más vulnerables: adultos mayores, personas con enfermedades crónicas, quienes toman anticoagulantes o esteroides.

Muchas veces la gente piensa que como son de venta libre “no pasa nada”, pero la ciencia demuestra lo contrario

### **Consecuencias del consumo indiscriminado**

El abuso de AINEs puede terminar en complicaciones graves:

Úlceras y hemorragias digestivas.

Infartos y problemas de presión arterial.

Falla renal.

Daños hepáticos.

Problemas en la curación de huesos.

Estas complicaciones no solo afectan la salud de la persona, sino que generan costos hospitalarios y hasta pueden ser mortales en algunos casos.

### **Recomendaciones**

La evidencia indica que los AINEs deben usarse con cuidado:

Siempre bajo supervisión médica en pacientes con enfermedades crónicas.

Usar la dosis más baja posible y el menor tiempo necesario.

Evitar combinarlos entre sí o con alcohol, esteroides o anticoagulantes.

En pacientes con riesgo de gastritis o úlceras, acompañarlos con protectores gástricos.

Considerar otras opciones no farmacológicas para controlar el dolor, como fisioterapia o cambios en el estilo de vida.

### **Conclusión**

El consumo indiscriminado de AINEs es un problema real de salud pública. Aunque son medicamentos muy útiles y efectivos, la ciencia ha demostrado que también tienen riesgos importantes cuando se usan de manera irresponsable.

Como estudiantes y futuros profesionales de la salud debemos entender que no existe medicina sin riesgo, y que incluso lo que parece inofensivo puede causar complicaciones graves. La clave está en el uso racional: la dosis adecuada, por el tiempo justo y en el paciente correcto.