

El Centro de Control de Envenenamiento de Nueva Jersey — Sirviendo a NJ desde 1983

## **COMUNICADO DE PRENSA**

---

Para publicación inmediata  
Enero 14 de 2026

### **¿Tomas Paracetamol Para Aliviar los Síntomas de la Gripe? Ten Cuidado de no Excederte con la Dosis.**

*Los expertos del Centro de Control de Envenenamientos de Nueva Jersey advierten que una cantidad excesiva de este medicamento puede ser tóxica.*

Desde el comienzo de la actual temporada de gripe en noviembre de 2025, el [Centro de Control de Envenenamientos de Nueva Jersey](#) ha brindado asistencia en la gestión de numerosos casos de residentes que experimentaron errores de dosificación al usar paracetamol. El error más común, reportado en 85 casos, ocurrió cuando las personas tomaron o les administraron una cantidad excesiva de paracetamol en un período de tiempo demasiado corto. En otros 34 casos, las personas utilizaron sin saberlo más de un producto que contenía paracetamol, sin darse cuenta de que estaban duplicando o incluso triplicando la dosis del mismo principio activo.

Observar tantos casos en menos de tres meses pone de manifiesto lo comunes que son los errores de dosificación y refuerza la importancia de tener acceso rápido a especialistas de centros de toxicología siempre que surjan preguntas o dudas.

“La temporada de resfriados y gripe es la época del año en la que observamos un aumento en las llamadas al Centro de Control de Envenenamientos relacionadas con el uso excesivo de paracetamol para aliviar los síntomas similares a los de la gripe,” dijo dice Diane Calello, directora ejecutiva médica del Centro de Control de Envenenamiento de Nueva Jersey en la [Escuela de Medicina de Rutgers Nueva Jersey](#). “La mayoría de las personas no se dan cuenta de que corren el riesgo de consumir paracetamol en exceso porque desconocen que muchos medicamentos contienen este ingrediente. Hay más de 600 productos en el mercado que contienen paracetamol.”

El paracetamol, el principio activo de Tylenol y de muchos analgésicos con receta y productos de venta libre para la tos, el resfriado y la reducción de la fiebre, es seguro y eficaz si se utiliza con cuidado y correctamente, sin superar la dosis diaria máxima recomendada de 4000 miligramos de paracetamol.

Sin embargo, tomar demasiado paracetamol, ya sea solo o en combinación con otros medicamentos, puede provocar graves problemas de salud.

“Excederse con la dosis es mucho más fácil de lo que la mayoría de la gente cree, y las consecuencias de tomar demasiado paracetamol pueden ocurrir rápidamente y provocar una emergencia potencialmente mortal, como daño hepático grave e insuficiencia hepática, insuficiencia renal e incluso la muerte,” dijo Bruce Ruck, director general del Centro de Control de Envenenamientos de Nueva Jersey.

“Queremos recalcar que los adultos nunca deben tomar más de la dosis máxima diaria de 4000 miligramos de paracetamol al día, sumando la cantidad de todos los medicamentos que lo contengan, en un período de 24 horas,” dijo Calello. “También es importante asegurarse de no tomar varias dosis de paracetamol con muy poca diferencia de tiempo entre ellas, ya que esto también puede provocar una sobredosis y daño hepático.”

Los bebés y los niños también corren el riesgo de sufrir una sobredosis accidental de paracetamol, ya que muchos productos infantiles contienen este medicamento. Se necesita una cantidad mucho menor de paracetamol para causar efectos graves en la salud de los niños.

“Al administrar medicamentos a los niños, especialmente a los más pequeños, hay que darles la cantidad recomendada según su peso, no según su edad,” dijo Ruck.

“Nos damos cuenta de que la mayoría de las personas desconocen los daños que puede causar el uso excesivo de paracetamol, por lo que estamos concienciando a la población para prevenir sobredosis accidentales,” dijo Calello. “Queremos que la gente sea consciente de los riesgos y sepa cómo usar el paracetamol de forma segura.”

Siga estos pasos para evitar el uso excesivo de paracetamol:

- Elija productos específicos: Use solo medicamentos diseñados para tratar sus síntomas.
- Verifique los ingredientes activos: Revise los ingredientes activos de todos los productos que esté utilizando para evitar duplicar la ingesta de ingredientes, especialmente de paracetamol. Tenga en cuenta la cantidad total de miligramos de paracetamol que consume de todas las fuentes en 24 horas. No exceda la dosis diaria recomendada.
- Evite combinar medicamentos y productos: No tome más de un producto de venta libre que contenga paracetamol al mismo tiempo o en un corto período de tiempo.

- **Siga las instrucciones de la etiqueta:** Lea atentamente las advertencias y las instrucciones de dosificación en la etiqueta, el prospecto o el envase del producto antes de tomar o administrar el medicamento.

Si tiene preguntas o inquietudes sobre las instrucciones de dosificación o los medicamentos que contienen paracetamol, comuníquese de inmediato con el Centro de Control de Envenenamientos de Nueva Jersey para obtener asesoramiento médico. Cualquier persona puede llamar para solicitar ayuda médica: niños, adolescentes y adultos.

Los centros de control de intoxicaciones son un recurso médico tanto para el público como para los profesionales de la salud. Obtenga ayuda 24/7 — llame 1-800-222-1222 o [Chatee Aquí](#). Si alguien no respira, tiene dificultad para despertarse o tiene convulsiones, llame al 9-1-1.

---

**Manténgase Conectado:** [FB](#) | [X](#) | [Instagram](#) | [TikTok](#) | [YouTube](#) | [Website](#)

**Disponible para Entrevistas con los Medios**

Diane Calello, MD, Directora Ejecutiva y Médico, Centro de Control de Envenenamiento de Nueva Jersey en la Escuela de Medicina de Rutgers Nueva Jersey

Bruce Ruck, Pharm.D., Director Gerente, Centro de Control de Envenenamiento de Nueva Jersey en la Escuela de Medicina de Rutgers Nueva Jersey

**Acerca del Centro de Control de Envenenamiento de Nueva Jersey / NJPIES, 1-800-222-1222**

Fundado en 1983, el Sistema de Información y Educación sobre Envenenamientos de Nueva Jersey (NJPIES), conocido por el público como el Centro de Control de Envenenamientos de Nueva Jersey, es la principal defensa del estado contra lesiones y muertes por envenenamientos intencionales y no intencionales. Está designado como el centro regional de control de envenenamiento del estado por el Departamento de Salud de Nueva Jersey y la Asociación Americana de Centros de Control de Envenenamientos. Es una división del Departamento de Medicina de Emergencia de la Escuela de Medicina de Rutgers New Jersey. NJPIES tiene un centro de vanguardia ubicado en Rutgers Health en Newark. NJPIES es financiado, en parte, por el Departamento de Salud de NJ, Hospitales de NJ y el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos.

El personal de la línea directa (médicos, enfermeras registradas y farmacéuticos) proporcionan consultas gratuitas de telemedicina a través de servicios de línea directa (teléfono, mensajes de texto, chat) con respecto a emergencias por envenenamiento y proporciona información sobre prácticas de prevención de envenenamiento, interacciones medicamentosas y sobredosis, intoxicación alimentaria, exposiciones químicas ambientales, mordeduras y picaduras de animales/insectos, plantas y otras exposiciones al aire libre, monóxido de carbono y envenenamientos por plomo, y más. Los servicios de NJPIES son gratuitos, confidenciales/privados, disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana, y la ayuda está disponible en cualquier idioma. Llame al 1-800-222-1222 o [chatee aquí](#).

**Acerca de Escuela de Medicina de Rutgers Nueva Jersey**

Fundada en 1954, Escuela de Medicina de Rutgers Nueva Jersey es la escuela de medicina más antigua del estado. Hoy es parte de Rutgers, la Universidad Estatal de Nueva Jersey y gradúa aproximadamente 170 médicos al año. Además de proporcionar el título de MD, la escuela ofrece títulos de MD/PhD, MD/MPH y MD/MBA a través de colaboraciones con otras instituciones de educación superior. Dedicada a la excelencia en educación, investigación, atención clínica y alcance comunitario, la escuela de medicina comprende 20 departamentos académicos y trabaja con varios socios de atención médica, incluido su principal hospital universitario, University Hospital. Su facultad está formada por numerosos científicos de renombre mundial y muchos de los "mejores médicos" de la región. Hogar de la clínica dirigida por estudiantes más antigua del país, la Escuela de Medicina de Nueva Jersey alberga más de 50 centros e institutos, incluido el Centro del Instituto de Investigación de Salud Pública, el Instituto Global de Tuberculosis y el Instituto Neurológico de Nueva Jersey. Para obtener más información, visite: [njms.rutgers.edu](#).

###