



Universidad del  
**Rosario**

# **AUTOMEDICACIÓN EN LOS TIEMPOS DEL COVID-19**

Dr. Andrés M. Pérez-Acosta

Profesor Titular

Programa de Psicología

Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud

Universidad del Rosario

[andres.perez@urosario.edu.co](mailto:andres.perez@urosario.edu.co)

# PLAN DEL WEBINAR



## APERTURA

Ska-P (España): "Automedicación" (2017)

<https://www.youtube.com/watch?v=cesrRHvwu7Q>

## CONFERENCIA

- 1. Automedicación contra el COVID-19.
- 2. Automedicación y la cuarentena.

## PREGUNTAS Y COMENTARIOS

# Agradecimientos especiales

WEBINAR: AUTOMEDICACIÓN Y COVID-19



- Profesores Ximena Palacios y Juan Gabriel Ocampo (Programa de Psicología).
- Giovanna Insuasty y Laura Gutiérrez (Educación Continua y Consultoría).
- Dr. Miguel Gallegos, Coordinador del PSICOVID 2020 – Sociedad Interamericana de Psicología.
- Ps. Pedro Pablo Ochoa, Coordinador del Equipo de Respuesta Psicológica frente al brote del COVID-19 en Colombia, de COLPSIC.
- Profesores Carlos Calderón Ospina y Franklin Soler, co-investigadores del Observatorio del Comportamiento de Automedicación – EMCS-UR.

# SELECCIÓN DE AFIRMACIONES ANTI-MÍTICAS SOBRE EL COVID-19

Agencia France-Press (AFP) – actualizada: 3 abril / 2020



Universidad del  
**Rosario**

- 7. **Aguantar la respiración y beber sorbos de agua** no sirven para evitar el contagio del nuevo coronavirus.
- 8. La **eficacia de la cloroquina** en el tratamiento contra el nuevo coronavirus **aún está en debate en la comunidad científica**. Es cardiotóxica y demostrado ser letal.
- 9. Beber **agua con limón o tomar mucha vitamina C** no ayudan a prevenir el nuevo coronavirus.
- 10. El **té de hinojo, el hígado de res y una dieta alcalina** no impiden contraer el COVID-19.
- 11. Beber **agua hervida con ajo** no es una cura contra el nuevo coronavirus.
- 13. Hacer **gárgaras con agua caliente y sal o vinagre** no sirve para eliminar el nuevo coronavirus antes de que pase de la garganta a los pulmones.
- 15. El **Interferón Alfa 2B es un antiviral** fabricado en una planta china a partir de tecnología cubana que se está usando para tratar el COVID-19, pero no lo cura.
- 17. La **plata coloidal** no sirve ni para prevenir el contagio de coronavirus ni para curar el COVID-19, y además su consumo puede ser peligroso (puede producir argiria).
- 19. El **“antídoto” difundido por Nicolás Maduro** contra el coronavirus (sauco, jengibre, pimienta y miel) no constituye una cura contra el COVID-19, aunque algunos ingredientes pueden tener efectos expectorantes.
- 21. El **eucalipto** no sirve ni para prevenir el contagio ni para eliminar el nuevo coronavirus.



**La automedicación es un comportamiento NO basado en la consulta y orientación médica adecuada, y puede ocasionar problemas para la salud de las personas.**

En momentos de crisis, agravadas por situaciones de aislamiento social, las personas pueden recurrir al acopio de medicamentos y la eventual autoadministración de fármacos sin la prescripción debida.

Se trata de una actitud preventiva y tranquilizadora, pero incorrecta desde el punto de vista de la salud.



Un ejemplo dañino durante esta pandemia puede ser el consumo innecesario de antibióticos, los cuales son indicados para combatir bacterias, pero su ingesta debilita el sistema inmunológico, haciéndonos más vulnerables a los virus.



# AUTOMEDICACIÓN Y CORONAVIRUS

Frente al coronavirus es una mala decisión automedicarse por las siguientes razones:

No existe a la fecha un medicamento con evidencia de cura de la enfermedad infecciosa COVID-19



No existe hoy una vacuna con evidencia de prevención del COVID-19

Las medidas más eficaces para frenar el desarrollo de esta enfermedad son todas NO farmacológicas:

La clave:



# AUTOMEDICACIÓN Y CORONAVIRUS

## Recomendaciones:

**Desconfiar de la publicidad de medicamentos dudosos**

**Las personas bajo tratamiento, seguir las prescripciones**

**La ingesta indebida de medicamentos puede:**

- ◆ Encubrir síntomas de una enfermedad o modificarlos
- ◆ Originar una intoxicación
- ◆ Provocar efectos no deseados

**Seguir las recomendaciones sanitarias oficiales**

**Buscar información profesional**



**Reciclar adecuadamente los medicamentos no utilizados**

# Automedicación y cuarentena

Observatorio del Comportamiento de Automedicación



Universidad del  
**Rosario**

- La cuarentena supone un reto a la salud mental y a la sana convivencia.
- El encierro forzado facilita la emergencia de cuadros de ansiedad y depresión, además de diferentes formas de violencia doméstica.
- Las personas afrontan estas situaciones de manera inadecuada, en primer lugar con la ayuda de sustancias psicoactivas (alcohol, nicotina, cannabis, etc.) y, cada vez más, medicamentos psiquiátricos (originalmente de prescripción).
- Estas formas de afrontamiento han sido definidas como una forma de “automedicación emocional”, que explican situaciones de abuso y adicción a sustancias (Dr. Edward Khantzian, Harvard University).
- Desde la psicología, en particular la psicología clínica y de la salud, se aboga por formas de afrontamiento **NO FARMACOLÓGICAS**, como la psicoterapia y técnicas con sustento en evidencia (por ejemplo, mindfulness y estrés).

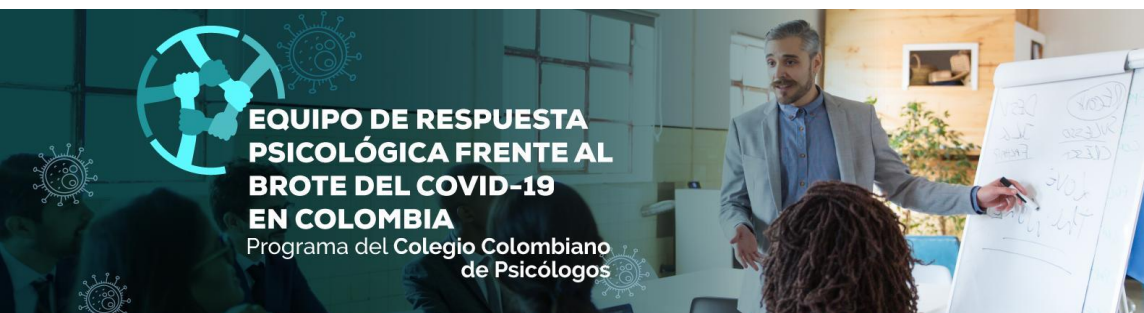




Universidad del  
**Rosario**

## RECURSOS PSICOLÓGICOS FRENTE AL BROTE DEL COVID Y LA CUARENTENA

- COLEGIO COLOMBIANO DE PSICÓLOGOS (COLPSIC): Equipo de Respuesta Psicológica frente al brote del COVID-19 en Colombia:  
<https://www.colpsic.org.co/covid-19>
- SOCIEDAD INTERAMERICANA DE PSICOLOGÍA (SIP): PSICOVID2020 - Protocolo de acción y recomendaciones sobre salud mental para afrontar la pandemia del coronavirus: <https://sipsych.org/psicovid/>



**Protocolo de Acción y Recomendaciones  
sobre Salud Mental para afrontar la  
Pandemia del Coronavirus**

*Responsabilidad, Empatía, Solidaridad y Tranquilidad*

<https://sipsych.org/psicovid/>

Protocol available in English  
Protocolo disponível em Português



# Lecturas recomendadas:

- [https://www.researchgate.net/publication/340082344 AUTOMEDICACION Y COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/340082344_AUTOMEDICACION_Y_COVID-19)
- [https://www.edicionmedica.com.co/opinion/alternativas-farmacologicas-para-el-manejo-del-covid19-3?utm\\_campaign=shareaholic&utm\\_medium=twitter&utm\\_source=socialnetwork](https://www.edicionmedica.com.co/opinion/alternativas-farmacologicas-para-el-manejo-del-covid19-3?utm_campaign=shareaholic&utm_medium=twitter&utm_source=socialnetwork)
- <https://factual.afp.com/falsos-remedios-y-medidas-de-prevencion-y-curas-que-no-sirven-para-el-nuevo-coronavirus>
- <https://www.colpsic.org.co/noticias/comunicado-a-la-opinion-publica---covid-19/2185>
- [https://sipsych.org/wp-content/uploads/2020/03/SIP-2020-CORONAVIRUS-18\\_03\\_2020-English.pdf](https://sipsych.org/wp-content/uploads/2020/03/SIP-2020-CORONAVIRUS-18_03_2020-English.pdf)



Universidad del  
**Rosario**

**El único remedio que sí tiene evidencia contra el COVID-19:**



# Observatorio del Comportamiento de Automedicación



Universidad del  
**Rosario**

<https://www.urosario.edu.co/Observatorio-del-Comportamiento-de-Automedicacion/Inicio/>

Observatorio del Comportamiento de Automedicación / Observatory of Self-Medication Behavior

**Definición del Observatorio**

Recurso público académico que tiene como propósitos la definición, clasificación, medición, explicación, divulgación e intervención del comportamiento de automedicación. Fundado el 21 de abril de 2014. **Fecha de actualización:** 12 de agosto de 2019.

**Respaldo académico del Observatorio**

El Observatorio del Comportamiento de Automedicación está respaldado por el grupo de investigación E. C. Estudios en Ciencias del Comportamiento (Universidad del Rosario / Universidad de los Andes / Fundación para el Avance de la Psicología) clasificado en la categoría A1 de Colciencias, Colombia.

**Patrocinio del Observatorio**

Este Observatorio del Comportamiento de Automedicación (OCAM) es posible gracias a la financiación de la Universidad del Rosario (Bogotá, Colombia) al proyecto del Año Sabático 2015 otorgado a su fundador, Andrés M. Pérez-Acosta, Profesor Titular, Programa de Psicología, Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud.

**Contacto:**

[obser.automedicacion@urosario.edu.co](mailto:obser.automedicacion@urosario.edu.co)