



TEMA D'INTERÈS: PARACETAMOL

El paracetamol és un dels medicaments analgèsics que més s'utilitzen pel dolor, juntament amb l'ibuprofè.

Dolor

El dolor es pot classificar segons la durada: agut o crònic, i també segons la localització: concret o difús.

Per saber quin és el millor tractament, primer de tot s'ha d'identificar la causa del dolor, i tenir present que cada persona el percep d'una manera diferent.

Es pot prevenir el dolor?

Per tal de prevenir el dolor muscular i de les articulacions s'ha de portar una vida activa, evitar el sobrepès i obesitat, seguir una alimentació equilibrada i saludable, mirar d'evitar les males postures i hidratar-se de manera correcta.

Tipus de medicaments analgèsics

No opioides – s'utilitzen quan el dolor és lleu o moderat

- ✓ *Paracetamol*, que té efecte analgèsic i antitèrmic, però no antiinflamatori.
- ✓ *AINE*, són els antiinflamatoris no esteroïdals, on es troba l'ibuprofè i àcid acetilsalicílic. Aquests medicaments tenen efecte analgèsic, antitèrmic i antiinflamatori.

Opioides – es fan servir en cas de dolor intens

S'utilitza el tramadol i codeïna, i si es necessita més analgèsia es prescriu morfina, fentanil, oxicodona, buprenorfina o tapentadol.

PARACETAMOL

- La dosi de 500 o 650 mg és suficient, moltes vegades no cal prendre la dosi d'1 g. Es pren cada 6-8 hores.
- Tot i que pugui semblar que és innocu, si es pren a dosis altes durant molt de temps, pot provocar danys al fetge.
- La dosi màxima diària és de 3 g, excepte:
 - Més de 65 anys i/o alteracions del fetge – no superar 2 g/dia
 - Malaltia del ronyó – no superar 1,5 g/dia
- No s'ha de prendre més d'un medicament que contingui paracetamol
- No s'ha de consumir alcohol, ja que es potencia l'efecte tòxic
- Si es segueix un tractament anticoagulant o per l'epilèpsia, s'ha de tenir una especial precaució, ja que el paracetamol en pot alterar l'efecte.
- Si es segueix una dieta baixa en sal no s'han de prendre comprimits efervescents, ja que contenen altes quantitats de sodi.

Metabolisme del paracetamol

El paracetamol es metabolitza principalment en el fetge, seguint dues rutes metabòliques: conjugació amb àcid glucorònic i conjugació amb àcid sulfúric, donant lloc a metabòlits no tòxics.

El sistema hepàtic d'enzims citocrom P-450 produeix el principal metabòlit del paracetamol, N-acetil-p-benzoquinonaimina (NAPQI), que és tòxic.

El glutatíon emmagatzemat en el fetge detoxifica aquest metabòlit, però si no hi ha glutatíon en el fetge, llavors es produeix dany hepàtic.

Un efecte secundari del paracetamol que s'ha de tenir en compte, és que a altes dosis és tòxic per al fetge, i que si es pren juntament amb l'alcohol etílic augmenta el risc d'hepatotoxicitat.



(En cas que hi hagi una sobredosificació i intoxicació de paracetamol, s'utilitza N-acetilcisteïna, que és un precursor del glutatíon.)

Interaccions del paracetamol

- × Els fàrmacs anticonvulsivants: indueixen el metabolisme del paracetamol, disminuint l'efecte analgèsic i augmentant el risc d'hepatotoxicitat degut a l'augment de la concentració del metabòlit hepatotòxic.
- × Els anticoagulants orals (acenocumarol, warfarina): dosis superiors a 2 g/dia de paracetamol durant un període llarg de temps poden augmentar l'efecte dels antagonistes de la vitamina K. El metabòlit del paracetamol, NAPQI, pot potenciar l'efecte anticoagulant. S'ha de controlar el INR.

CAMPANYA DEL DEPARTAMENT DE SALUT



Salut continua amb la campanya **“Pastilles només les necessàries”** adreçada als malalts que prenen 10 o més medicaments de manera simultània; ara fent èmfasi en l'ús responsable i segur del paracetamol.

La campanya amb tots els recursos i materials, la podeu trobar al Canal Salut:

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/actualitat/campanyes/pastilles-nomes-les-necessaries/index.html>