

[paris-normandie.fr](https://www.paris-normandie.fr)

## « Paracétamol challenge » sur TikTok : ce défi n'existe pas mais alerte sur les dangers du médicament

Par Garance Ferrard et Brice Recotillon

6-7 minutes

Ce challenge sur TikTok avait provoqué l'inquiétude des institutions et de professionnels de santé. Les médias avaient, eux aussi, évoqué ce « défi dangereux ». Au final, le « Paracétamol challenge » n'existe pas. Explications.



Par Garance Ferrard et Brice Recotillon

Publié: 13 Février 2025 à 10h56 Temps de lecture: 1 min

Sur TikTok, les challenges apparaissent et disparaissent bien souvent en un claquement de doigts. Mais ce [challenge](#)-là, même s'il a fait parler de lui dans les médias, n'a jamais existé. On parle bien du « Paracétamol challenge ».

### Rien sur TikTok

Ce défi consisterait à ingérer la plus grande quantité possible de paracétamol, présent dans plusieurs médicaments, afin de tester sa résistance quitte à frôler l'hospitalisation. Institutions et médecins s'étaient alors inquiétés et avaient alerté sur la dangerosité d'un tel défi. L'Académie de Normandie avait même envoyé un courrier aux différents chefs d'établissements pour les informer des dangers d'un tel défi.

Mais il n'en est rien. Quand on tape « Paracétamol challenge » dans la barre de recherches sur [TikTok](#), peu de vidéos ressortent. On trouve quelques vidéos d'influenceurs américains qui évoquent le challenge mais sans jamais le réaliser. Du côté français on ne trouve que des vidéos qui alertent sur les dangers de ce défi. Le réseau social lui-même a confirmé n'avoir trouvé aucun élément pouvant prouver l'existence de ce challenge.

### Les dangers de l'automédication

Même si ce défi ne semble pas exister, il est toujours bon de rappeler les dangers de la prise de médicaments excessive et de l'automédication. « *Des doses élevées de paracétamol peuvent entraîner des lésions graves au foie, pouvant nécessiter une transplantation, des dommages aux reins, une altération de la fonction cérébrale*

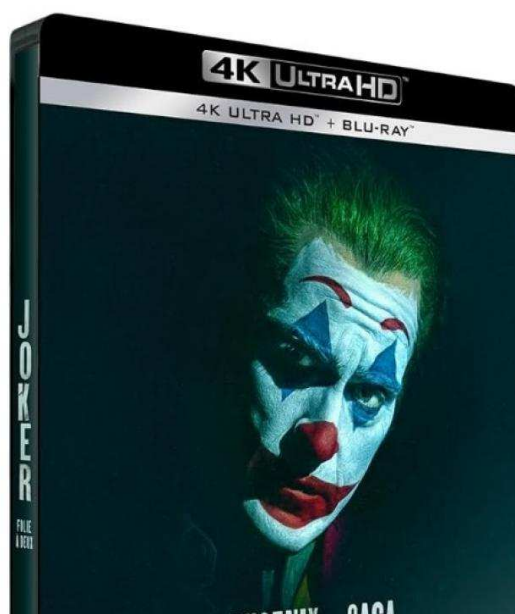
(encéphalopathie), un œdème cérébral et, dans les cas extrêmes, la mort », alerte le [centre Antipoison Antigifcentrum](#), qui invite parents et enseignants à sensibiliser les enfants quant aux risques de l'automédication.

De nombreuses personnes qui, à l'arrivée de premiers symptômes, tentent de se soigner par leurs propres moyens. Et sans diagnostic médical précis, l'automédication peut avoir des conséquences tragiques. « *Même le paracétamol peut être dangereux : en cas de surdosage, la personne risque sa vie* », avertit France Assos Santé.

## Gestes à adopter

- Respecter la prescription ou le conseil du professionnel de santé (dose, fréquence, durée, etc.).
- Utiliser uniquement des médicaments prescrits ou conseillés par un soignant, et non par un de ses proches.
- Prendre plusieurs médicaments en même temps sans l'avis d'un professionnel.
- Faire attention aux modalités et à la durée de conservation des médicaments. Un médicament doit être rapporté en pharmacie lorsqu'il est périmé ou non utilisé. Il ne doit pas être jeté à la poubelle ou dans les toilettes.

## Juste pour vous



[La Sélection DVD de la rédaction : « Hijo de Sicario » et « Joker : folie à deux »](#)

