Antidepresivos (inhibidores de la MAO):

Por ejemplo iproclozida, iproniazida fenelzina, selegilina, toloxatona. Los alimentos ricos en tiramina, si se consumen en conjunto con estos fármacos pueden desencadenar peligrosas crisis hipertensivas. La tiramina se encuentra en alimentos fermentados, como quesos, salchichas, hígado, cerveza, vino tinto, etc.

Disminución de la efectividad de Fármacos en fumadores:

Cafeína, lidocaína, propranolol, teofilina, nicotina.

Interacciones con el alcohol:

- **Potenciación**

- Del efecto depresor sobre el SNC (antidepresivos tricíclicos, benzodiazepinas, haloperidol, hipnóticos)
- Del efecto hipoglucemiante (insulina, metformina)
- De efectos secundarios hepatotóxicos (cloramfenicol, paracetamol)
- Del efecto hipotensor (propranolol, antianginosos)

- **Disminución**

- Del efecto estimulante sobre el SNC (cafeína, anfetaminas)

evitar el alcohol

Evaluación de las interacciones alimentos-medicamentos

- Historia medicamentosa del paciente.
- Horario de ingestión de alimentos y forma de administración del medicamento, dosis, frecuencia y duración del tratamiento.
- Historia dietética (incluyendo consumo de alcohol y de suplementos de nutrientes.

Prevención de las interacciones alimentos-medicamentos

- Evitar prescripción de combinaciones de medicamentos con efectos nutricionales adversos.
- Minimizar cambios en la dieta.
- Concientizar al paciente sobre la necesidad de respetar las pautas establecidas.

Recomendaciones al paciente

- Informar al médico de todos los medicamentos que se están tomando, incluso sin receta.
- Leer en el prospecto del medicamento las advertencias sobre interacciones.
- Tomar el medicamento con un vaso entero de agua.
- No mezclar los alimentos con la comida ni abrir las cápsulas.
- No tomar a la vez vitaminas o minerales con medicamentos.
- No tomar medicamentos con bebidas alcohólicas.

Las interacciones pueden prevenirse mediante una actuación conjunta entre el médico y el farmacéutico. Ante cualquier inquietud no dude en consultar.

Noviembre 2014.

Interacciones Medicamentos - Alimentos.

¿Tomarlos con comida nos ayuda o nos perjudica?

Servicio de Farmacia Hospitalaria.
Hospital Municipal San Roque. Dolores.

¿Qué es una interacción?

Es una modificación del efecto de un fármaco causada por la administración conjunta de otros fármacos, alimentos o bebidas.

Las interacciones entre medicamentos y alimentos pueden producir efectos negativos en la seguridad y eficacia del tratamiento farmacológico y en el estado nutricional del paciente.

Antihipertensivos :

Presentan efectos tóxicos si se toman con jugo de pomelo o se produce la falta de efecto si se consumen con hierba de San Juan .

Antibióticos:

Los antibióticos como por ejemplo tetraciclina, ciprofloxacina y neomicina, si se administran con productos que contienen calcio o hierro se dificulta su absorción. El calcio está presente en la leche, yogur, queso; el hierro se encuentra en legumbres, hígado, espinacas, etc.

Por lo tanto no se debe administrar estos fármacos junto con este tipo de alimentos .

Se deben ingerir una hora antes o dos horas después de dichas comidas.

Antiácidos:

Nunca deben ingerirse junto con las comidas. Para neutralizar los ácidos gástricos lo mejor es tomarlos entre 1 y 3 horas después de comer e inmediatamente antes de acostarse. Es muy importante evitar el consumo de alcohol en estos casos, ya que éste puede interferir en la acción del fármaco.

Jarabes para la tos:

Lo mejor es administrarlos después de las comidas ya que si se toman antes o durante, los alimentos pueden arrastrar algunas de sus sustancias activas, haciendo que sean menos eficaces. Tampoco es bueno ingerirlos en ayunas, ya que pueden irritar la mucosa del estómago y producir náuseas.

Anticoagulantes:

El efecto de los anticoagulantes orales, como por ejemplo la Warfarina puede presentar variaciones según el contenido de la dieta en alimentos ricos en Vitamina K, como los vegetales de hoja verde, té verde, hígado y pescado.

Antiinflamatorios (AINES) :

Como por ejemplo la aspirina, ibuprofeno, naproxeno, ketoprofeno deben ingerirse junto con los alimentos ya de lo contrario pueden irritar la mucosa gastrointestinal.