

TEMA: interacción fármaco alimento en la nutrición



- NOMBRE DE ALUMNA: FIRIDIANA DOMINGUEZ GODÍNEZ
- MATERIA: PRACTICAS DE NUTRICIÓN CLÍNICA I
- CARRERA: NUTRICIÓN
- 8 CUATRIMESTRE
- CATEDRÁTICO: DANIELA RODRIGUEZ MARTINEZ

COMITÁN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A ENERO DEL 2021

Introducción

El término interacción se utiliza cuando un medicamento no ejerce el efecto deseado debido a la interferencia de un alimento o de otro medicamento que modifica su eficacia. Los medicamentos y los alimentos pueden influir entre sí tanto de manera positiva, por ejemplo, favoreciendo su absorción, como de forma negativa, impidiendo la misma.

Las interacciones son muy variadas y pueden oscilar desde aumentar la toxicidad de un medicamento por ingerirlo con determinados alimentos, hasta anular su efectividad por tomarlo con otros. Por este motivo es de gran importancia que el paciente conozca para qué es y cómo debe tomar sus medicamentos en relación con su alimentación.

En la mayoría de los casos, las interacciones existen, pero no llegan a influir en la eficacia de la medicación. Aun así, hay que tener una especial precaución con los medicamentos que poseen un margen terapéutico muy estrecho, es decir, los que para ser efectivos deben tomarse en una dosis exacta, porque si se toma menos no hacen efecto y si se toma más de esa cantidad se convierten en tóxicos. También debe tenerse una vigilancia especial, al existir un mayor riesgo de interacciones, con los pacientes de edad avanzada y con los que padecen enfermedades crónicas que consumen múltiples medicamentos, ya que además de las interacciones de los alimentos con los fármacos, también los medicamentos pueden interaccionar entre sí.

Desarrollo

Interacciones medicamento-alimento. Es la influencia de los fármacos sobre el aprovechamiento de los nutrientes y sobre el estado nutricional.

Hay que tener en cuenta que las interacciones entre alimentos y medicamentos son mutuas, es decir, también hay fármacos que pueden impedir la absorción de alguno de los nutrientes de los alimentos. Por ejemplo, el uso continuado de laxantes puede impedir la absorción de algunas vitaminas. El consumo habitual de café o té en grandes cantidades puede impedir la absorción del hierro, tanto del que procede de un alimento, por ejemplo, la carne, como de los suplementos de hierro tomados en forma de comprimidos. Otro ejemplo podría ser el de un alimento muy común para los mediterráneos, el ajo, que tomado en grandes cantidades puede potenciar el efecto de la medicación anticoagulante.

Cuando los medicamentos pueden modificar la utilización normal de los nutrientes y, por tanto, las consecuencias serían de tipo nutricional debido a la administración de fármacos. La importancia de las IMA está claramente relacionada con la duración del tratamiento y, en general, sólo cabe esperar efectos negativos en casos de tratamientos crónicos o muy prolongados y en poblaciones malnutridas. Un ejemplo muy conocido de este tipo de interacciones es la deficiencia de vitamina B6, que se puede producir con un tratamiento prolongado con el tuberculostático isoniazida.

Desde otra perspectiva, y por analogía con las interacciones entre medicamentos (medicamento-medicamento), las interacciones entre alimentos y medicamentos se pueden subdividir de acuerdo con su mecanismo en tres tipos: interacciones fisicoquímicas, farmacocinéticas y farmacodinámicas. Las interacciones físico químicas: Se deben a fenómenos de tipo físico-químico exclusivamente y, por tanto, se producen sin necesidad de que intervengan procesos fisiológicos del organismo. Por esta razón, se denominan también interacciones “in vitro”. El resultado de este tipo de interacciones es casi siempre una disminución en la cantidad de fármaco o de nutriente que se absorbe. Pueden producirse por distintos mecanismos, que se describen a continuación: durante su paso por el estómago debido a alteraciones en el pH producidas por los alimentos, interacciones basadas en un mecanismo Redox.

Interacciones farmacocinéticas: En este tipo de interacciones, el alimento modifica la farmacocinética normal del medicamento, de forma que provoca una modificación en la concentración del fármaco en el organismo y, como consecuencia, en sus lugares de acción, que puede afectar a su actividad terapéutica, aumentándola o disminuyéndola, o simplemente retrasándola según los casos, ya que la biodisponibilidad y el efecto muestran buena correlación en muchos medicamentos. La biodisponibilidad depende de la absorción y del metabolismo del primer paso, por tanto, se considera que las interacciones entre medicamentos y alimentos más importantes son las que se producen en estos procesos. Como norma general, se considera que un aumento del 100% en la concentración del medicamento puede producir una respuesta farmacológica aumentada; sin embargo, incluso un pequeño cambio de concentración puede ser importante para medicamentos con un índice terapéutico estrecho.

Interacciones farmacodinámicas: Estas interacciones producen cambios en la respuesta del paciente a una combinación fármaco-nutriente, sin modificación en la farmacocinética del medicamento o la biodisponibilidad del nutriente. Este tipo de interacciones es poco frecuente, ya que por su propia naturaleza los medicamentos y los alimentos tienen destinos y finalidades diferentes en el organismo. Sin embargo, existen algunas interacciones relevantes muy frecuentes como es el caso de la sal con los antihipertensivos, cuya ingesta conjunta produce un aumento en la presión arterial sistólica y diastólica.

Dentro del grupo de las interacciones fármaco-alimento de tipo farmacodinámico, sin duda una de las más importantes es la que se produce entre el alcohol (bebidas alcohólicas) y los fármacos que actúan a nivel de estimulación o depresión del sistema nervioso central (SNC). Tipos de interacciones de este tipo: Regaliz y fármacos antihipertensivos (espironolactona) y digitálicos. Un principio activo del regaliz, el ácido glicirretínico, es estructural y químicamente similar a la aldosterona y a la desoxicortisona. Vitamina K y anticoagulantes cumarínicos como acenocumarol y warfarina. Los alimentos ricos en vitamina K, como verduras de hoja ancha (grellos, espinacas, coliflor, brécol, col, lechuga, nabos...) lentejas, aceite de girasol, judías, hígado de vaca, etc., pueden provocar una disminución de los efectos terapéuticos.

Lo cual el otro tipo de interacción se relaciona con el alimento y el medicamento ya que cuando hablamos de una interacción alimento-medicamento el responsable de la interacción es el alimento y puede modular el efecto de un fármaco. La interacción puede ser debida a factores inespecíficos, es decir, resultantes de la simple presencia de los alimentos en el tracto gastrointestinal o de una proporción de los componentes de la dieta, pero también por algún componente natural o adicionado (aditivos o contaminantes) o incluso por suplementos vitamínicos o minerales.

Las interacciones alimento-medicamento pueden ser provocadas por alteraciones en los mecanismos de absorción, distribución, metabolismo o excreción de los fármacos. Sin embargo, la mayoría de problemas tienen lugar durante el proceso de la absorción del fármaco. Su resultado podría ser una variación en la biodisponibilidad: un aumento, una disminución o un retraso en el tiempo que se tarda en alcanzar una concentración adecuada del principio activo en sangre. Este aspecto de la terapia puede tener repercusiones clínicas importantes.

Los alimentos, debido a su ingestión conjunta con medicamentos o a un estado de desnutrición o malnutrición por parte del paciente (factor que influye en la respuesta de los medicamentos que toma), pueden alterar el comportamiento del medicamento, es decir, alterar su actividad terapéutica, que puede verse aumentada, disminuida, retardada o incluso cualitativamente alterada.

Este tipo de interacciones es de gran importancia, puesto que actúan sobre la respuesta farmacológica como medio para restaurar la normalidad en el organismo ante una situación patológica y, por tanto, el medicamento no cumpliría con la misión para la que fue prescrito.

Dentro de las interacciones de los alimentos sobre los medicamentos, cabe considerar, tanto los efectos inespecíficos debidos a la presencia de alimentos en el tracto gastrointestinal, como los efectos específicos debidos a componentes concretos de los alimentos.

Conclusión

De acuerdo al tema se me hizo interesante saber porque es importante las interacciones de los medicamentos ya que debido a esto influye lo que es la alimentación y como es que se relaciona con los medicamentos es decir el fármaco, de igual manera saber que complicaciones pueden generar al no tener un buen uso de esto.

La importancia real de estas interacciones, entendida como incidencia y significación clínica, no puede darse por conocida si no para saber un poco a que se debe a cada función de cada interacción en la nutrición. Por lo tanto y como resumen podemos afirmar que conocer las interacciones potenciales de los fármacos con alimentos permitirá optimizar el uso del medicamento aumentando la seguridad y efectividad del mismo.

Bibliografía: UNIVERSIDAD DEL SURESTE. (2021). Prácticas de nutrición clínica I. Comitán de Domínguez Chiapas: UDS.