



Información importante sobre las medicinas y los alimentos

Del Centro Clínico de los Institutos Nacionales de la Salud.
El Equipo de Trabajo Sobre la Interacción entre medicinas y nutrientes.

Información importante que usted debe saber si está tomando:

Litio

Mientras usted esté tomando litio, el médico monitorizará los niveles de litio en su sangre. El objetivo es mantener la cantidad correcta de litio en la sangre para que así la medicina pueda funcionar. Pero también es importante que los niveles de litio no estén demasiado elevados. Los niveles elevados de litio pueden causar temblores, debilidad muscular, dificultad para hablar, náuseas o vómito y somnolencia.

Estas recomendaciones alimenticias le ayudarán a mantener estable su nivel de litio en la sangre:

Recomendaciones:

- **Tome entre 8 y 10 vasos de agua o de otros líquidos todos los días.**

Es importante beber líquidos en abundancia mientras esté tomando litio. No tomar suficientes líquidos puede causar un aumento en los niveles del litio. Es posible que necesite tomar aún más líquidos si está en clima caliente y mientras hace ejercicio cuando se suda demasiado. Para evitar subir de peso, tome agua y otras bebidas sin calorías.

- **Mantenga el mismo consumo de sal.**

No empiece un régimen alimenticio bajo en sal sin antes consultar con su médico o farmacéutico. Tampoco aumente repentinamente el consumo de sal en su alimentación. Un menor consumo de sal podría hacer que aumenten los niveles de litio y un mayor consumo de la misma podría hacer que estos niveles disminuyan.

Trate de consumir a diario aproximadamente las mismas cantidades de alimentos salados: carnes frías para almuerzo, jamón, salchichas; carnes y pescados enlatados o procesados; paquetes mixtos; la mayoría de platos y comidas congeladas; sopas y caldos; quesos procesados como el americano; refrigerios salados; salsa de soya; alimentos ahumados; aceitunas, pepinillos; jugo de tomate; la mayoría de comidas rápidas; sal, aliños que contienen sal y condimentos como la salsa de tomate y las salsas para marinar carne.

- **Mantenga el mismo consumo de cafeína.**

Consuma a diario aproximadamente las mismas cantidades de café, té, sodas y otros refrescos que tienen cafeína. Un menor consumo de cafeína podría hacer que aumenten los niveles de litio y un mayor consumo de la misma podría hacer que estos niveles disminuyan.

- **Tome litio acompañado de leche o alimentos.**

Esto reducirá la posibilidad de efectos secundarios digestivos, como náuseas, vómito, diarrea y dolor abdominal.

Instrucciones especiales:

Si tiene alguna pregunta sobre estas instrucciones, consulte con su farmacéuta, dietista, médico o enfermera.



2006

Esta información está preparada específicamente para los pacientes que participan en la investigación clínica en el Centro Clínico en los Institutos Nacionales de la Salud y no es necesariamente aplicable a los individuos que son pacientes en otras partes. Si tiene alguna pregunta acerca de la información presentada aquí, hable con un miembro de su equipo de atención médica.

¿Tiene preguntas sobre el Centro Clínico?
OCCC@cc.nih.gov

El Equipo de Trabajo sobre la interacción entre medicinas y nutrientes del Centro Clínico de los NIH preparó esta información para ayudarles a los pacientes a conocer más sobre las interacciones conocidas entre ciertos alimentos y medicinas.

National Institutes of Health
Clinical Center
Bethesda, Maryland 20892

¿Tiene preguntas técnicas sobre esta página de web?
pepub_webmaster@nih.gov

En donde sea aplicable, los nombres patentados de productos comerciales se proporcionan solamente como ejemplos ilustrativos de productos aceptables y no implica un respaldo por parte de los NIH para dichos productos; ni tampoco el hecho de que el nombre de un producto de patente en particular no se identificó, implica que dicho producto no sea satisfactorio.