



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 alguna de las siguientes medicinas:

Medicinas inhibidoras de la monoaminoxidasa (IMAO):

- Fenelcina (Nardil)
- Tranilcipromina (Parnate)
- Isocarboxazida (Marplan)
- Selegilina (Eldepryl) sólo en dosis superiores a 10 mg/día

Puede haber una peligrosa interacción entre su medicina y la tiramina, una sustancia que se encuentra en algunos alimentos y bebidas. Por esta razón, usted debe seguir estas instrucciones alimenticias desde el día en que empieza a tomar una medicina IMAO hasta 3 ó 4 semanas después de que deje de tomarla.

La tiramina se encuentra en alimentos fermentados, añejados o dañados. Normalmente, una enzima en el tubo digestivo (llamada monoaminoxidasa) mantiene los niveles de tiramina en un nivel seguro. Pero cuando usted toma una medicina IMAO, esta enzima ya no ejerce ningún efecto en la tiramina. Cuando aumentan los niveles de tiramina, éstos pueden causar reacciones potencialmente graves, como hipertensión arterial (presión arterial alta), dolores de cabeza, problemas cardíacos, náuseas, vómito, trastornos visuales y confusión. Por esta razón, usted deberá evitar alimentos que contengan cantidades significativas de tiramina.

1. NO COMA NINGUNO DE LOS SIGUIENTES ALIMENTOS (estos alimentos contienen más de 0.6 mg de tiramina por porción)

- Todos los quesos añejados y curados. (Los únicos quesos que se pueden comer son: queso fresco o requesón, queso crema, queso ricota, queso mozzarella semi-descremado y quesos procesados como el americano, si no se refrigeran por más de 2 a 3 semanas).
- Todas las carnes de res, de aves y pescado que no se hayan almacenado adecuadamente. Ver detalles en la sección de Recomendaciones.
- Todos los salchichones secados al aire, como el pepperoni, el salchichón seco (summer "dry" sausage), el salami, el pastrami y la mortadela.
- Productos de soya fermentados como salsa de soya, teriyaki, pasta de soya, queso de soya fermentado (tofu fermentado), sopa miso, tamari, natto, shoyu y tempeh.
- Choucroute.
- Todas las cervezas de barril.

- Los siguientes alimentos se comen con poca frecuencia en los Estados Unidos y es posible que no esté familiarizado con ellos. *Evite: habas o habichuelas, cáscara de plátano o banano, marmite para untar.*

2. LIMITE SU CONSUMO DE ALCOHOL A NO MÁS DE 2 PORCIONES DIARIAS, Y SÓLO SI HA SIDO APROBADO POR SU MÉDICO:

- vino (una porción = 4 oz.)
- cerveza en botella o en lata (incluso la que no tiene alcohol) (una porción = 12 oz.)
- licores o licores destilados (una porción = 1 1/2 oz.).

Recomendaciones

- **Todos los alimentos que usted coma deben estar muy frescos o haber sido congelados adecuadamente.** Almacene de inmediato todas las carnes de res, de aves o pescado y los productos lácteos en el refrigerador o en el congelador. Coma las carnes refrigeradas permitidas dentro de un período de 3 a 4 días. Coma los quesos refrigerados permitidos dentro de un período de 2 a 3 semanas. Evite consumir alimentos que no está seguro si fueron almacenados adecuadamente.
- **Recuerde que debe evitar combinaciones de alimentos que contengan comidas que no puede consumir.** Entre estos alimentos se encuentran productos como galletas de queso, sub sandwiches (sándwiches de pan alargado que generalmente tienen carnes, queso, lechuga, tomate y otros condimentos), alimentos freídos en poco aceite (stir-fried) que contienen salsa de soya, etc. *Sólo* pueden consumirse comidas como pizza, lasaña y otros platos que contienen queso, si están hechos con quesos e ingredientes "permitidos".
- **Hay muchas medicinas de venta libre y de prescripción que usted debe evitar.** Díga a su médico, dentista o farmacéutico que usted está tomando una medicina IMAO antes de tomar cualquier otra medicina, tanto de venta libre como de prescripción.
- Tenga especial cuidado con los medicamentos para dieta o para perder peso; las medicinas para la sinusitis, la fiebre del heno o la gripe; los atomizadores o gotas nasales; los inhaladores o comprimidos para el asma; las medicinas para la tos; y los estimulantes como ginseng y ma huang (efedra).

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



2006

Esta información está preparada específicamente para los pacientes que participan en la investigación clínica en el Centro Clínico de 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.