

# Fármacos y déficits nutricionales

El tratamiento farmacológico evita y corrige las descompensaciones agudas de las patologías, pero no actúa directamente en la adecuada expresión genética, puede alterar más la deficiencia de nutrientes básicos, producir efectos secundarios y propiciar la aparición de nuevas patologías asociadas al inadecuado estado micronutricional. Las personas que toman fármacos de forma crónica (ver tabla) deben vigilar su estado micronutricional y llevar una dieta equilibrada y variada junto a una complementación inteligente.

<b>FÁRMACO</b>	<b>MALABSORCIÓN/DÉFICIT NUTICIONAL</b>
Ácido acetilsalicílico.....	Fe, vitamina C, folatos
Ácido valproico .....	Carnitina
AINEs .....	Vitamina C, folatos, Fe, K
Antiácidos con aluminio.....	P,K, Fe, Cu, folatos
Anticonceptivos orales.....	Folato, vitamina B6
Antihistamínicos H2.....	Vit B12, folatos, zinc, Ca, Fe, Mg
Antidepresivos .....	CoQ10, vit B2
Antidiabéticos orales .....	Co Q10, vit B12
Betabloqueantes.....	CoQ10
Broncodilatadores.....	Vitamina B6, K, Mg
Cimetidina.....	Vitamina B12
Colchicina .....	General
Colestiramina, colestipol.....	Vitaminas liposolubles,
Corticosteroides.....	
Digoxina.....	Tiamina, Ca, Mg ; ;7 ;
Diuréticos.....	Ca, K, Mg, Zn, Vitamina B1, C
Estatinas.....	CoQ10, Vit K2, selenoproteínas (Glutation)
Fenobarbital, difenilhidantoína, primidona....	Ca, folatos, vit B6, B12 y D
Antihipertensivos IECA y ARA II .....	Zn, Na
Isoniazida, fenitoína.....	Vitamina B6, D
Metildopa .....	Vitamina B12, folatos
Metotrexato, trimetoprim/ sulfametoxazol.....	Folato, grasa, Ca
Neomicina.....	Vitamina A, B12, Ca, Fe, K, Na
IBP: Omeprazol .....	Vitamina B12, Mg, Ca
Orlistat, aceite mineral, parafina.....	Vitaminas A, D, K, E
Paracetamol .....	Glutation
Penicilamina .....	Vitamina B6, Zn, Cu
Sulfasalazina .....	Folatos
Terapia hormonal sustitutiva.....	Vit B6, B2, C, Zn, Mg
Tetraciclinas.....	Ca, Fe, Mg, Zn. Vitamina C
Fibras de Plantago ovata.....	Vitaminas, Minerales

Más información y bibliografía en: [www.laboratoriolcn.com](http://www.laboratoriolcn.com)

## **BIBLIOGRAFÍA:**

San Miguel Samano MT., Sánhez Méndez J.L. Interacciones alimento/medicamento. InfTer-Sist Nac Salud 2011; 35: 3-12 Kress B.Robert. Marketing vitamins, minerals and other nutrients. IntJournal of Pharmaceutical Compounding. Vol 15 n° 1