

Riesgos de la automedicación

Jorge Antonio Reyes Guerrero

La automedicación se refiere al consumo de medicamentos farmacéuticos comerciales, homeopáticos, herbolaria y/o tratamientos naturistas con fines curativos, sin indicación ni vigilancia médica, lo cual constituye un riesgo potencial para la salud. Esta conducta inadecuada se observa con mayor frecuencia en los países en donde no existe un control y vigilancia de los medicamentos, como es el caso de México.

La automedicación se refiere al consumo de medicamentos farmacéuticos comerciales, homeopáticos, herbolaria y/o tratamientos naturistas, con fines curativos sin indicación ni vigilancia médica, lo cual constituye un riesgo potencial para la salud.

Por otro lado, la polifarmacia o ingesta de más de 3 medicamentos en forma crónica es uno de los problemas que se observa con mayor frecuencia durante el envejecimiento, favoreciendo la aparición de reacciones adversas que son atendidas con más medicamentos que generan otras molestias.

Otro problema relacionado con los medicamentos es la administración de sustancias no convencionales, tales como la herbolaria, los remedios naturistas y los tratamientos antienvjecimiento y “cura-todo”.

Los fármacos que más se utilizan entre las personas adultas mayores en general responden a las enfermedades más comunes en la vejez. Entre éstos destacan los hipoglucemiantes orales para diabetes, hipotensores para la hipertensión arterial, analgésicos para los problemas de dolor osteoarticular, etc.



Los ancianos que sufren enfermedades crónicas son los que tienen mayor predisposición a tomar más medicamentos. Además, existen diversos factores agregados que hacen que los ancianos tomen una cantidad extra de medicamentos, dentro de los que destacan:

- a) Dolor crónico.
- b) Problemas de memoria.
- c) Dependencia psicológica a los fármacos.
- d) Trastornos del sueño .
- e) Polipatología (3 enfermedades o más).

En el presente capítulo se resaltan algunos riesgos de la automedicación, la polifarmacia, el consumo de medicamentos no convencionales y las reacciones adversas a medicamentos durante el envejecimiento, para prevenirlas o detectarlas oportunamente.

Automedicación

La automedicación es un problema de riesgo potencial para la salud durante el envejecimiento que debe tener presente el promotor para el desarrollo integral gerontológico en todo momento. En este sentido, se les debe insistir a las

personas adultas mayores y a su familia en que no deben consumir medicamentos por recomendaciones de amigos, familiares, empleados de farmacias y tiendas naturistas, ya que el consumo de cualquier medicamento sin indicación ni vigilancia médica constituye un riesgo para la salud, lo cual debemos evitar.



Polifarmacia

La polifarmacia se observa con mucha frecuencia durante el envejecimiento debido a la automedicación, a la presencia simultánea de varias enfermedades (poli-patología), y en ocasiones a un tratamiento inadecuado del médico. Al respecto se ha demostrado que muchas de las molestias que refiere el anciano que consume más de 3 medicamentos en forma crónica (por más de un mes) son reacciones adversas a la medicación. Por tal motivo, el promotor deberá recomendar a las personas adultas mayores con polifarmacia que consulten a un médico geriatra para que, de ser posible y necesario, reajuste el número de medicamentos requeridos para su problema de salud.

La polifarmacia o ingesta de más de 3 medicamentos en forma crónica (más de un mes) favorece la aparición de reacciones adversas y consecuentemente la indicación de más medicamentos.



Medicamentos no convencionales

Los medicamentos no convencionales tales como la herbolaria, la homeopatía y la medicina naturista tienen un efecto biológico, y por lo tanto, si se administran de manera indiscriminada representan un riesgo para la salud. Por tal motivo, el promotor de salud deberá recomendar a los adultos mayores que le informen a su médico respecto a los remedios caseros, medicamentos homeopáticos, tratamientos naturistas y vitaminas que consuma aunados a su tratamiento.

Los medicamentos no convencionales como la herbolaria, la homeopatía y la medicina naturista tienen un efecto biológico y, por lo tanto, si se administran de manera indiscriminada representan un riesgo para la salud.

Por otro lado, es importante aclarar que la melatonina, las vitaminas antioxidantes (A, C y E), el Ginseng, el Ginkgo Biloba, el extracto de ajo, los ácidos grasos omega-3, la hormona dehidroepiandrosterona y la coenzima Q10, entre otros productos recomendados durante el envejecimiento, pueden tener reacciones adversas, ya que interactúan con otros medicamentos y pueden estar contraindicados para ciertos pacientes, por lo que sólo el médico debe indicarlos cuando sea necesario.

También es importante señalar que no existe ningún medicamento antienv-

jecimiento ni “cura-todo”, de ahí que las mejores medidas para lograr un envejecimiento saludable siguen siendo una buena alimentación, ejercicio físico moderado, dormir bien y sentirse satisfecho con la vida.

Reacciones adversas a medicamentos

Las reacciones adversas son los efectos no deseados que aparecen como consecuencia del consumo de un medicamento, las cuales pueden ser consecuencia de una dosis o medicamentos inadecuados, por automedicación y por polifarmacia, ya que a medida que el sujeto ingiere múltiples medicamentos se incrementan las reacciones adversas. En este sentido, el 10% de los pacientes que toman más de 5 medicinas y el 25% de los pacientes que toman 10 o más fármacos presentan efectos adversos.

El efecto de los fármacos en ancianos, con respecto a adultos jóvenes, es totalmente diferente. La polifarmacia y la automedicación llegan a ser tan graves que pueden provocar problemas de orientación, delirium (ver y escuchar cosas y sonidos que no existen), vértigo, mareo, pérdida de memoria, caídas e inclusive llevar a la muerte al paciente. Estas complicaciones no son inusuales y pueden ser producidas inclusive por el uso de antibióticos. No necesariamente son causadas por fármacos raros o de tipo controlado.

Por otro lado, las enfermedades por sí mismas pueden modificar el efecto de los fármacos. Un ejemplo de esta variante es el aumento de la vida media de los fármacos como la insulina en los pacientes con insuficiencia renal crónica. Asimismo un medicamento puede modificar la acción de otro, por ejemplo el Trimetoprín con sulfametoxazol aumenta el efecto de los hipoglucemiantes orales.

Como hemos visto a lo largo del capítulo, en general la utilización de fármacos es delicada a cualquier edad, pero es especialmente compleja en los ancianos; por lo cual la responsabilidad de agregar o de quitar medicinas deberá estar a cargo del médico.

Por lo anterior, la función principal del promotor para el desarrollo integral gerontológico respecto al consumo de medicamentos durante el envejecimiento

será orientar a los adultos mayores sobre las reacciones secundarias de los medicamentos que se consumen con mayor frecuencia durante la vejez para evitar la automedicación y la polifarmacia.



La polifarmacia y la automedicación pueden llegar a ser tan graves que provoquen problemas de orientación, delirium (ver y escuchar cosas y sonidos que no existen), vértigo, mareo, pérdida de memoria, caídas e inclusive llevar a la muerte al paciente.

Algunos efectos adversos de los medicamentos frecuentemente indicados en las enfermedades de los adultos mayores pueden ser revisados en el cuadro siguiente, cuya información será de utilidad para que el adulto mayor acuda de manera oportuna con el médico, quien será el que determine la eliminación o cambio de medicamento.

Algunos efectos adversos de medicamentos indicados a ancianos

Medicamento	Efecto adverso
Analgésicos antiinflamatorios no esteroideos (Naproxen, Piroxicam, Indometacina)	Hemorragia de tubo digestivo, gastritis y úlcera gástrica
Hipoglucemiantes orales (Tolbutamida, Biperideno, Trihexifenidilo, Levodopa)	Problemas severos de la memoria
Digitálicos (Digoxina)	Hiporexia grave (falta de apetito) y bloqueo de la conducción eléctrica del corazón
Esteroides (Prednisona, Hidrocortisona)	Hipertensión, mareo, vértigo, delirium, gastritis erosiva
Antiparksonianos (Biperideno, Trihexifenidilo, Levodopa)	Problemas severos de memoria
Ginseng	Hipertensión arterial, provoca sangrado vaginal, nerviosismo, dolor de cabeza, insomnio y vómito
Valeriana	Dolor de cabeza, náuseas, palpitaciones cardiacas, visión borrosa, insomnio
Ácidos grasos omega-3	Favorece el sangrado y la hemorragia, eructos, aliento a pescado
Hormona Dehidroepiandrosterona (DHEA)	Aumenta el vello facial, acné, insomnio, fatiga, pérdida de energía, dolor de cabeza, nerviosismo, aumenta el riesgo de cáncer de próstata en hombres y de mama en la mujer
Gingko Biloba	Trastornos gastrointestinales, dolor de cabeza, reacciones alérgicas en la piel, incrementa el efecto de los anticoagulantes
Coenzima Q.10	Dolor de cabeza, dolor gástrico, náuseas, diarrea, fatiga, erupciones dérmicas, interacciona con los anticoagulantes
Extracto de ajo	Indigestión, náuseas, aliento y olor corporal desagradable, dolor de cabeza, vértigo, incrementa el efecto de los anticoagulantes

Algunos efectos adversos de medicamentos indicados a ancianos (continuación)

Medicamento	Efecto adverso
Laxantes oleosos (Aceite de ricino)	Mala absorción de vitaminas
Laxantes irritativos (Picosulfato de sodio, Bisacodil)	Alteración en movimiento digestivo
Diuréticos (Furosemida, Clortalidona)	Deshidratación, calambres, hipotensión
Hipotensores (Captopril, Nifedipina, Isosorbide)	Hipotensión severa, dolor de cabeza, hinchazón de pies y tobillos
Antibióticos de amplio espectro (Ciprofloxacina)	Mareo, desorientación, delirium
Antibióticos Aminoglucósidos (Gentamicina, Kanamicina, Neomicina)	Insuficiencia renal aguda
Antibióticos (Trimetoprim con sulfametoxazol)	Potenciación de los hipoglucemiantes orales
Analgésicos potentes opiáceos (Morfina, Codeína)	Somnolencia excesiva
Ácido acetil salicílico (Aspirina)	Trastornos de la coagulación y hemorragia en el sistema digestivo
Melatonina	Hipotermia (baja la temperatura corporal), hipertensión arterial y posible daño de la retina
Cartílago de tiburón	Incrementa la acción de las hormonas tiroideas, náuseas, vómitos, indigestión, fatiga, fiebre y vértigo
Vitamina E	Náuseas, vómitos, dolor de cabeza, incrementa la acción de los medicamentos anticoagulantes
Vitamina C	Náuseas, vómitos, dolor de cabeza, incrementa la acción de los medicamentos anticoagulantes
Vitamina A	Diarrea, vértigo, somnolencia, sangrado de encías, manchas amarillo naranja en la piel, puede provocar daño hepático