

Mareo cinético

■ SAIOA AZKARGORTA, VIRGINIA GÓMEZ, ELIXABETE LARRAÑAGA, ALMUDENA LÓPEZ, EVA OTAOLA, MÓNICA PRIETO, LUCÍA SÁNCHEZ, SANDRA SÁNCHEZ • Farmacéuticas. Grupo de trabajo del COF de Bizkaia.

Se presenta a continuación el quinto protocolo de esta serie, correspondiente al tratamiento del mareo cinético o cinetosis, un trastorno sobre el que se consulta con frecuencia en la oficina de farmacia. Las consultas relacionadas con esta afección suelen ir, obviamente, destinadas a solicitar un medicamento o procedimiento terapéutico encaminado a su prevención. Es importante que el farmacéutico, antes de efectuar su recomendación, conozca una serie de datos sobre el estado de salud del paciente. Estos datos son decisivos para poder seleccionar el tratamiento preventivo más adecuado o incluso pueden hacer imprescindible la remisión al médico para que sea él quien efectúe esta selección.

Siguiendo el esquema empleado en protocolos anteriores, se trata de un documento que incluye:

- Un algoritmo de decisión que sigue el esquema de las cuatro preguntas necesarias para una correcta realización del proceso (para quién es, síntomas, otros problemas de salud y medicamentos que toma).



- Tabla con los tratamientos de elección según cada grupo de pacientes.
- Consejos al paciente sobre el uso correcto de los medicamentos, medidas preventivas y tratamiento no farmacológico.

Con este esquema se pretende conseguir una ágil y fácil aplicación de los protocolos en la oficina de farmacia, por lo que se han excluido otros aspectos que no son imprescindibles a la hora de realizar la consulta.

Nota de FARMACIA PROFESIONAL

Como información complementaria, la redacción de FARMACIA PROFESIONAL ha incluido al final del protocolo la relación de las especialidades farmacéuticas indicadas en el tratamiento del mareo cinético que no requieren receta médica para su dispensación, según lo dispuesto en el cuadro de selección de medicamentos.

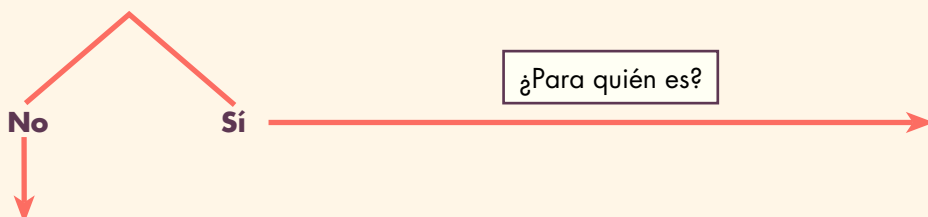
Se trata de productos formulados a base de dimenhidrinato y meclozina.

Esta lista de especialidades farmacéuticas se ha ubicado en un anexo al protocolo en sí, para facilitar que ambos materiales, pese a ser complementarios, puedan ser consultados de forma independiente.

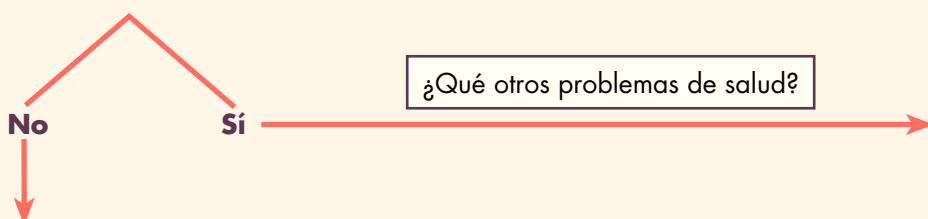
MAREO CINÉTICO

Algoritmo de decisiones: criterios de derivación

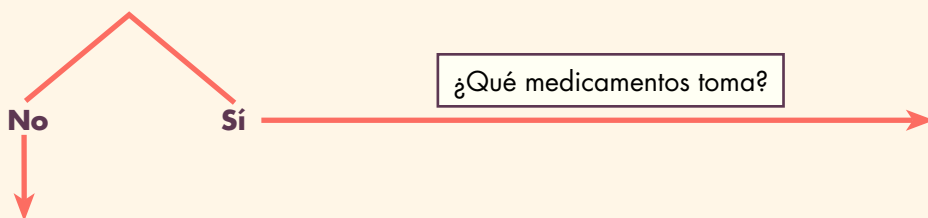
¿El paciente es menor de 2 años, anciano mayor de 80 años, mujer embarazada o en período de lactancia?



¿Padece alguna de las siguientes enfermedades: glaucoma, prostatitis, obstrucción del tracto digestivo o urinario, asma, EPOC, cardiopatías, epilepsia, colitis ulcerosa o esofagitis por reflujo?



¿Toma alguno de los siguientes medicamentos: IMAO, antidepresivos tricíclicos, opiáceos, otros depresores del SNC, antiparkinsonianos, antihistamínicos, nitratos sublinguales?



¿Ha realizado algún tratamiento previamente y no resultó efectivo?



Tratamiento desde la farmacia y seguimiento

R
E
M
I
S
I
Ó
N

A
L

M
É
D
I
C
O

Selección de medicamentos

Paciente	Tratamiento de elección	Contraindicaciones	Marcas de elección ^a
Adulto sano	Viajes cortos: dimenhidrinato comprimidos 50-100 mg/4-6 h. Media hora antes del inicio del viaje (máx 400 mg/día) Viajes largos: meclozina comprimidos 25-50 mg en dosis única 1 hora antes del inicio del viaje		
Niños 2-6 años	Dimenhidrinato en solución 12,5-25 mg/6-8 h. Media hora antes del inicio del viaje (máx 75 mg/día)	Meclozina: no establecida su seguridad en menores de 6 años No recomendado el uso de chicles	
Niños 6-12 años	Dimenhidrinato comprimidos 25-50 mg/6-8 h. Media hora antes del inicio del viaje (máx 150 mg/día)		
Embarazo	Dimenhidrinato y meclozina se consideran categoría B de la FDA ^b		
Madre lactante	Los antihistamínicos, en general, están contraindicados por no disponer de datos sobre su seguridad		

^aA completar por el farmacéutico, según su criterio.

^bSe recomienda remitir al médico a las mujeres embarazadas debido a que el uso de estos medicamentos sólo se acepta en caso de ausencia de alternativas terapéuticas más seguras.

Educación sanitaria**Consejos sobre medidas preventivas****Generales**

- Colocarse en los lugares de menor movimiento (en el centro del barco, entre las alas del avión, en la parte delantera del coche, etc.)
- Acomodarse en posición acostada o semiacostada
- Evitar la lectura
- Mantener la vista apartada de objetos móviles y cercanos, buscando puntos de referencia lejanos por encima del horizonte
- Evitar un exceso de calor y procurar una buena ventilación del habitáculo
- No comer ni beber en exceso en las horas previas al viaje. Si se trata de un viaje largo, se deben consumir cantidades pequeñas de líquidos y comidas sencillas con frecuencia
- Hacer paradas para andar y despejarse
- Estimular la atención a los niños elevando su posición con asientos adecuados y/o manteniéndoles distraídos con juegos





Tabla I. Medicamentos contra el mareo cinético

Especialidad f. (laboratorio)	Presentación y composición	CN
Dimenhidrinato		
Biodramina (Uriach)	4 comp.-50 mg	718460 EFP
	12 comp.-50 mg	718445 EFP
	6 chicles-20 mg	978478 EFP
	12 chicles-20 mg	978486 EFP
	12 supos. Infantil-50 mg	718429 EFP
Cinfamar (Cinfa)	4 supos. Adultos-100 mg	718437 EFP
	4 comp. inf.-25 mg EFP	
	10 comp. inf.-25 mg	783613 EFP
	4 comp. rec.-50 mg	683508 EFP
Cinfamar Solución (Cinfa)	10 comp. rec.-50 mg	683490 EFP
	6 amp. beb. 5 ml-15,75 mg	998575 EFP
Contramareo (Torrens)	8 comp.-50 mg	867135 EFP
Contramareo Orravan (Torrens)	4 comp.-50 mg	867127 EFP
Travel Well (Farmalider)	20 comp.-50 mg	732859 EFP
Meclozina		
Chiclida (Torrens)	6 caramelos-25 mg	981506 EFP
	6 chicles-25 mg	729186 EFP
	12 chicles-25 mg	729194 EFP
Dramine (Uriach)	6 chicles-25 mg	976175 EFP
	12 chicles-25 mg	986075 EFP
Navicalm (UCB Pharma)	20 comp.-25 mg	924472 EFP

Fuente: Catálogo de Especialidades Farmacéuticas del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (COF. 2003).