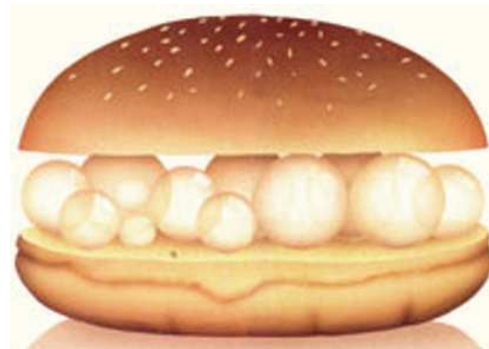


Aerofagia

Continuando con la serie de protocolos de tratamiento de trastornos menores sobre los que habitualmente se consulta en la farmacia, presentamos en este número el correspondiente a la aerofagia. Este trastorno se define como la deglución espasmódica de aire que lleva a una presencia excesiva de gases en el aparato digestivo. Suele ir acompañado de distensión y/o dolor abdominal.



BEGOÑA ENCABO, MARTA GAMINDE, AINHOA GURRUTXAGA, ANA GUTIÉRREZ, ELENA RODRÍGUEZ, LETICIA SAKONA, MÓNICA SAMPERIO

Farmacéuticos. Grupo de trabajo del COF de Bizkaia.

En la mayoría de los casos la aerofagia se debe a:

- Una ingestión rápida de los alimentos.
- Estrés nervioso que altera la motilidad intestinal (no se hace una correcta digestión).
- Consumo de medicamentos o alimentos flatulentos.

En este protocolo se han incluido los siguientes elementos:

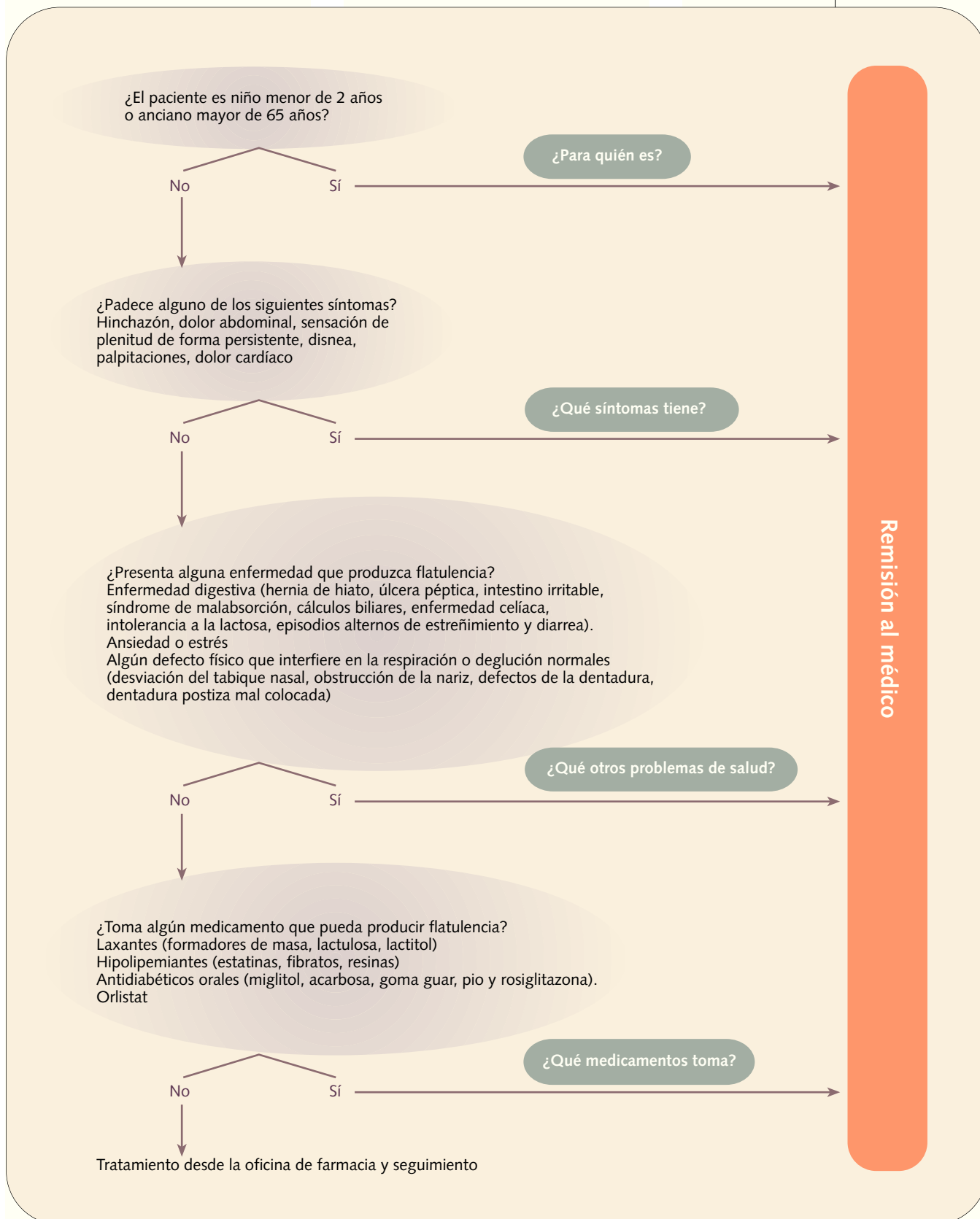
- Un algoritmo de decisión, en el que mediante las 4 preguntas —para quién, para qué, otros problemas de salud y otros medicamentos— se obtiene la información necesaria para decidir entre la remisión al médico o la recomendación de un tratamiento desde la oficina de farmacia.
- Una tabla con el tratamiento de elección según el tipo de paciente. En esta ocasión se han incluido también plantas medicinales, ya que son un tratamiento eficaz y muy utilizado en este trastorno.
- Información al paciente con las medidas preventivas que constituyen el principal tratamiento en la aerofagia.

Nota de FARMACIA PROFESIONAL:

Como información complementaria, la redacción de FARMACIA PROFESIONAL ha incluido al final del protocolo la relación de las especialidades farmacéuticas que, no requiriendo receta para su dispensación, están indicadas en el tratamiento de la aerofagia, según lo dispuesto en el cuadro de selección de medicamentos. Estas listas de especialidades farmacéuticas se han ubicado en un anexo al protocolo en sí, para facilitar que ambos materiales, pese a ser complementarios, puedan ser consultados de forma independiente.

Aerofagia.

Algoritmo de decisión: criterios de derivación



Aerofagia.

Selección de medicamentos

| Paciente | Tratamiento de elección | Contraindicaciones | Marcas ^a |
|--------------------------|--|---|---------------------|
| Adulto sano | Dimeticona 80-125 mg/6-8 h Carbón activo 450-1.350 mg/6-8 h, máx. 2 días Anís estrellado y verde: 1 taza/8 h Comino: 1 taza/día Comino de prado: 1 taza/8 h Menta poleo: 1 taza/8 h Hinojo: 1 taza/8 h; 2-3 cáps./8 h Manzanilla: 1 taza/8 h | | |
| Niños > 2 años | Dimeticona La mitad de la dosis del adulto Manzanilla: 1 taza/8 h Hinojo: 50 ml/día | Carbón activo, en menores de 3 años, puede influir en la absorción de nutrientes Anís estrellado y verde Comino Comino de prado Menta poleo | |
| Embarazo | Dimeticona 80-125 mg/6-8 h Carbón activo 450-1.350 mg/6-8 h, máx. 2 días. | Anís estrellado y verde Comino Comino de prado Menta poleo Hinojo Manzanilla | |
| Madre lactante | Dimeticona 80-125 mg/6-8 h Carbón activo 450-1.350 mg/6-8 h, máx. 2 días Anís estrellado y verde: 1 taza/8 h | Comino Comino de prado Menta poleo (se permite en pequeñas dosis) Hinojo Manzanilla (se permite en pequeñas dosis) | |
| Asma | Dimeticona 80-125 mg/6-8 h Carbón activo 450-1.350 mg/6-8 h. máx. 2 días Anís estrellado y verde: 1 taza/8 h Comino: 1 taza/día Comino de prado: 1 taza/8 h Menta poleo: 1 taza/8 h Hinojo: 1 taza/8 h; 2-3 cáps./8 h | Manzanilla | |
| Epilepsia | Dimeticona 80-125 mg/6-8 h Manzanilla: 1 taza/8 h Menta poleo: 1 taza/8 h | Carbón activo Anís estrellado y verde Comino Comino de prado Hinojo | |

^aA completar por el farmacéutico, según su criterio.

Aclaraciones sobre las contraindicaciones de algunas plantas medicinales

- En niños mayores de 2 años, hay que tener precaución con el anís verde y estrellado, ya que puede resultar neurotóxico y convulsivante. La eficacia y la seguridad del comino, el comino de prado y la menta poleo no se ha evaluado en niños.
- En embarazo, está contraindicado el anís verde y estrellado por su efecto estrogénico, que podría inducir abortos espontáneos. Del comino y comino de prado no hay ensayos clínicos en seres humanos. La menta poleo se acepta en pequeñas dosis pero no en historial de aborto, por lo que no se recomienda, ya que existen alternativas más seguras. La manzanilla está contraindicada en el primer trimestre de embarazo y conviene evitar su uso excesivo durante el resto de gestación por su posible efecto abortivo. El hinojo tiene acción estrogénica, por lo que está contraindicado.
- En madres lactantes, el comino y el comino de prado están contraindicados porque no se sabe si se excretan en cantidades suficientes en la leche materna para que puedan afectar al niño. La menta poleo y la manzanilla no disponen de evidencia científica de su uso seguro, pero se aceptan en pequeñas dosis. El hinojo pasa a la leche materna y debido a su acción estrogénica se recomienda evitar su uso.

- En asma, conviene tener precaución con la manzanilla ya que se han dado casos de exacerbación del asma y aparición de reacciones anafilácticas en estos pacientes.
- En epilepsia, están contraindicados el anís estrellado y verde, el comino, el comino de prado y el hinojo, debido a su posible efecto neurotóxico y epileptógeno.

Educación sanitaria

- Evitar el consumo de bebidas con gas y el uso de pajitas para beber.
- Evitar chupar caramelos y masticar chicle.
- No fumar.
- Evitar las comidas copiosas, grasientas o con muchas salsas.
- Evitar alimentos flatulentos como legumbres enteras, cebolla cruda, alcachofas, judías, espárragos, ajos, col, coliflor, pepino, lechuga, manzana, queso fermentado, etc.
- Procurar no comer ni beber con prisas; masticar bien los alimentos.
- Llevar la dentadura postiza bien ajustada.
- Evitar tumbarse en las 2 horas siguientes a la comida, para evitar el síndrome de la burbuja gástrica.

Anexo.

Relación de las especialidades farmacéuticas que, no requiriendo receta para su dispensación, están indicadas en el tratamiento sintomático de la aerofagia*

Antiflatulentos

Especialidad farmacéutica (laboratorio) Presentación Código Nacional

Dimeticona

| | | |
|--------------------------|------------------------------|------------|
| Aero Red (Uriach OTC) | 100 mg/ml, gotas 100 ml | 701904 EFP |
| | 100 mg/ml, gotas 25 ml | 701912 EFP |
| | 40 mg, 100 comp. masticables | 701961 EFP |
| | 40 mg, 30 comp. masticables | 701979 EFP |

Carbón activado

| | | |
|---|---------------------|------------|
| Arkocápsulas Carbón Vegetal (Arkochim) | 225 mg, 50 cápsulas | 687582 EFP |
| Ultra Adsorb (Lainco) | 200 mg, 30 cápsulas | 835975 EFP |

* Este recuadro recoge sólo las especialidades monoprincipio. Existen numerosos antiflatulentos formulados con principios activos farmacológicos y plantas medicinales (anís, comino, menta, hinojo, manzanilla, etc.), de los consignados en el cuadro de selección de medicamentos, pero en forma de asociación. Las farmacias también dispensan estas plantas en preparados de fitoterapia.