

Consejos sobre suplementos dietéticos durante el embarazo

Health food stores' recommendations for nausea and migraines during pregnancy

Buckner KD, Chavez ML, Raney EC, Stoehr JD. *Ann Pharmacother.* 2005;39:274-9.

Estudios recientes indican un incremento de uso en las terapias médicas alternativas. En Estados Unidos, de 1990 a 1997, se ha pasado del 34 al 42% en el uso de al menos una de estas terapias en pacientes adultos, sobre todo en mujeres. Diversos estudios han demostrado también que más del 10% de las mujeres embarazadas utilizan formas alternativas de medicina.

Los suplementos dietéticos, que incluyen vitaminas, plantas medicinales y complementos proteicos, suelen verse como productos totalmente naturales y, por tanto, formas seguras de medicina alternativa. Sin embargo, pese a que se dispone de escasa información sobre la seguridad de estos productos dietéticos, sus consumidores suelen confiar en las recomendaciones que dan los empleados de estas tiendas de productos naturales.

El objetivo de este trabajo es evaluar las recomendaciones que daban los empleados de tiendas de productos naturales en el área metropolitana de Fénix (Estados Unidos) sobre el tratamiento de las náuseas, los vómitos y las migrañas durante el embarazo. Se hicieron llamadas telefónicas a 155

tiendas, haciéndose pasar por una mujer embarazada de 8 semanas que preguntaba sobre las recomendaciones para el tratamiento de las náuseas, los vómitos y las migrañas. Las respuestas se compararon con la evidencia científica actualizada, que se obtuvo al hacer una búsqueda en MEDLINE para poder saber si estaban contraindicados los suplementos y los métodos recomendados durante el embarazo.

El 89% de las tiendas ofreció consejos sobre las náuseas y el vómito, y el 82% dio sus recomendaciones sobre el tratamiento de la migraña. El uso de jengibre fue la terapia más recomendada para las náuseas y el vómito. De los que respondieron, sólo el 3,6% aconsejó el uso correcto, pero falló en la dosis y la duración. Un total de 15 de 278 (5%) recomendaciones para las náuseas, el vómito y las migrañas estaban contraindicadas en el embarazo.

A la luz del aumento en el uso de suplementos dietéticos por parte de mujeres embarazadas, la disposición de las tiendas de productos naturales para dar consejos debe mejorarse, por el bien de los pacientes y de los proveedores de cuidado de la salud. ■

Regímenes antibióticos para la cistitis no complicada

Amoxicillin-clavulanate vs ciprofloxacin for the treatment of uncomplicated cystitis in women

Hooton TM, Scholes D, Gupta K, Stapleton AE, Roberts PL, Stamm WE. *JAMA.* 2005;293:949-55.

Las infecciones bacterianas del tracto urinario (ITU) agudas y no complicadas son las infecciones bacterianas más comunes en las mujeres, y su control se ha complicado en los últimos años debido al incremento de la resistencia a los antibióticos.

Este estudio ha comparado la eficacia de un régimen de 3 días con amoxicilina-clavulánico y ciprofloxacino en el tratamiento de la cistitis aguda en mujeres, con la hipótesis de que ambos grupos iban a diferir en la curación clínica.

El estudio incluyó a 370 mujeres de entre 18 y 45 años para recibir aleatorizadamente amoxicilina-clavulánico (500 mg/125 mg, dos veces al día) o ciprofloxacino (250 mg, dos veces al día) durante 3 días para un seguimiento de 4 meses.

Se observó la curación clínica en 93 (58%) de las 160 mujeres tratadas con amoxicilina-clavulánico frente a 124

(77%) de las 162 mujeres tratadas con ciprofloxacino. El régimen de amoxicilina-clavulánico no fue tan efectivo como el ciprofloxacino, incluso en mujeres infectadas con cepas bacterianas susceptibles a amoxicilina-clavulánico.

Las diferencias en las tasas de curación clínica se presentaron en las dos primeras semanas después del tratamiento. La erradicación microbiológica en dos semanas se observó en 118 (76%) de las 156 mujeres tratadas con amoxicilina-clavulánico frente a 153 (95%) de las 161 mujeres tratadas con ciprofloxacino. En esta visita, el 45% de las mujeres del grupo amoxicilina-clavulánico presentaba colonización de *Escherichia coli* vaginal, en comparación con un 10% en el grupo tratado con ciprofloxacino. La diferencia de eficacia entre ambos regímenes antibióticos puede deberse a una capacidad inferior de la amoxicilina-clavulánico para erradicar *E. coli* vaginal y facilitar una reinfección temprana. ■



¿Vacunas? 100 preguntas más frecuentes

Magda Campins y
Fernando A. Moraga
Laboratorios Esteve

Fruto de la realidad del día a día y de la propia experiencia, este volumen recopila las cuestiones más habituales en torno a las dudas rela-

cionadas con la vacunación. Así pues, se abordan cuestiones como el calendario de vacunaciones, las dudas sobre determinadas vacunas como la de la gripe o la de la varicela, estrategias de vacunación en torno a las vacunas combinadas, recomendaciones para las vacunas del viajero, etc. Las respuestas incluidas en este título son claras y concisas, y pretenden prestar una ayuda útil a los profesionales sanitarios relacionados con el mundo de las vacunas.

¿*Vacunas? 100 preguntas más frecuentes* es el segundo libro de los autores que, con este nuevo volumen, realizan una actualización de las preguntas y de las respuestas que se plantearon en el primer manual.

Patrocinado por Laboratorios Esteve, ¿*Vacunas? 100 preguntas más frecuentes* recopila las preguntas más habituales, en torno a las vacunas, que hace la población en las consultas de atención primaria y en las oficinas de farmacia. ■



Verdades y mentiras de la obesidad

Basilio Moreno
Editorial Planeta
154 págs.

Las dietas milagro, que prometen ayudar a perder muchos kilos en poco tiempo, son «absurdas, ineficaces, desequilibradas y peligrosas para la salud», según el Dr. Basilio Moreno, presidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO) y autor del libro *Verdades y Mentiras de la Obesidad*, en el que se desmonta el «fraude» de hasta 36

tipos de dieta. «En los últimos años han proliferado una serie de dietas variopintas, sensacionalistas y a veces aberrantes que han logrado gran profusión y seguimiento», señala el Dr. Moreno en su libro. Algunas de estas dietas se relacionan con un personaje famoso, como la dieta de Victoria Principal o la de Raffaella Carrá —casi vegetariana—, o alguna institución de prestigio, aunque ésta niegue su autoría, como la atribuida a la Clínica Mayo. Otras dietas que han alcanzado gran popularidad son la macrobiótica, la cronodieta, la del pomelo, la dissociada, la de la sopa o las dietas dissociadas o hipergrasas.

En este libro, el doctor Moreno analiza hasta 36 tipos de dieta, y

desmonta el fraude que, en su opinión, constituyen. Así, por ejemplo, el Dr. Moreno considera que la famosa dieta del Dr. Atkins es un «visado para el infarto», debido a que aporta ácidos grasos saturados y es rica en colesterol. Es verdad que produce una rápida pérdida de peso, que se recupera al ingerir glúcidos, pero presenta «deficiencias nutricionales graves», como el «limitado aporte de vitaminas hidrosolubles y el escaso contenido en calcio, magnesio y otros minerales, que se agrava por la acidosis que causa esta dieta». Otras de sus consecuencias son, a juicio del presidente de la SEEDO, el aumento del ácido úrico, el estreñimiento y los trastornos cardiovasculares. ■



Ateneístas ilustres

Daniel Pacheco,
Alejandro R. Díez
y Alejandro Sanz
(editores)
Ateneo de Madrid
Madrid, 2004
718 págs.

Entre los ateneístas ilustres del Ateneo de Madrid destacan figuras de la talla de Unamuno, Ortega, Marañón, Azaña, Galdós, Clarín, Gómez de la Serna, Machado, Dámaso Alonso, Falla, Rodrigo, Sorolla y Valle-Inclán. Esta nómina

ilustre no está exenta de figuras del mundo de la farmacia, como Federico Muelas, José Rodríguez Carracido, José Casares, Obdulio Fernández, José Giral, Blas Lázaro Ibiza y Laureano Calderón. Siguiendo la estela de estas insignes figuras del mundo de la cultura y de la ciencia, el Ateneo de Madrid acaba de editar el libro *Ateneístas Ilustres*, que reúne una primera selección de 61 figuras de ateneístas. El libro está acompañado de más de 170 fotografías, grabados, ilustraciones y retratos, que organizan visualmente la mirada ateneísta sobre los siglos XIX y XX.

Farmacéuticos de hoy, como Juan Esteva de Sagrera, Benito del Castillo, Javier Puerto, Antonio González Bueno, José Félix Olalla, Daniel Pacheco, Raúl Guerra y M. Jesús Ortega han colaborado en la redacción de las monografías dedicadas a ilustres ateneístas.

Estas contribuciones intelectuales son una muestra del protagonismo que el Ateneo de Madrid ha tenido en la vida cultural española de los dos últimos siglos, y muy particularmente del papel desempeñado por los farmacéuticos en el desarrollo y consolidación de esta prestigiosa institución. ■