

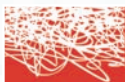


Actuación farmacéutica

en Gases

y digestiones pesadas

en la farmacia comunitaria



SEFAC

Sociedad
Española
de Farmacia
Familiar
y Comunitaria

Actuación farmacéutica en Gases

y digestiones pesadas
en la farmacia comunitaria



“Deme algo para” los gases

- ★ **“Deme algo para los gases”** es una demanda frecuente en la farmacia comunitaria. Generalmente, el paciente percibe que tiene este problema cuando presenta algún tipo de molestia relacionada con la acumulación de gas a nivel intestinal, principalmente exceso de eructos o ventosidades, acompañados de distensión abdominal y sensación de “hinchazón”.
- ★ **La mayoría de los casos no revisten mayor gravedad**, pero son molestos para el paciente que los sufre, que busca un alivio rápido.
- ★ **El punto de partida para el abordaje de este trastorno requiere identificar la causa que los produce.** El origen de los gases puede ser debido a hábitos incorrectos o estar relacionado con la alimentación. En algunos casos pueden estar asociados a otros trastornos gastrointestinales, como dispepsia, estreñimiento o síndromes de malabsorción. Ocasionalmente, se asocian a otras enfermedades más graves que es necesario diagnosticar.
- ★ **En la mayoría de los pacientes, las consultas de indicación farmacéutica por gases pueden resolverse satisfactoriamente desde la farmacia comunitaria.** El manejo de protocolos es una herramienta fundamental para lograrlo.



Etiología de los gases

Los gases entran en el tubo digestivo de diversas formas:

1. Producción propia, de varias maneras:

- ♦ Por reacción de los ácidos del estómago con otras sustancias durante el proceso digestivo.
- ♦ Por la fermentación de alimentos en el colon por bacterias saprófitas.
- ♦ Por la difusión de gases desde la sangre al intestino.

2. Por aporte externo, mediante deglución del aire de la atmósfera. Habitualmente se ingiere aire al hablar, respirar, comer o beber con normalidad.

La deglución excesiva de aire en estos procesos se denomina "aerofagia" y las principales causas son:

- ♦ Consumo de bebidas gaseosas.
- ♦ Ingesta de alimentos considerados flatulentos.
- ♦ Determinados hábitos como fumar, mascar chicle, respirar por la boca o comer muy rápido.
- ♦ Situaciones de estrés o de ansiedad.

3. Algunas enfermedades, como la celiaca o la intolerancia a la lactosa, se caracterizan por una mala absorción de azúcares, lo que genera una importante cantidad de gas a nivel intestinal.



¿Cómo se manifiestan los gases?

Al hablar de gases, nos referimos a tres posibles trastornos derivados de la acumulación excesiva de gases a nivel intestinal: *eructación excesiva*, *flatulencia* y *meteorismo*.

- ★ **ERUCTACIÓN EXCESIVA.** Expulsión de aire del estómago por la boca. Tener algún eructo involuntario después de las comidas es normal. Sin embargo, cuando los eructos se repiten continuamente y más allá del momento de la ingestión de los alimentos se considera que la eructación es excesiva.
- ★ **FLATULENCIA.** Es la emisión reiterada de gases intestinales por el ano.
- ★ **METEORISMO.** Se caracteriza por la distensión abdominal, hinchazón y sensación de plenitud debidas al exceso de gases a nivel intestinal.

El aire deglutido que no es eliminado en forma de eructo puede quedar atrapado en el estómago (*Síndrome del globo gástrico*) o pasar al intestino y quedar atrapado en la flexura esplénica (*Síndrome de la flexura esplénica*).

Ambas situaciones, objetivables con una radiografía abdominal, provocan en el paciente una sensación de hinchazón y plenitud muy molestas, que en ocasiones pueden confundirse con un episodio coronario puesto que provocan un dolor agudo e irradiado en la zona cardiaca. El cuadro se alivia con la expulsión de los gases y/o con la defecación.



Actuación farmacéutica

La resolución de una consulta a un paciente que acude a la farmacia por "gases" requiere una breve **entrevista estructurada con el paciente** encaminada a evaluar la situación y seleccionar la opción más adecuada para resolver/mejorar el problema de salud.

1. Identificación del paciente: *¿es para usted?*

- ◆ Identificar el perfil de paciente para el cual se está realizando la consulta. Los gases son un problema de salud frecuente en la población general, pero también en situaciones especiales como en el embarazo o en población pediátrica.
- ◆ **Características de la sintomatología del paciente: *¿qué le ocurre?*** Recabar información sobre el estilo y hábitos de vida y alimentación del paciente. Los gases pueden deberse a situaciones de malabsorción de determinados alimentos. Preguntar al paciente si asocia los gases al consumo del algún alimento en concreto.

2. Cribado de síntomas de alarma: *¿cuándo derivar?*

Requiere un examen médico y son motivo de derivación:

- ◆ Cuando la sintomatología se acompaña de dolor abdominal o rectal, o precede a vómitos, náuseas, fiebre, anorexia y distensión abdominal sin expulsión de gases o heces.
- ◆ Presencia de sangre en heces; estreñimiento prolongado.
- ◆ Cuando se repiten de forma continuada y no remiten aun con modificación de hábitos, alimentación o farmacoterapia.

- ♦ En situaciones especiales: embarazo, lactancia, pediatría.

3. Tiempo de evolución: *¿desde cuándo?*

Los gases suelen ser procesos de corta duración que finalizan, con las medidas de soporte y/o farmacológicas apropiadas, con la defecación o expulsión de los mismos por vía rectal u oral.

El empeoramiento o la persistencia de los síntomas después de siete días es motivo de remisión al médico para valoración.

4. Medidas anteriores: *¿qué ha hecho para intentar aliviar el problema?*

Seguramente el paciente haya probado algún remedio antes de acudir a la farmacia o no sea la primera vez que tiene este problema. Para dirigir nuestra actuación, conviene conocer las medidas anteriores que ha realizado el paciente, reforzar los aspectos positivos de las mismas y proponer alternativas, mejora de hábitos y/o indicar algún tratamiento.

5. Enfermedades del paciente

Los gases pueden producirse de forma secundaria a algunas enfermedades como dispepsia, síndromes de malabsorción, intolerancias o enfermedad de Crohn. También en cuadros de ansiedad y estrés.

6. Farmacoterapia del paciente

Algunos medicamentos pueden favorecer la aparición de gases (Tabla 1). Atención al consumo de medicamentos de formulación efervescente.

¿Relación causa-efecto? se recomienda evaluar si el paciente ha iniciado algún **tratamiento nuevo** que pueda provocarle esta sintomatología.

Tabla 1. Medicamentos asociados a la aparición de gases

- ♦ **Laxantes** formadores de masa (*Plantago ovata*) u osmóticos, como lactulosa o lactitol. Orlistat y goma guar
- ♦ **Estatinas y fibratos**
- ♦ **Antiinflamatorios no esteroideos (AINE):** celecoxib, piroxicam, sulindaco, flurbiprofeno o diclofenaco
- ♦ **Antibióticos:** cefixima, norfloxacin
- ♦ **Antidiabéticos orales:** miglitol

7. Selección de tratamiento farmacológico y no farmacológico

Las medidas más efectivas para aliviar total o parcialmente estas molestias consisten en realizar **modificaciones en la dieta y hábitos** adquiridos (*tratamiento no farmacológico*) y/o la utilización limitada de **medicamentos** (*tratamiento farmacológico*).



Tratamiento no farmacológico

HÁBITOS

- ♦ Evitar comer muy rápido y las comidas copiosas
- ♦ No beber directamente de la lata/botella y evitar pajitas
- ♦ Evitar fumar, mascar chicle, comer caramelos

DIETA

- ♦ Limitar alimentos flatulentos (leche y derivados; vegetales: col y derivados, espárragos, cebolla, zanahoria o apio; legumbres: alubias, garbanzos; frutas: ciruelas, plátanos, uvas pasas)
- ♦ Controlar el consumo de fibra: introducción gradual en la dieta.
- ♦ Suprimir bebidas con gas
- ♦ Mejor infusiones que café

OTRAS

- ♦ Valorar circunstancias que provoquen deglución excesiva de aire o respiración anormales: dentadura postiza mal colocada, situaciones de ansiedad que provoquen respiración entrecortada o suspiros, respiración por la boca, desviación del tabique nasal



Tratamiento farmacológico

SILICONAS EN MONOTERAPIA

Dimeticona/Simeticona

- ♦ Acción antiflatulenta, carminativa y protectora de la mucosa
- ♦ Modifican la tensión superficial de la molécula de gas, favoreciendo su eliminación
- ♦ No se absorben; se eliminan de forma inalterada por heces. Poco probable la aparición de efectos adversos
- ♦ **A tener en cuenta:** puede utilizarse en embarazo, lactancia y en niños y lactantes. No recomendados en cólico del lactante

PREPARADOS DE CARBÓN

Carbón adsorbente, carbón activado

- ♦ No se absorben ni metabolizan; se elimina por heces
- ♦ Actúan adsorbiendo las partículas de gas
- ♦ **A tener en cuenta:** reducen la absorción de medicamentos y alimentos; separar la toma al menos dos horas. Colorean las heces de negro, advertir al paciente

PROBIÓTICOS

Especies bacterianas, Lactobacillus y Bifidobacterias

- ♦ Mejoran la salud intestinal
- ♦ Podrían mejorar la sensación de distensión y flatulencia

PLANTAS MEDICINALES

Hinojo, comino, anís, manzanilla, menta-poleo, hierbaluisa

- ♦ Acción carminativa, digestiva y antiespasmódica

SILICONAS EN ASOCIACIÓN

Dimeticona/Simeticona + Pancreatina

- ♦ **Pancreatina:** mezcla de enzimas digestivas: proteasas, lipasas y amilasas. Catalizan la hidrólisis de las proteínas, grasas y almidón, respectivamente
- ♦ La pancreatina actúa como las enzimas digestivas fisiológicamente secretadas por el páncreas
- ♦ **A tener en cuenta:** la asociación de simeticona y pancreatina produce doble acción: disminuye los gases y la pesadez de estómago y mejora las digestiones lentas relacionadas con carencias de enzimas pancreáticas
- ♦ Evitar en alérgicos a las proteínas del cerdo

Dimeticona/Simeticona + Cleboprida

- ♦ La cleboprida es un antagonista de los receptores dopaminérgicos D2 con acción procinética y antiemética. La asociación complementa la acción antiespumante de la silicona
- ♦ **A tener en cuenta:** cleboprida es un procinético. Puede afectar a la absorción de otros medicamentos. No se recomienda en el embarazo ni en la lactancia

Dimeticona/Simeticona + Metoclopramida

- ♦ Metoclopramida presenta acción reguladora del funcionamiento motor del tubo digestivo y propiedades antieméticas
- ♦ Útil en pacientes con gases asociados a náuseas
- ♦ No se recomienda en el embarazo y en la lactancia
- ♦ **A tener en cuenta:** puede afectar a la absorción de fármacos como digoxina, cimetidina, ketoprofeno, ácido acetilsalicílico, paracetamol, ciclosporina

Bibliografía

- ★ Agencia Española del Medicamento y Productos Sanitarios (AEMPS). Centro de Información del Medicamento: Fichas técnicas de medicamentos. Disponible en: <http://www.aemps.gob.es/cima/fichasTecnicas> (Accedido enero 2016).
- ★ Comité Editorial. "Meteorismo, gases abdominales: consejos y dieta". Fisterra, Atención Primaria en la red. Disponible en: <http://www.fisterra.com> (Accedido enero 2016).
- ★ Encabo B y cols. Aerofagia, Flatulencia y Meteorismo. Farmacia profesional, 2003 (vol. 2); 46-56. Disponible en: www.elsevier.com (Accedido enero 2016).
- ★ Foro de Atención Farmacéutica. Farmacia Comunitaria. Guía Práctica para los Servicios de Atención Farmacéutica en la Farmacia Comunitaria (2010). ISBN-13: 978-84-693-1717-4.
- ★ Manejo de los síntomas gastrointestinales frecuentes en la comunidad. Organización Mundial de Gastroenterología, 2013. Disponible en: <http://www.worldgastroenterology.org> (Accedido enero 2016).

Autora: Elsa López Pintor • Farmacéutica comunitaria

MMC. Queda rigurosamente prohibida, sin previa autorización por escrito de los editores, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier procedimiento

Depósito Legal: M-5091-2016

Pankreoflat®

comprimidos recubiertos

Pankreoflat comprimidos recubiertos. Propiedades: Pankreoflat es una asociación de enzimas digestivas pancreáticas y Dimeticona que disminuye la formación de gases. **Composición cuantitativa:** Cada gragea contiene: Pancreatina, c.s.p. 6.000 U. Ph. Eur. de Amilasa, 6.000 U. Ph. Eur. de Lipasa y 400 U. Ph. Eur. de Proteasa; Dimeticona (DCI), 80 mg. **Excipientes:** Sacarosa, 256,4 mg, Hidroxipropilcelulosa, Estearato de magnesio, Copolímero vinilpirrolidona/acetato de vinilo, Goma laca, Talco, Polivinilpirrolidona, Polietilenglicol 6000, Carboximetilcelulosa sódica, Dióxido de titanio, cera de abejas y cera carnauba. **Indicaciones:** Alivio sintomático de las alteraciones digestivas en las que se produce aerofagia (deglución de aire) o flatulencia (gases), como pesadez de estómago y digestiones lentas relacionadas con insuficiencia de enzimas pancreáticas. **Posología:** Adultos: 1 a 2 comprimidos recubiertos en cada comida, ingeridos sin masticar. Niños: Consulte a su médico. **Contraindicaciones:** Alergia a algunos de sus componentes y en pacientes aquejados de pancreatitis (inflamación del páncreas). **Precauciones:** Pueden presentarse intolerancias en pacientes con alergia a las proteínas del cerdo. En caso de que los síntomas empeoren o persistan más de 10 días, aparezcan dolor abdominal intenso e inexplicado, vómitos, náuseas, consulte a su médico. **Advertencia:** Importante para la mujer: Si está usted embarazada o cree que pudiera estarlo, consulte a su médico antes de tomar este medicamento. El consumo de medicamentos durante el embarazo puede ser peligroso para el embrión o el feto y debe ser vigilado por su médico. Pankreoflat contiene 256,4 mg de sacarosa, lo que deberá ser tenido en cuenta por los enfermos diabéticos. **Interacciones:** Es conveniente eliminar la ingestión de bebidas alcohólicas concentradas, puesto que disminuyen la actividad de los fermentos. Los antiácidos, como carbonato cálcico o hidróxido de magnesio, pueden anular los efectos terapéuticos de estas enzimas. Puede disminuir la absorción de hierro. Consulte a su médico o farmacéutico si está tomando otros medicamentos. **Efectos secundarios:** En caso de alergia a alguno de los componentes pueden producirse erupciones cutáneas. Ocasionalmente pueden aparecer molestias digestivas. **Intoxicación y su tratamiento:** En caso de ingestión de grandes cantidades pueden aparecer trastornos gastrointestinales, calambres, diarreas, dolor o hinchazón en las articulaciones. Consulte a su médico. **Presentación:** envase de 50 comprimidos recubiertos. **Sin receta médica. Nombre o razón social del titular de la autorización de comercialización:** FAES FARMA, S.A. **Precio:** PVP IVA: 7,74 € EFP. **Los medicamentos deben mantenerse fuera del alcance de los niños.**

Más de 45 años de experiencia nos avalan

Pankreoflat®

comprimidos recubiertos



≈ y a las digestiones pesadas ≈

Doble acción gracias a sus dos componentes:

SIMETICONA: actúa sobre las burbujas de gas disgregándolas y evitando su formación

PANCREATINA: es una mezcla de enzimas digestivas que ayuda a evitar las digestiones pesadas



**SIN RECETA
MÉDICA**



Lea las instrucciones de este medicamento y consulte al farmacéutico

 **FAES FARMA**

PANK0216100000516