

Boletín para Pacientes

Uso de Inhibidores de la bomba de protones (IBP)

¿Qué son los Inhibidores de la Bomba de Protones?

Los inhibidores de la bomba de protones son medicamentos que actúan bloqueando la producción de ácido en el estómago. Cuando hablamos de inhibidores de la bomba de protones nos estamos refiriendo a fármacos como el **omeprazol, esomeprazol, pantoprazol, lansoprazol y dexlansoprazol**, por eso también se les conoce como "prazoles".



Tomar uno de estos medicamentos durante mucho tiempo, un año o más, se relaciona con mayor riesgo de fracturas de cadera, muñeca y columna vertebral, mayor riesgo de enfermedad renal, mayor frecuencia de infecciones como la neumonía o una infección intestinal producida por la bacteria *Clostridium difficile* y con una disminución en la absorción de nutrientes como la vitamina B12, el hierro o el magnesio, un mineral necesario en muchas funciones de nuestro cuerpo.



¿Cuándo hay que tomarlos?

Cuando nuestro profesional de salud no lo prescriban para el tratamiento de enfermedades relacionadas con la alteración de la secreción ácida del estómago:



- La úlcera de estómago o de duodeno.
- La erradicación de la bacteria *Helicobacter pylori*.
- La enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE), incluida la enfermedad de Barrett.
- El síndrome de Zollinger-Ellison, causado por tumores.



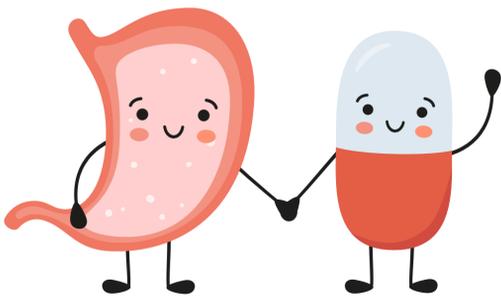
¿Cuándo NO hay que tomarlos?

No está justificado tomar estos medicamentos de manera continua por el simple hecho de:



- Tener más de 65 años.
- Para controlar el ardor o la acidez.
- Cuando se toman varios medicamentos a la vez, si estos no incluyen fármacos que puedan lesionar la mucosa gástrica.

¿Qué debe saber si está tomando un IBP?



- Tome las cápsulas por la mañana, preferiblemente con el estómago vacío, enteras, sin masticarlas ni triturarlas, con medio vaso de agua.
- No supere la dosis de tratamiento que le haya indicado su médico.
- Continúe el tratamiento solo durante el tiempo que sea necesario.
- Cuando ya no tenga síntomas, consulte si es posible la retirada de este medicamento. No lo retire de manera brusca por su cuenta.

¿Qué puede hacer para mejorar o evitar la acidez o el reflujo?

La acidez de estómago o el reflujo gastroesofágico es una sensación de dolor o molestia en la parte baja del pecho, detrás del esternón. En la mayoría de los casos, no se necesita estos medicamentos para su tratamiento y si puede ser útil tomar algún antiácido, de venta libre en farmacias. Las medidas higiénico-dietéticas suelen ser suficientes para mejorar los síntomas de estos episodios de reflujo gastroesofágico y/o dispepsia después de las comidas:



- Ingerir comidas sanas y distribuir los alimentos en 4-5 comidas al día.
- Evite las comidas grasas y los fritos, las comidas picantes o muy especiadas, las comidas muy saladas o las muy dulces.
- Evite el ajo, la cebolla, el chocolate, la menta, los cítricos o alimentos con mucho tomate.
- Evite el café y otras bebidas que contengan cafeína.
- Evite las bebidas gaseosas.
- Evite el alcohol.
- Evite el estrés.
- Realice ejercicio físico de forma regular.
- Mantenga un peso adecuado.
- Evite acostarse después de comer, espere al menos 2 horas para hacerlo.
- Deje de fumar.
- No lleve ropa ajustada o cinturones muy apretados.
- Duerma con la cabecera de la cama elevada unos 10-12 cm.

Si a pesar de introducir estos cambios durante unas semanas, el ardor o la acidez no desaparecen, consulte con su médico tratante o médico de su IPS asignada.

Recuerda



- Tome estos medicamentos sólo se deben tomar bajo prescripción médica.
- Tome la dosis que le digan y durante el tiempo que le indiquen.
- Una vez desaparecidos los síntomas, su médico puede recomendarle reducir la dosis o terminar el tratamiento.

Puedes notificar cualquier sospecha de reacción adversa al programa de farmacovigilancia

E-mail: farmacovigilancia@sumimedical.com