

Alimentos podem interferir nos efeitos dos medicamentos

Alguns retardam ou potencializam a ação do remédio; outros causam efeitos adversos. Especialista do ICB-USP aponta quais interações devem ser evitadas.

Nem toda a bula de medicamento alerta, mas há vários alimentos que não devem ser ingeridos com determinados medicamentos. São interações pouco conhecidas e difundidas. “Este tipo de interação é estudado desde a segunda metade do século XX, mas somente nos últimos anos é que trabalhos e ensaios clínicos têm mostrado que a administração de alguns deles junto com determinados nutrientes podem alterar a ação do medicamento e a eficácia do tratamento”, afirma o farmacêutico Moacyr Aizenstein, professor do Departamento de Farmacologia do Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo (ICB-USP).

Autor do livro *Fundamentos para o Uso Racional de Medicamentos* (Editora ELSEVIER, 2016), que está em sua terceira edição, e responsável por um curso sobre o assunto para profissionais da saúde, Aizenstein tem uma lista extensa do que deve ser evitado.

Em primeiro lugar, é um equívoco tomar o remédio sempre após a refeição – na verdade, o ideal é em jejum. “O estômago vazio facilita a absorção – com exceção de alguns medicamentos específicos, como anti-inflamatórios e a metformina [antidiabético], que precisam da proteção de alimentos no estômago pois provocam irritação gástrica”, explica.

Alerta amarelo – Segundo ele, algumas frutas como maçã, ameixa e goiaba, que contém pectina, podem retardar a absorção de medicamentos à base de paracetamol, como o Tylenol, por exemplo. Já o feijão, lentilha e cereais, classificados como fibras insolúveis, retardam a absorção de digoxina, usada no tratamento da insuficiência cardíaca.

O suco concentrado de *grapefruit*, por sua vez, causa um aumento na biodisponibilidade dos hipertensivos nifedipina e felodipina, por inibirem seu metabolismo. “Mesmo em pequenas quantidades, essa interação pode provocar efeito tóxico.”

Alimentos que contém xantina, como café, chá e chocolate, também podem potencializar o efeito da teofilina no tratamento da asma, provocando intoxicação.

Alerta vermelho – Aizenstein chama a atenção para alimentos que contém tiramina, tais como queijo, vinho tinto ou produtos defumados. Associados com medicamentos usados no tratamento de doenças psiquiátricas, sobretudo com os fármacos antidepressivos inibidores da enzima monoaminoxidase, há o risco de o paciente ter uma crise de hipertensão.

Bebida alcoólica, vale reforçar, nunca deve ser ingerida com ansiolítico, sedativo ou anestésico. “A ingestão de álcool tem um efeito sinérgico, potencializando o efeito desses medicamentos. Há um caso clássico de uma paciente que tomava ansiolítico, foi numa festa, bebeu e entrou em coma.”

Ele chama a atenção também para a associação do álcool com o metronidazol (antiparasitário), o cetoconazol (antifúngico), as cefalosporinas (antibióticos). “Pode causar acúmulo de aldeído acético no organismo, uma substância tóxica, levando o paciente a ter dor de cabeça, náusea, vermelhidão e crise hipertensiva.

No geral, deve-se evitar a ingestão de álcool com qualquer medicamento. “Se o paciente está tomando algum medicamento é porque tem alguma patologia. E o álcool é um imunossupressor: diminui a capacidade do organismo de se defender. Além disso, é um indutor enzimático. “Ao aumentar a expressão de uma enzima, pela ingestão de álcool, o medicamento será metabolizado mais intensamente, e isso afeta sua concentração no organismo, diminuindo sua eficácia.”

ATENDIMENTO À IMPRENSA

Acadêmica Agência de Comunicação

Assessoria de imprensa do Instituto de Ciências Biomédicas da USP

Angela Trabbold – angela@academica.jor.br / (11) 99912-8331 / 5081-5237 / 5549-1863

Aline Tavares – aline@academica.jor.br (11) 3091-0874