

# ¿Qué interacciones se producen entre medicamentos y alimentos?

TIPO DE ALIMENTO	ALIMENTO PARTICULAR	MEDICAMENTO AFECTADO	EFFECTO O INTERACCIÓN
<b>Zumo de pomelo.</b>	 Zumos de pomelo naturales y comerciales.	Medicamentos en general.	Alteración del efecto.
<b>Alimentos ricos en calcio y lácteos.</b>	 Leche, zumos de frutas y productos lácteos enriquecidos con calcio.	Algunos antibióticos. Bifosfonatos.	Disminución del efecto por menor absorción del fármaco. Reducción del efecto.
<b>Alimentos con alto contenido en sal o potasio.</b>	 Sal, encurtidos, embutidos, patés, algunas conservas...  Plátano, kiwi, espinacas.  Regaliz o su extracto.	Algunos antihipertensivos y diuréticos. Antihipertensivos (IECA) y ahorradores de potasio. Antihipertensivos.	Disminución del efecto. Aumenta el riesgo de arritmia. Disminución de efecto.
<b>Alimentos ricos en Vitamina K.</b>	 Crucíferas (brócoli, coliflor, coles de Bruselas, espinacas...).  Ajo en grandes cantidades.  Aguacate.	Anticoagulantes orales.	Impiden su efecto. Potencia el efecto anticoagulante. Disminución de efecto.
<b>Alimentos acidificantes (reducen el pH del organismo)</b>	 Carne, aves, bacon, cereales, ciruelas, arándanos, frutos secos, huevos, maíz, lentejas, pescado, marisco y quesos.	Ácido acetil salicílico. Algunos barbitúricos.	Disminución de la absorción.
<b>Alimentos alcalinizantes (aumentan el pH del organismo)</b>	 Leche, frutas (excepto ciruelas y arándanos), almendras, castañas, coco, verduras y legumbres (excepto lentejas).	Antiácidos. Algunos anti-arrítmicos, como la quinidina.	Pueden alterar el tránsito intestinal, influyendo en la absorción de los medicamentos y modificando su efecto.
<b>Alimentos ricos en tiramina.</b>	 Quesos curados, vino tinto, ahumados, embutidos, hígado de pollo...	Algunos antidepresivos.	Disminución del efecto.
<b>Alcohol.</b>	 Bebidas alcohólicas.	Medicamentos en general.	Disminución o aumento del efecto. Efectos tóxicos.

**FUENTE:**

Departamento de Farmacovigilancia de Laboratorios Cinfa.