



Uso adecuado de antiinflamatorios no esteroideos

¿QUÉ SON LOS ANTIINFLAMATORIOS NO ESTEROIDEOS?

Los antiinflamatorios no esteroideos (AINE) ayudan a aliviar el dolor y la inflamación. Son un grupo muy numeroso de medicamentos, tanto en su composición como en su modo de actuar, pero todos ellos comparten su acción antiinflamatoria, analgésica (frente al dolor) y antitérmica (disminuyendo la temperatura corporal).

Algunos de ellos son muy conocidos, como el ibuprofeno, el naproxeno o la aspirina. Se pueden encontrar en el mercado como medicamentos genéricos o como marca comercial. En la siguiente lista, ordenada alfabéticamente, se relacionan todos los AINE por su denominación oficial. En las cajas de los medicamentos, además del nombre de la marca, siempre aparece este nombre: aceclofenaco; aspirina o ácido acetilsalicílico; celecoxib; dexibuprofeno; dextketoprofeno; diclofenaco; etoricoxib; ibuprofeno; indometacina; isonixina; ketoprofeno; ketorolaco; lornoxicam; ácido mefenámico, meloxicam; nabumetona; naproxeno; ácido niflúmico; parecoxib; piroxicam; sulindaco; tenoxicam; tolmetina.

Aunque son menos dañinos que los antiinflamatorios esteroideos o corticosteroides, también pueden producir efectos secundarios.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS ADVERSOS DE LOS AINE?

Los efectos secundarios pueden aparecer en cualquier momento mientras esté tomando un medicamento de este tipo, pero cuanto más tiempo lo esté tomando y cuanto más alta sea la dosis, mayor es la probabilidad de que aparezcan.

El efecto adverso más frecuente asociado a su uso se relaciona con la irritación del tubo digestivo. La mayoría de las veces es leve y no da síntomas, pero puede llegar a ser muy grave, provocando dolor, ardor e incluso, sangrado

de la mucosa del aparato digestivo. Hasta un 10 % de las personas que toman un AINE pueden presentar estas complicaciones, siendo esta cifra aún mayor en los ancianos.

Otros efectos secundarios son: hipertensión arterial, retención de líquidos (con hinchazón, por ejemplo, en pies, tobillos y manos), problemas renales, problemas cardíacos o erupciones.

Los antinflamatorios no esteroideos ayudan a aliviar el dolor y la inflamación. Pero si usted tiene más de 65 años, antecedentes de úlcera de estómago o duodeno, antecedentes de hemorragia gástrica, presión arterial alta, insuficiencia cardíaca o enfermedad renal, no debe tomar estos medicamentos por su cuenta ni debe tomar ningún otro medicamento que los contenga.

¿CÓMO UTILIZAR LOS AINE DE FORMA SEGURA?

La eficacia de los AINE no mejora cuando se aumenta la dosis y, sin embargo, aumenta el riesgo de efectos adversos graves. Como los AINE comparten mecanismo de acción, tomarlos de forma conjunta tiene el mismo efecto que aumentar la dosis: no mejora la eficacia y crece el riesgo de aparición de efectos secundarios.

A veces, sin ser conscientes, aumentamos la cantidad total de AINE que tomamos al día. Tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- NO acorte los tiempos entre la administración del AINE.
- NO tome dos AINE a la vez y no intercale otro AINE entre dos tomas.
- Cuando tome un antígrupal comprado en la farmacia, COMPRUEBE si contiene, además de otros medicamentos, un AINE (ibuprofeno o aspirina).
- Cuando un profesional sanitario (por ejemplo, en odontología, en urgencias o en la farmacia...) nos indica un nuevo medicamento para el dolor, COMPRUEBE si se trata de un AINE.
- Cuando se administre una crema que tiene en su composición AINE, TENGA EN CUENTA que, a pesar de su administración local, alcanza concentraciones en sangre y, si también está tomando un AINE oral, puede aumentar el riesgo de reacciones adversas.

Tampoco debe tomarlos si tiene prescrito anticoagulantes (como el Sintrom) o antiagregantes (como la aspirina) porque se incrementa el riesgo de efectos secundarios.

¿SI TIENE QUE TOMAR O YA ESTÁ TOMANDO UN AINE?

- Asegúrese de informar a los profesionales que le atiendan acerca de TODOS los medicamentos que esté tomando: medicamentos recetados, medicamentos de venta libre o medicinas a base de hierbas.
- Si tiene algún factor de riesgo, valorarán la necesidad de indicarle algún protector gástrico.
- Tome el medicamento preferentemente con el estómago lleno.
- No supere la dosis que le han pautado.
- Continúe el tratamiento solo durante el tiempo que sea necesario.
- Si le cambian el tipo de AINE, acuérdate de dejar de tomar el anterior.
- Asegúrese de que conoce si algún medicamento de uso habitual de los que guarda en casa es un AINE. Puede ser útil escribirlo en la caja.

RECUERDE

Si tiene algún factor de riesgo, tome estos medicamentos bajo prescripción médica. El profesional sanitario le indicará la dosis que debe tomar y durante cuánto tiempo.

Nota: Esta ficha incluye recomendaciones para ayudar a los pacientes en la toma de decisiones en el ámbito sanitario. No es de obligado cumplimiento. En cualquier caso, no sustituye el juicio clínico del personal sanitario.

**Si no es necesario
puede hacer daño.**