

TEMA D'INTERÈS: MEDICAMENTS AMB EXCIPIENTS DE DECLARACIÓ OBLIGATÒRIA

MEDICAMENTS AMB GLUTEN

De la mateixa manera que hi ha aliments amb gluten, aquesta substància també es pot trobar en medicaments o suplementes dietètics, ja que es pot fer servir com a excipient.

En cas de ser celiac s'ha de consultar el prospecte o envàs del medicament on, per llei des de l'any 1989, els laboratoris farmacèutics han de fer constar si aquell producte conté gluten, ja que el gluten és un excipient de declaració obligatòria.

Un dels excipients més utilitzats en la fabricació de comprimits o càpsules és el midó, que sol derivar del blat de moro o patata, però també pot provenir del blat, i per tant, contenir gluten.

El que recomana la Federació d'Associacions de Celiacs d'Espanya és no prendre medicaments amb una quantitat de gluten superior a 20 ppm, sobretot si s'utilitzen habitualment.

Segons d'on provingui el midó la informació que hi haurà en el prospecte serà diferent:

- Si conté midó d'arròs, blat de moro o patata, s'especifica la planta d'on prové.
- Si conté midó de blat, civada, ordi, sègol o triticales o algun dels derivats, s'especifica:
 - Si la quantitat de gluten és inferior a 20 ppm, s'indica que el medicament conté aquest tipus de midó i que és adequat per persones celíiques.
 - Si la quantitat de gluten és superior a 20 ppm, s'indica que el medicament conté aquest tipus de midó i la quantitat en ppm, i que això ho han de tenir en compte les persones celíiques.

En molts casos hi ha altres formes farmacèutiques, com les solucions líquides, que no contenen gluten i poden ser una alternativa. En cada cas s'ha de valorar el medicament més adequat.

Pot ser que un mateix medicament de dues marques diferents un sigui amb gluten i l'altre sense, degut als excipients utilitzats en cada cas, ja que el principi actiu serà el mateix en els dos casos.

MEDICAMENTS AMB LACTOSA

La lactosa és un dels excipients que s'utilitzen habitualment en la fabricació de medicaments en forma de comprimits, càpsules o pólvores per a inhalació. Igual que el gluten és un excipient de declaració obligatòria, i la seva presència sempre s'ha d'indicar en el prospecte i envàs.

Com a referència, un got de llet conté entre 9 i 14 grams de lactosa i en la majoria de medicaments la quantitat de lactosa és inferior a 2 g/dia, per tant, és poc probable que aquesta quantitat provoqui molèsties gastrointestinals, menys en els casos de persones amb intolerància greu.

En aquests casos hi ha altres formes farmacèutiques com les solucions líquides, que no contenen lactosa.

MEDICAMENTS AMB SODI

Alguns medicaments contenen quantitats importants de sodi en la seva composició, cosa que s'ha de tenir en compte en les persones en les quals estigui indicada una dieta pobre en sodi, com ara els hipertensos, malalts amb insuficiència cardíaca o malalts amb insuficiència renal

Segons l'OMS els adults sans no han de consumir més de 5 grams de sal (NaCl) al dia, que és el mateix que dir que no es poden consumir més de 2 grams de sodi al dia.

En cas que hi hagi alguna de les malalties anteriors, els límits són més estrictes.

La majoria dels medicaments contenen sodi en la seva composició, però normalment la quantitat és baixa, menys en les formes farmacèutiques efervescents que en poden arribar a tenir fins a 0,5 grams per dosi, de manera que si es prenen cada 6-8 hores es poden arribar a superar els límits recomanats. Per tant, en cas de medicacions cròniques s'han d'evitar aquestes formes farmacèutiques.

En el prospecte dels medicaments s'hi pot trobar la informació sobre la quantitat de sodi que contenen, amb un advertiment per les persones que segueixen dietes amb restricció de sal.