

Robert A. Wild, MD, MPH
Professor and Chief Reproductive Endocrinology
Adjunct Professor of Cardiology (Prevention)
Adjunct Professor of Biostatistics & Epidemiology
Oklahoma University Health Sciences Centre
Oklahoma City, OK

MENOPAUSIA AL DÍA

Efectos secundarios leves a severos con algunos suplementos dietéticos

Adverse events associated with dietary supplements: an observational study. Lancet 2003; 361: 101-106.

PALMER ME, HALER C, MCKINNEY P, ET AL

Algunos suplementos dietéticos causan efectos secundarios que están en el rango de moderados a severos, incluyendo infarto del miocardio, falla hepática, sangrado y convulsiones, de acuerdo a este estudio de no intervención, observacional de 1 año de duración, realizado en 11 centros de intoxicación en los Estados Unidos. Además, esos efectos adversos son voluntariamente reportados e ineffectivamente monitorizados. Los investigadores usan un proceso de revisión de múltiples grados incluyendo los datos de eventos adversos con suplementos dietéticos del sistema de vigilancia de exposición a tóxicos (TESS).

Los suplementos incluyen productos botánicos o no botánicos (p.ej. vitaminas, minerales, glandulares etc.) y remedios de la cultura tradicional. Cerca de un tercio de los efectos adversos fueron considerados moderados (de larga duración o sistémico) o severo (con riesgo para la vida); 1% terminaron en muerte. En los adultos la reacción más severa se asoció con el uso de suplementos con múltiples ingredientes usados por largo tiempo. Los eventos adversos más comunes fueron coma, convulsiones, dolor precordial, trastornos de conducción cardíaca y arritmias y disnea. Los suplementos más frecuentemente asociados con eventos adversos fueron los productos botánicos mahuang, guarana, ginseng y St. John's Wort y entre los productos no botánicos, el cromio, la melatonina y el zinc. La asociación entre eventos adversos e ingredientes específicos de suplementos dietéticos fueron difíciles de verificar si los productos tenían múltiples ingredientes.

Evidencia nivel II-3

Comentario. Este estudio observacional apunta varios temas relacionados con la falta de supervisión adecuada al uso de suplementos en la dieta. Los suplementos con múltiples ingredientes fueron asociados más frecuentemente con eventos adversos serios y ellos fueron usados más frecuentemente por individuos, quienes intentaban tratar una enfermedad. Familiares y amigos (66%), fueron mayoritariamente la fuente de referencia para el uso de suplementos. Eso fue mucho más frecuente que las recomendaciones hechas por el personal de salud tanto los tradicionales como los alternativos (12%), las altas tasas de ingestión no intencional (70%) en niños menores de 12 años resultó en una más baja severidad de efectos adversos, aunque eso nos ilustra acerca de los riesgos asociados con el empaque y las medidas de seguridad caseras. Este estudio tiene varias limitantes, las cuales fueron conocidas por los autores. La denuncia voluntaria al centro de control de intoxicaciones no representa la dimensión de efectos adversos sufridos por los consumidores. Fallas de selección pueden también afectar los resultados. Los ingredientes de los suplementos no se listan confiablemente en las etiquetas confundiendo las causas y los efectos. Sin embargo, este estudio resalta la importancia del tamizaje y monitorización de los pacientes que escogen el uso de suplementos e identifican aquellos que pueden estar a riesgo de eventos adversos

Jennifer L. Prouty, MSN
Women's Health and Psychiatric Nurse Practitioner
Midlife Health Connections
Mattapoisett, MA