



# Excipientes

## No siempre son inocuos

Algunos excipientes pueden provocar dolor de cabeza, diarrea, incluso broncoespasmos y reacciones alérgicas, sobre todo en enfermos crónicos y personas con intolerancias. Le contamos cuáles, entre todos ellos, conviene evitar.

**E**n un medicamento, el principio activo es la sustancia responsable de prevenir, tratar o curar una enfermedad. Y, normalmente, es también la sustancia susceptible de causar efectos no deseados. Pero no es la única: algunos de los excipientes que se mezclan con ella, aparentemente inocuos, también pueden causar daños a determinados grupos de personas. Por ejemplo, se sabe que la tartrazina (E-102), un colorante azoico empleado en jarabes, puede desencadenar broncoespasmos en hasta un 30% de los niños asmáticos. Pero empecemos por el principio: ¿qué es y para qué sirve un excipiente?

### Todos los medicamentos necesitan excipientes

Un excipiente es un aditivo que se añade al principio activo para darle forma, conservarlo, facilitar su ingesta o regular su actividad en nuestro organismo, entre otros usos. A saber:

- Como *diluyentes* para aumentar el volumen del preparado (porque la cantidad de principio activo por dosis suele ser ínfima).
- Como *lubrificantes* para distribuir el principio activo de manera homogénea antes de envasarlo.
- Como *viscosizantes* para obtener la textura deseada, más líquida o más densa.

- Como *solventes* para modular una liberación más rápida o lenta del principio activo en nuestro cuerpo.
- Como *conservantes* para evitar la proliferación bacteriana.
- Como *antioxidantes* para protegerlos de la luz y el aire.
- Como *colorantes, edulcorantes y aromatizantes* para facilitar su ingesta.
- O como *deshidratantes, espesantes, aglutinantes, agentes de recubrimiento...*

### Búsquelos primero en la caja

La normativa define un grupo de excipientes de declaración obligatoria (EDO), especialmente propensos >



### MISMO PRINCIPIO ACTIVO, DISTINTOS EXCIPIENTES

En los tres ejemplos se trata de ibuprofeno de uso pediátrico. Pero en cada caso los excipientes cambian; si alguno de ellos pudiese afectar a su hijo, priorice otra marca.



#### Kern Pharma

El excipiente jarabe de maltitol puede causar flatulencia y diarrea. Y es un azúcar: atención diabéticos e intolerantes a la fructosa.

#### Dalsy

El excipiente amarillo anaranjado S (E-110) podría causar broncoespasmos en niños con asma.

#### Junifen

El excipiente almidón de trigo deberían evitarlo los niños celíacos. También tiene jarabe de maltitol (ojo niños diabéticos).

> a causar efectos no deseados. Es obligatorio que aparezcan en la misma caja, junto al principio activo, y son los que apuntamos en la ilustración de la izquierda: *Atención si usted es...* ¿Cómo se indican? Por su nombre común y, en el caso de que tengan el prefijo E, como ocurre con algunos colorantes y conservantes, con esa letra y su correspondiente número. En el prospecto encontrará la lista completa de excipientes, por orden decreciente y, a menudo, la cantidad presente de los EDO. Allí también se mencionan las advertencias sobre los efectos adversos que pueden causar. Ojalá también indicaran la función de cada uno, como se hace en los alimentos.

### Recuérdesele a su médico y al farmacéutico

Antes de tomar un medicamento por primera vez debería comprobar que no hay excipientes que puedan perjudicarle. Por ejemplo, si usted es hipertenso, debería evitar los efervescentes, ya que entre sus excipientes es muy probable que haya sodio (quizá no es mucha cantidad, pero se suma a la contenida en nuestra dieta típica occidental ya de por sí muy alta en sal). Si se lo receta su médico, recuérdesele esta circunstancia. El farmacéutico, por su parte, también puede ayudarle a evitar un determinado excipiente. Unas veces la solución pasa por cambiar el preparado: unos comprimidos normales en vez de unos efervescentes. Otras, por cambiar de marca. Como puede comprobar arriba (vea *Mismo principio activo, distintos excipientes*) un mismo preparado, en este caso un jarabe infantil a base de ibuprofeno, puede llevar excipientes diferentes; algunos de ellos pueden tener efectos no deseados según el tipo de dolencia que tenga el niño. Seguimos recomendando la sustitución de medicamentos de marca por los genéricos, más baratos. Pero en estos

casos recuerde comprobar la lista de ingredientes, sobre todo si usted es un enfermo crónico, alérgico o intolerante a determinado excipiente. Búsquelos en la caja y asegúrese que no es sensible a alguno. Es más, antes de comprarlo puede consultar su composición exacta en la web de la Agencia del Medicamento. En concreto, en [www.aemps.gob.es/cima](http://www.aemps.gob.es/cima).

Un medicamento suele llevar media docena de excipientes distintos

### OCU OPINA

## Alergenos olvidados

Entre los excipientes de declaración obligatoria (EDO) en la caja echamos en falta cinco alérgenos: el huevo, los frutos secos, los frutos de cáscara, el sésamo y los crustáceos. Alérgenos que sí contempla la legislación de alimentos.