

# Reacciones a medicamentos complementarios y alternativos

Este artículo ha sido reseñado por Thanai Pongdee, MD, FAAAAI



Los estantes de las farmacias están llenos de suplementos para una vida saludable. Estos medicamentos complementarios y alternativos (MCA) son utilizados por millones de personas.

Si bien tienen por fin evitar enfermedades, aliviar síntomas o tratar afecciones, algunos de esos

productos pueden ser más perjudiciales que beneficiosos, en especial, si usted padece de una afección crónica como alergia o asma.

## “Natural” no siempre significa “seguro”.

Si bien los fármacos recetados y de venta libre deben someterse a rigurosos exámenes de seguridad y eficacia antes de salir a la venta, no ocurre lo mismo con las hierbas medicinales. En lugar de ello, el gobierno de EE. UU. califica dichas hierbas como suplementos dietarios, y no como alimentos o fármacos.

Para quienes padecen de alergias o asma, esta diferencia puede presentar verdaderos peligros.

## Etiquetas

Las hierbas y las vitaminas no están sujetas a las leyes en materia de etiquetado. Las etiquetas de ingredientes de estos suplementos pueden estar

incompletas o incorrectas. Esto puede presentar riesgos para las personas que padecen de alergias a los fármacos, alimentos o polen.

Las hierbas medicinales, incluso los te de plantas pueden provocar reacciones alérgicas, como ronchas, o pueden inducir síntomas de asma.

Si bien la manzanilla y otros te de hierbas pueden ser calmantes, estos productos pueden causar una reacción alérgica a quienes padecen de alergia al polen de ambrosía.

Si padece de alergia a la ambrosía, debe evitar también la equinácea. Ambas plantas están muy relacionadas. En lugar de luchar contra el resfrío, la equinácea puede provocar síntomas de alergia, lo que podría causarle una sensación de malestar aún mayor.

## Combinación de tratamientos

Incluso los productos de hierbas considerados seguros pueden ser peligrosos cuando se los mezcla con otros medicamentos (recetados o de venta libre). Si decide utilizar un suplemento dietario y tiene alergias o asma, primero analícelo con su alergista/inmunólogo. Informe a todos los profesionales de la salud sobre cualquier práctica suplementaria o alternativa que utilice. Esto ayudará a coordinar su tratamiento.

## En resumen

La expresión “medicina alternativa” se refiere a aquello que se usa en lugar de tratamientos médicos convencionales. La medicina complementaria se usa junto con tratamientos más tradicionales.

## ¿LO SABÍA?

- Informe a su alergista/inmunólogo si está usando alguna terapia MCA, ya que pueden tener algún efecto sobre los tratamientos recetados.
- Los remedios herbales y los ejercicios de respiración profunda son las MCA usados con más frecuencia.
- Los motivos más frecuentes por los que las personas usan MCA son el dolor de espalda, dolor de cuello, dolor de las articulaciones, y depresión o ansiedad.



American Academy of  
Allergy Asthma  
& Immunology  
[www.aaaai.org](http://www.aaaai.org)

Su fuente para más información o para encontrar un alergista/inmunólogo.