

+ Información para pacientes en tratamiento con litio+

Alcance: Pacientes que se encuentran en tratamiento con litio.

Qué es el litio:

El litio, en su forma habitual (Carbonato de litio) es el fármaco de elección en el tratamiento de las fases agudas y en la prevención de recaídas de la mayoría de los cuadros clínicos en el Trastorno Afectivo Bipolar y en algunos trastornos afectivos, dada su eficacia y efectividad. El litio pertenece al grupo de los fármacos conocidos como estabilizadores del ánimo.

Para lograr la máxima eficacia con el menor riesgo de efectos secundarios requiere una utilización correcta. Para ello, se debe de tomar de una forma continua y regular, cumpliendo diariamente con la dosis recomendada por su psiquiatra. La toma irregular del tratamiento, aumenta el riesgo de recaídas y el riesgo de intoxicación.

Otros usos de este medicamento:

El litio también se usa a veces para tratar la depresión, esquizofrenia, trastornos del control de los impulsos y ciertas enfermedades mentales en los niños. Este medicamento puede recetarse para otros usos; consulte a su médico o farmacéutico para obtener más información.

Adaptar las tomas de medicación:

Comente a su médico la forma más cómoda de tomar la medicación.

Por ejemplo: si come fuera de casa, puede ser mejor tomar las pastillas cada 12 horas con desayuno y cena. Debe tomar siempre las cantidades indicadas. Menos cantidad de la indicada puede no hacerle efecto y más puede ser tóxica.

Asegúrese de tener pastillas suficientes y no deje para última hora el ir a comprarlas.

Análisis de Litio en sangre. Litemia:

Con el litio es posible conocer la concentración exacta que hay en el organismo. Esto favorece ajustar con gran precisión la cantidad necesaria para cada persona. La forma más fiable es a través de un análisis de sangre denominado LITEMIA.

Generalmente cuando la concentración es de 0,6 y 1,2 mEq/l se dice que está en “niveles terapéuticos”. La frecuencia de esta analítica la establece el médico.

Antes del análisis asegúrese:

- Haber tomado regularmente el litio y llevar con la misma dosis al menos 5 días.
- Que la muestra de sangre se saque transcurridas aproximadamente 12 horas, desde la última toma de pastilla.
- Si el análisis se hace antes, los resultados probablemente superarán los 1.2 mEq/l y llevarán a confusión. Por tanto:
 - Se deberá tomar la medicación de la noche anterior 12 horas antes.
 - Por ejemplo: si el análisis es a las 8:30h., las últimas pastillas se tomarán a las 20:30h. de la noche anterior.
- Podrán desayunar, solo es necesario ir en ayunas, si se han pedido otros análisis complementarios.
- No tome el litio de esa mañana hasta después del análisis.
- Apunte la hora en que tomó la medicación la noche anterior y la hora a la que le sacaron la sangre para comunicárselo a su médico en la próxima visita.

El litio ayuda a controlar los síntomas maníacos, pero puede tardar entre 1-3 semanas en notar sus efectos. Aunque los síntomas desaparezcan y se sienta bien, debe seguir tomando litio. No deje de tomar litio sin consultar a su médico.

¿Cuáles son las precauciones especiales que debo seguir?

El litio puede tomarse con la mayoría de las medicinas, pero no con todas. El mejor consejo es comentar con todos los profesionales médicos que le atiendan que está tomando esta medicación.

Cuidado con los siguientes fármacos porque pueden alterar los niveles de litio:

- Antiinflamatorios no esteroideos: ibuprofeno, naproxeno, indometacina.
- Diuréticos, medicamentos que aumentan la diuresis.
- Ante la indicación por su médico de que debe de tomar antibióticos y antihipertensivos, recuérdese su tratamiento con litio.
- Laxantes: plantaben®, cenat®.

No interactúan con la absorción el litio:

- Paracetamol, aspirina®, adiro® y sulindac.

Antes de tomar litio:

- Informe a su médico y farmacéutico si es alérgico al litio o a otros medicamentos.
- Informe a su médico y farmacéutico qué medicamentos (con y sin receta), vitaminas, suplementos nutricionales y productos de herbolario está tomando o tiene previsto tomar.
- También informe a su médico si tiene o desarrolla diarrea intensa, sudoración excesiva o fiebre durante su tratamiento. Es posible que su médico le indique que no tome litio o que lo vigile con más cuidado para detectar efectos secundarios.
- Informe a su médico si está embarazada, planea quedar embarazada o si está amamantando. Si se queda embarazada mientras toma litio, llame a su médico. El litio puede dañar al feto.
- Si va a someterse a una cirugía, incluida una cirugía dental, informe al médico o al dentista que está tomando litio.
- Debe saber que este medicamento puede causar somnolencia. No conduzca ni opere maquinaria hasta que sepa cómo le afecta este medicamento.

¿Qué instrucciones dietéticas especiales debo seguir?

Cuidado con el agua y la sal.

El litio se elimina por el riñón, por lo que su eliminación puede verse afectada por los déficit de agua y sal.

- Coma con la cantidad habitual de sal, no es necesario ni aumentarla ni disminuirla, nunca deje de tomarla sin consultarlo. Si el cuerpo pierde sal, los riñones eliminarán el litio más lentamente y se acumulará en el cuerpo.
- Beba todo el agua que necesite 2- 3 litros diarios.
- Cuidado con el exceso de sudor, deberá beber más (están prohibidas las saunas).
- Evite la cafeína, ya que hace perder agua y puede empeorar el temblor.
- Cuidado con diuréticos, aumentan la diuresis. Algunos están contraindicados si se toma litio.
- Cuidado con vómitos y diarreas. Puede ser causa de deshidratación y contribuir a la intoxicación por sales de litio.

¿Qué debo hacer si olvido una dosis?

Si se olvida de tomar alguna dosis, tómela dentro de las tres horas siguientes de la toma habitual, sino espere a la siguiente toma. Nunca doble las dosis para recuperar la toma olvidada o perdida.

¿Qué efectos secundarios puede causar este medicamento?

El litio puede causar efectos secundarios. Algunos efectos secundarios como las náuseas, heces blandas, cansancio, pueden aparecer al inicio del tratamiento y suelen desaparecer en pocos días. En concentraciones altas, el litio puede llegar a ser tóxico. Es importante que aprenda a conocer las situaciones de alarma.

Informe a su médico si alguno de estos síntomas es grave o no desaparece:

- Diarrea persistente.
- Debilidad generalizada.
- Vómitos y náuseas intensas.
- Mareos y/o vértigos.
- Temblor grosero de manos o piernas.
- Dificultad para andar. Calambres musculares frecuentes.

- Hablar farfullante.
- Visión borrosa.
- Inestabilidad en la marcha.

Todos estos síntomas pueden darse en otras situaciones pero también se relacionan con niveles altos de litio en sangre es por ello importante conocerlos.

El litio puede causar otros efectos secundarios. Llame a su médico si experimenta algún síntoma inusual mientras toma este medicamento.

En caso de sobredosis pueden aparecer los siguientes síntomas:

- Diarrea.
- Vómitos.
- Somnolencia.
- Debilidad muscular.
- Pérdida de coordinación.
- Mareo.
- Visión borrosa.
- Zumbido en los oídos.
- Micción frecuente.

Si sospecha una sobredosis de litio, deberá acudir de forma inmediata a urgencias.

Otros consejos y aclaraciones:

- Guarde las pastillas en lugar seco y resguardadas del sol.
- El litio no crea adicción.
- No pierde efectos por tratamientos prolongados.
- El ejercicio es saludable y evita el aumento de peso. Si se hace habitualmente puede programarse para que la toma de las pastillas no coincida justo antes de un esfuerzo intenso.
- Ante cualquier enfermedad, operación quirúrgica..., advierta que está en tratamiento con litio.
- Nunca modifique las dosis sin previa consulta.
- Se aconseja no consumir productos de herbolario, dado que algunos no siempre están bien estudiados y pueden provocar incompatibilidad con el litio.
- Si es usted mujer, no debe quedarse embarazada tomando litio, por lo que debe seguir un método anticonceptivo seguro. Si se quiere quedar embarazada consulte con su psiquiatra antes de tomar la decisión.