

Efectos secundarios de la isoniazida cuando se toma con alimentos que contienen tiramina

La isoniazida (INH, por sus siglas en inglés) es un medicamento que se utiliza para tratar la tuberculosis. Debe saber qué alimentos pueden provocarle efectos secundarios mientras toma este medicamento y evitarlos. Los alimentos que contienen tiramina pueden interactuar con la INH y, en raras ocasiones, la reacción puede confundirse con una reacción alérgica.

La reacción a la tiramina puede incluir:

- Enrojecimiento
- Ritmo cardíaco rápido
- Escalofríos
- Dolor de cabeza
- Náuseas y vómitos
- Diarrea
- Sensación de ardor
- Sudoración
- Dificultad para respirar

Debe consumir estos alimentos con precaución y en pequeñas cantidades. Si un alimento en particular le causa problemas, tome INH una hora antes o dos horas después de consumirlo, o evítelo por completo.

Algunos ejemplos de alimentos que contienen tiramina son:

- Quesos fuertes o curados como el cheddar curado, el parmesano, el suizo, el azul, el Boursault, el Brie y el Gruyere.
- Otros productos lácteos como la crema agria (sour cream), el yogur y el suero de leche (buttermilk).
- Carnes curadas o procesadas, como salchichas (incluidas summer sausage), pepperoni y salami.
- Cualquier carne, ave, pescado o hígado de animal en mal estado o mal almacenado.
- Frutas demasiado maduras o en mal estado.
- Frutos secos como pasas, albaricoques, ciruelas e higos.
- Alimentos encurtidos o fermentados, como la col fermentada (sauerkraut), kimchi, caviar, tofu o pepinillos.
- La mayoría de los productos derivados de la soja, como la salsa de soja, la sopa de miso y el tofu.
- Guisantes, frijoles anchos (habas) y sus vainas.
- Extractos de levadura como Marmite, levadura de cerveza o pan de masa fermentada o masa madre (sourdough).
- Ginseng
- Chocolate
- Cafeína (café, té, cola, etc.)
- Cerveza (con y sin alcohol), vino tinto (especialmente Chianti), jerez, vermut y otros licores destilados

Mientras toma INH, debe procurar comer sólo alimentos frescos y no consumir sobras ni alimentos caducados.