

Tums: usos, beneficios, posibles efectos secundarios y más

Todo lo que debes saber sobre el antiácido Tums



El antiácido Tums se usa para aliviar la acidez estomacal, la indigestión ácida, el gas y el malestar estomacal. ¿Cuándo debe tomar este medicamento, cómo debe usarse, cuáles son algunos efectos secundarios y cuándo pueden sus síntomas sugerir que algo más grave está sucediendo?

Beneficios

El tums se puede usar para proporcionar un alivio menor de la acidez estomacal, indigestión y gases. Algunas personas también usan esta preparación como un suplemento de calcio para reducir el riesgo de osteoporosis.

¿Cómo funciona?

Diferentes antiácidos funcionan de diferentes maneras. El ingrediente activo de carbonato de calcio en Tums, actúa para debilitar el ácido en el estómago. El carbonato de calcio tiende a ser más fuerte y funciona un poco más tiempo que algunos productos antiácidos. También, el carbonato de calcio puede aumentar la motilidad (movimiento) en el esófago disminuyendo la

Foromed

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

exposición al ácido.

Otros antiácidos tienen diferentes acciones. Por ejemplo, el [Gaviscon](#) también contiene ácido algínico, que proporciona una barrera protectora que evita que el ácido se mueva de vuelta al esófago.

Detalles del producto

- **Tums Regular**

Sabores: fruta surtida, menta

Ingredientes activos: carbonato de calcio USP (500 mg) (antiácido).

- **Tums Extra Strength, sin azúcar**

Sabores: crema de naranja

Ingredientes activos: (por tableta): carbonato de calcio USP 750mg (antiácido)

Tums Smooth Dissolve

Sabores: frutas variadas, frutas tropicales, menta, batidos tropicales

- **Tums E-X (Fuerza extra)**

Sabores: frutas surtidas, bayas, frutas tropicales, gaulteria

Ingredientes activos: por tableta: carbonato de calcio (750 mg)

- **Tums Ultra (máxima resistencia)**

Sabores: Bayas surtidas, frutas tropicales variadas, menta verde

Ingredientes activos: carbonato de calcio USP (antiácido 1000mg)

- **Tums Dual Action**

Sabores: Berry, Menta

Ingredientes activos (en cada tableta masticable): Famotidina 10mg (reductor de ácido), carbonato de calcio 800mg (antiácido), hidróxido de magnesio 165mg (antiácido)

¿Cómo debe usarse?

El Tums viene en forma de tableta, tableta masticable, cápsula y líquido para tomar por vía oral. Por lo general, se toma tres o cuatro veces al día. Siga cuidadosamente las instrucciones de su receta o etiqueta del paquete y solicite a su médico o farmacéutico que le explique cualquier parte que no comprenda.

Tome Tums exactamente como se lo indiquen. No tome más o tómelo con más frecuencia de lo recetado por su médico. Cuando use este medicamento como suplemento dietético, tómelo con alimentos o después de las comidas.

Las tabletas masticables se deben masticar a fondo antes de tragarlas; no tragarlos enteros. Beba un vaso lleno de agua después de tomar las tabletas o cápsulas regulares o masticables. Algunas formas líquidas de carbonato de calcio deben agitarse bien antes de su uso.

No tome Tums como antiácido durante más de 2 semanas sin consultar primero con su médico.

Precauciones

Informe a su médico y farmacéutico si es alérgico al carbonato de calcio u otras drogas.

Informe a su médico y farmacéutico qué medicamentos con y sin receta está tomando. También es importante enumerar los suplementos nutricionales o las preparaciones de hierbas que está tomando. Su médico podrá decirle si puede tomar antiácidos con estos medicamentos y, de ser así, si puede hacerlo al mismo tiempo o tomarlos en otro momento. A menudo se recomienda que las personas tomen un antiácido al menos 2 horas antes de tomar otros medicamentos, pero esto puede variar.

Informe a su médico si tiene o alguna vez ha tenido una enfermedad renal o condiciones estomacales.

Informe a su médico si está embarazada, planea quedar embarazada o si está amamantando. Si queda embarazada mientras toma carbonato de calcio, llame a su médico.

Hay varios productos que contienen carbonato de calcio que pueden estar presentes en diferentes marcas y medicamentos genéricos. Siempre revise los ingredientes en el paquete para asegurarse de no doblar la medicación.

Posibles efectos secundarios

Aunque los efectos secundarios de Tums no son comunes, pueden ocurrir. Informe a su médico si alguno de estos síntomas es grave o no desaparece:

- Dolor de estómago
- Náuseas y / o vómitos
- Eructos
- Diarrea o [estreñimiento](#)
- Boca seca
- Aumento de la micción
- Pérdida de apetito
- Sabor metálico

Precaución de uso temporal

Finalmente, tenga en cuenta que los antiácidos son un medio de alivio temporal. El prospecto indica que, no se puede usar con estos medicamentos durante un período de tiempo prolongado, porque se debe hacer pruebas o tratamientos adicionales si es necesario deshacerse de un antiácido. Estos medicamentos no tienen un efecto perdurable y desaparecen rápidamente. Si padece síntomas de ERGE (Enfermedad por reflujo gastroesfágico), es muy buena idea reunirse con su médico y considerar medicamentos alternativos, como inhibidores de la bomba de protones.

Factores en el estilo de vida

Es fácil olvidar que existen formas (sin la necesidad de medicamentos) para ayudar a tratar la acidez estomacal y la indigestión cuando hay tantas preparaciones de alivio disponibles. Sin embargo, es una buena idea considerar esto, especialmente si sus síntomas son recurrentes. Después de todo, la acidez estomacal es una de las formas en que nuestros cuerpos nos dejan saber que algo no está bien. Incluso si el Tums está aliviando sus síntomas, tómese un momento para considerar cómo los factores de estilo de vida pueden reducir su riesgo de acidez e indigestión.

- No se acueste inmediatamente después de comer: comer tarde puede aumentar su riesgo de acidez estomacal, pero también está relacionado con un mayor riesgo de desarrollar cáncer de seno.
- Evite la cafeína, especialmente por la noche.
- Limite su consumo de alcohol.
- No fume: la acidez estomacal es solo una condición causada por fumar.
- Coma comidas más pequeñas y más frecuentes.
- Minimice los alimentos picantes y grasos si los encuentra molestos.

Referencias:

Biblioteca Nacional de Medicina de EE. UU. Medline Plus. Carbonato de calcio. Actualizado 15/05/15. <https://medlineplus.gov/druginfo/meds/a601032.html>

Foromed

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

Sharon Gillson - Very Well