



Eres único, tu medicamento también

ADEMETHIONINA (SAMe)

Principales Usos Recomendados

- Depresión
- Osteoartritis

Otros Usos Recomendados

- Hepatitis Viral Crónica
- Cirrosis
- Otras Formas de Enfermedad Hepática
- Fibromialgia
- Mal de Parkinson

S-adenosilmetionina es una palabra difícil de pronunciar; la abreviación SAME (pronunciado "Sam-i") es más fácil de decir. Su estructura química y nombre son derivados de dos materiales de los que usted ya puede haber oído: La metionina, un aminoácido que contiene sulfurosas; y el trifosfato de adenosina (ATP, por sus siglas en inglés), la principal molécula de energía del cuerpo. La SAME fue descubierta en Italia en 1952. Primero fue investigada como un tratamiento para la depresión, pero a lo largo del camino fue notado de manera accidental que mejoraba los síntomas de la artritis - una clase de "efecto secundario" positivo. La SAME está actualmente clasificada con la glucosamina y la condroitina como un agente potencial "condoprotector", uno que puede ir más allá de tratar los síntomas que de hecho hacen más lenta la progresión de la artritis. Sin embargo, esta emocionante posibilidad aún no ha sido probada.

Fuentes

El cuerpo fabrica toda la SAME que éste necesita, así que no hay requerimientos alimenticios. Sin embargo, las deficiencias en la metionina, folato o vitamina B 12 pueden reducir los niveles de la SAME. La SAME no es encontrada en cantidades apreciables en los alimentos, así que debe ser tomada como un suplemento. Ha sido sugerido que el suplemento TMG puede de manera indirecta incrementar los niveles de SAME y proporcionar beneficios similares, pero este efecto no ha sido probado.

Dosis Terapéuticas

Una dosis típica completa de SAME es de 400mg tomados de 3 a 4 veces por día. Si esta dosis funciona, tomar por unas pocas semanas y entonces tratar de reducir la dosis. Tan poco como 200mg diariamente pueden bastar para mantener sintiendo mejora una vez que la dosis completa ha "atravesado" los síntomas.

Sin embargo, algunas personas desarrollan dolor estomacal leve si éstas empiezan con la dosis completa de SAME enseguida. Para evitar esto, usted puede empezar con poco y desarrollar la dosis completa de forma gradual.

Usos Terapéuticos

- ° Una cantidad substancial de evidencia sugiere que la SAME puede ser un tratamiento efectivo para la osteoartritis , el tipo de artritis "por desgaste" que muchas personas desarrollan cuando envejecen.
- ° Alguna evidencia sugiere que la SAME puede ser útil para la depresión.
- ° Este suplemento también ha mostrado alguna promesa para una variedad de enfermedades hepáticas tales como cirrosis, hepatitis viral crónica, ictericia relacionada con el embarazo, el síndrome de Gilbert.
- ° La SAME puede ayudar con un padecimiento muscular doloroso conocido como fibromialgia.
- ° La SAME se ha sometido a alguna investigación como un probable tratamiento de apoyo para la mal de Parkinson. Un estudio sugiere que esto puede reducir la depresión que es tan comúnmente asociada con la enfermedad. Además, el medicamento levodopa , usado para la enfermedad de Parkinson, reduce la SAME del cuerpo. Esto sugiere que tomar SAME extra puede ser útil. Sin embargo, también es posible que la SAME pueda interferir con el efecto de la levodopa, requiriendo un incremento en la dosis.
- ° Evidencia preliminar sugiere altamente que la SAME puede proteger el estómago contra el daño causado por el alcohol.

¿Cuál Es la Evidencia Científica para la SAME (S-Adenosilmetionina)?

Osteoartritis

Un cuerpo sustancial de evidencia científica apoya el uso de la SAME en el tratamiento de la osteoartritis . Los estudios de doble ciego que involucran un total de más de mil participantes sugieren que la SAME es casi tan efectiva como los medicamentos antiinflamatorios estándar. Además, la evidencia en animales sugiere que la SAME puede ayudar a proteger el cartílago de que sea dañado. Por ejemplo, un estudio italiano doble ciego controlado por placebo siguió a 732 personas que tomaban SAME, naproxeno (un medicamento antiinflamatorio estándar) o placebo. Después de 4 semanas, los participantes que tomaban SAME o naproxeno mostraron casi el mismo nivel de beneficio cuando se comparaban con aquellos en el grupo del placebo.

Otro estudio de doble ciego comparó al SAME con el medicamento antiinflamatorio piroxicam. Un total de 45 individuos fueron seguidos por 84 días. Los dos tratamientos probaron ser igualmente efectivos. Sin embargo, los individuos tratados con la SAME mantuvieron su mejora mucho tiempo después de que el tratamiento se detuvo, mientras que aquellos con el piroxicam rápidamente empezaron a sentir dolor de nuevo. Resultados similares de larga duración han sido vistos con la glucosamina y el condroitina. Este patrón de respuestas sugiere que estos tratamientos de alguna manera tienen un impacto más profundo en la osteoartritis y simplemente alivian los síntomas. Sin Calle: Viveros de Asís No. 92; Col. Viveros de la Loma; C.P. 54080; Tlalnepantla de Baz; Estado de México. Teléfono: (52-55) 2628-3669; 5365-9724; 2628-1522; 5384-2987; 5384-2985; 4437-1798; 4437-1797 Email: clientes@hervanario.com.mx www.hervanario.com.mx embargo, mientras se tiene evidencia directa de que la glucosamina y la condroitina pueden hacer más lento el progreso de la osteoartritis, la evidencia en relación con la SAME es más hipotética. En otros estudios doble ciego, la SAME oral ha mostrado beneficios equivalentes a varias dosis de indometacina, ibuprofeno y naproxeno.

Depresión

Varios estudios dobles ciego, controlados por placebo han encontrado a la SAME efectiva para aliviar la depresión, pero la mayoría fueron insignificantes y escasamente reportados. Además, el ensayo más reciente, un estudio doble ciego controlado por placebo de 133 paciente deprimidos, encontraron a la SAME más efectiva que el placebo. Los investigadores recurrieron a una manipulación estadística cuestionable de los datos para mostrar un beneficio.

Otros ensayos compararon a la SAME con los antidepresivos estándar en vez del placebo. El mejor de estos fue un ensayo doble ciego de 6 semanas de 281 personas con una depresión leve que compararon al SAME oral con la Imipramina. Los resultados indicaron que los dos tratamientos fueron casi igualmente efectivos. Sin embargo, la ausencia de un grupo de placebo hace a este estudio menos que completamente definitivo.

Otros estudios también han comparado los beneficios del SAME oral con aquellos de los antidepresivos tricíclicos y también han encontrado por lo general resultados equivalentes; sin embargo, otra vez, los escasos reportes y las insuficiencias del diseño del estudio (tales como un intervalo de tratamiento demasiado limitado) estropean la importancia de los resultados reportados.

Enfermedad Hepática

La SAME ha mostrado promesas para varias formas de enfermedad hepática, incluyendo cirrosis, hepatitis viral crónica, ictericia relacionada con el embarazo, el síndrome de Gilbert y la toxicidad del hígado causada por anticonceptivos orales. De todos estos padecimientos, la mejor evidencia es en relación con el SAME para el tratamiento de la colestasis (retroceso de la bilis en el hígado) causada por una seria enfermedad hepática como la hepatitis viral crónica. En un estudio doble ciego de 2 semanas de 220 individuos con colestasis, el uso de la SAME (1,600mg al día) mejoró significativamente los síntomas relacionados con el hígado al compararlo con el placebo.

Fibromialgia

Cuatro estudios doble ciego han estudiado el uso de la SAME para la fibromialgia, tres de ellos la encontraron de utilidad. Desafortunadamente, la mayoría de estos estudios usaron al SAME aplicado ya sea de manera intravenosa o como una inyección dentro de los músculos, algunas veces en combinación con dosis orales. Cuando usted se inyecta un medicamento, los efectos pueden ser bastante diferentes que cuando los toma oralmente. Por esa razón, estos estudios son de relevancia cuestionable. No obstante, el estudio doble ciego que usó sólo el SAME oral encontró resultados positivos. En este ensayo, 44 personas con fibromialgia tomaron 800mg de SAME o placebo por 6 semanas. Comparados con el grupo que tomó el placebo, aquellos que tomaron Calle: Viveros de Asís No. 92; Col. Viveros de la Loma; C.P. 54080; Tlalnepantla de Baz; Estado de México. Teléfono: (52-55) 2628-3669; 5365-9724; 2628-1522; 5384-2987; 5384-2985; 4437-1798; 4437-1797 Email: clientes@hervanario.com.mx www.hervanario.com.mx la SAME tuvieron mejoras en la actividad de la enfermedad, dolor al descansar, fatiga y rigidez en la mañana y en una medida del estado de ánimo. En otros aspectos, tales como la cantidad de susceptibilidad en sus puntos sensibles, el grupo que tomó la SAME mejoró con respecto a aquellos que tomaron el placebo. No está claro si la SAME esté ayudando a la fibromialgia a través de sus efectos antidepresivos o por algún otro mecanismo.

Enfermedad de Parkinson

La evidencia sugiere que la levodopa (el medicamento usado para tratar el mal de Parkinson) puede reducir los niveles cerebrales de la SAME. Esta reducción puede contribuir a los efectos secundarios del tratamiento con levodopa, así como a la depresión algunas veces vista en el mal de Parkinson. Un estudio descubrió que la SAME tomada oralmente alivia la depresión sin cambiar la efectividad de la levodopa. Sin embargo, también es posible que con el tiempo de consumir SAME extra se pueda interferir con la efectividad de la levodopa (vea Cuestiones de Seguridad).

Cuestiones de Seguridad

La SAME parece ser bastante segura, de acuerdo con estudios tanto en humanos como en animales. El efecto secundario más común es un leve malestar digestivo. Sin embargo, la SAME de hecho no parece dañar el estómago. Como otras sustancias con actividad antidepresiva, la SAME puede detonar un episodio maniaco en aquellos con enfermedad bipolar (enfermedad maníaco-depresiva). La seguridad en los niños pequeños, en las mujeres embarazadas o lactantes, o en aquellos con trastornos severos hepáticos y renales no se ha establecido. La SAME puede interferir con la acción del medicamento levodopa para el mal de Parkinson. Además, también puede haber riesgos involucrados en la combinación de la SAME con antidepresivos estándar. Por esta razón, no se debe intentar ninguna combinación excepto bajo supervisión médica.

Interacciones

Antidepresivos estándares, incluyendo Inhibidores MAO, SSRI y tricíclicos: No tomar la SAME excepto por consejo de un médico. Levodopa para el mal de Parkinson: La SAME puede ayudar a aliviar los efectos secundarios de este medicamento, esto también puede reducir su efectividad con el tiempo.

Referencias bibliográficas

1. di Padova C. S-adenosylmethionine in the treatment of osteoarthritis. Review of the clinical studies. Am J Med . 1987;83(5A):60 - 65.
2. Bressa GM. S-adenosyl-l-methionine (SAME) as antidepressant: Metaanalysis of clinical studies. Acta Neurol Scand Suppl . 1994;154:7 - 14.
3. Mato JM, Camara J, Fernandez de Paz J, et al. S-adenosylmethionine in alcoholic cirrhosis: a randomized, placebo-controlled, double-blind, multicenter clinical trial. J Hepatol. 1999;30:1081 - 1089.
4. Bombardieri G, Milani A, Bernardi L, et al. Effects of S-adenosylmethionine (SAME) in the treatment of Gilbert's syndrome. Curr Ther Res. 1985;37:580 - 585.
5. Frezza M, Surrenti C, Manzillo G, et al. Oral S-adenosylmethionine in the symptomatic treatment of intrahepatic cholestasis. A double-blind, placebo-controlled study. Gastroenterology . 1990;99:211 - 215.

Esta información se basa en referencias científicas y fue desarrollada por el Departamento Técnico.

Toda la información contenida en este material ha sido investigada en literatura específica y debe ser revisada por el médico antes de su adopción en la clínica.



medicmag.com.mx



+52 1 442 679 8744



contacto@medicmag.com.mx

Av. 5 de febrero 505 local No.3, la capilla, Santiago de Querétaro, Querétaro C.P. 76170