

BIENVENIDO AL

PLANETA PankReas

(pancreatina)

La guía para tomar enzimas pancreáticas

Las enzimas pancreáticas están indicadas para el tratamiento de insuficiencia pancreática exocrina debida a fibrosis quística, pancreatitis crónica, pancreatoclectomía u otras afecciones.



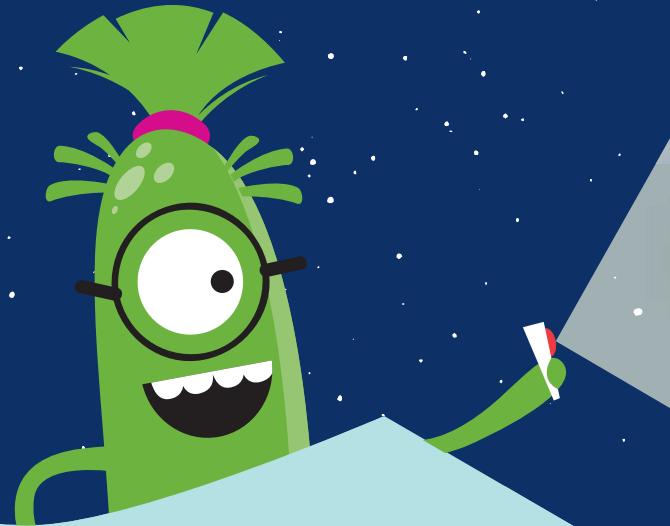
 Mylan

Better Health
for a Better World

Un curso intensivo sobre el planeta Pankreas

Dentro de este libro encontrarás un montón de material interesante sobre las enzimas pancreáticas: cómo tomarlas, cuándo tomarlas y por qué no tienes que preocuparte.

También descubrirás un poco del Planeta Pankreas y los residentes del planeta, los pankreonianos, que están aquí para compartir sus conocimientos sobre enzimas pancreáticas. Conozcámoslos.



Amnesio

El más olvidadizo de todos los pankreonianos, ha desarrollado varias habilidades para ayudarle a recordar cosas.



Quantos

Esta pequeña tribu de pankreonianos contiene diferentes cantidades de las enzimas que están dentro de tu medicamento. En diferentes momentos, probablemente quedes con algunos Quantos.



Rekky

Rekky es un poco tiquismiquis. Le encanta tomar notas sobre todo lo que hace. Probablemente esté escribiendo una nota por aparecer en este libro.



Robustia

Robustia, uno de los pankreonianos más sanos, siempre se asegura de estar tomando la cantidad adecuada de enzimas pancreáticas para estar en las mejores condiciones.



Shelfa

La casa de Shelfa es el lugar más ordenado del planeta Pankreas. Ella lo almacena todo y nunca olvida dónde ha puesto algo.



E-Moto

Algunas personas encuentran difícil hablar sobre sus problemas, pero E-Moto no. A él le encanta. Tiene brazos extralargos para dar abrazos y oídos extra grandes para escuchar.





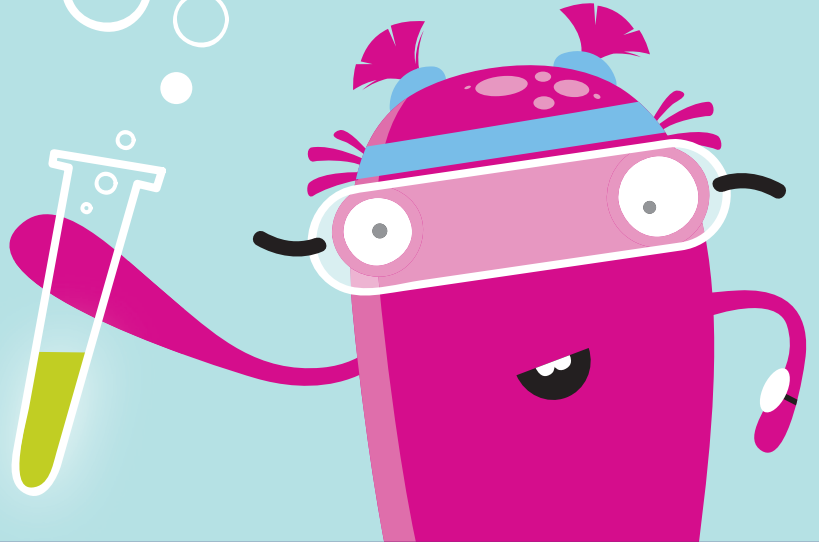
En cualquier caso, ¿qué son las enzimas pancreáticas?

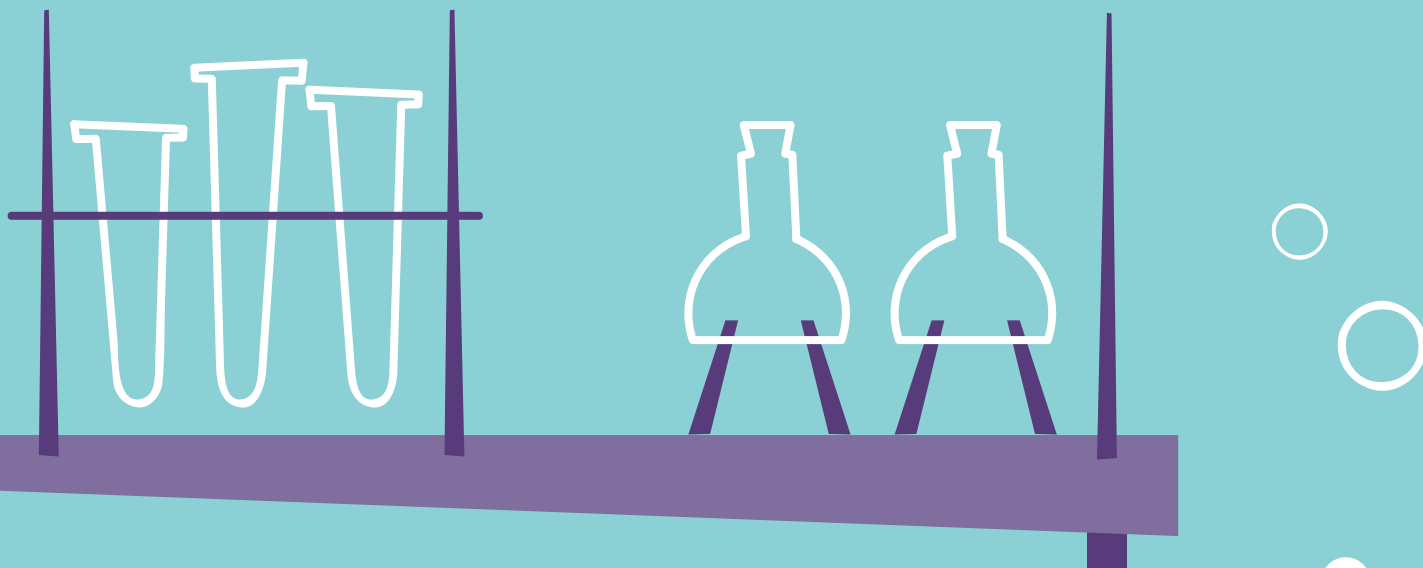
FACTOIDE: Algunas enzimas pancreáticas están compuestas por gránulos que contienen "microgastroenzimas".

Las enzimas pancreáticas son una mezcla de sustancias que ayudan a tu cuerpo a descomponer el alimento que hay dentro de ti: las lipasas descomponen las grasas, las proteasas descomponen las proteínas y las amilasas descomponen los hidratos de carbono



"Cuando tienes fibrosis quística a veces puede que tu barriguita deje de funcionar correctamente y podría necesitar ayuda para hacer su trabajo. ¡Mira la página siguiente para saber más!"





¿Por qué debo tomarlo?

El páncreas (pán-cre-as) es una glándula de tu cuerpo que se encuentra justo debajo del estómago. Las glándulas son órganos importantes, como el corazón o los pulmones.

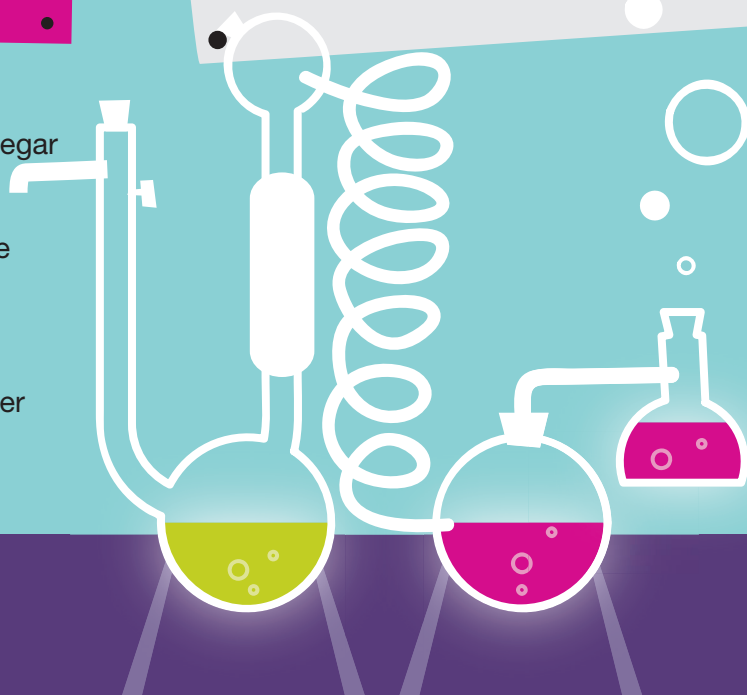
Todos los animales con una columna vertebral (tigres, flamencos e incluso ballenas) tienen páncreas.

El páncreas fabrica sustancias llamadas enzimas, que ayudan a tu cuerpo a descomponer la comida para darte la energía y los nutrientes que necesitas para crecer.

- **FACTOIDE:** Algunas plantas carnívoras (que comen animales) también fabrican enzimas para ayudar a digerir a las desafortunadas moscas e insectos que caen dentro de sus trampas.

En algunas personas el páncreas no fabrica suficientes enzimas, o esas enzimas no pueden llegar al lugar que necesitan para hacer su trabajo. En niños como tú con fibrosis quística, hay una mucosidad gruesa en el páncreas que impide que las enzimas hagan su trabajo.

Los medicamentos con enzimas pancreáticas potencian la cantidad de enzimas de tu cuerpo que digieren tu comida, lo que te ayuda a absorber los nutrientes importantes y a reducir los gases y la caca.



¿Qué sucede si no tomo mis enzimas pancreáticas?

Si olvidas tomar tu dosis de enzimas pancreáticas, no te preocupes. Solo tienes que tomar tu número normal de enzimas pancreáticas cuando tomes un aperitivo o una comida. No tomes más para compensar las que olvidaste tomar: podrían hacerte sentir mal.

Información para los padres

Los medicamentos con enzimas pancreáticas vienen en diferentes concentraciones. Normalmente, el nombre de los medicamentos menciona la cantidad de enzimas que contiene. Normalmente, su hijo/a tomará un medicamento con 10 000, pero asegúrese de consultar la pauta posológica proporcionada por el médico.



"Me ato un nudo en uno de mis tentáculos para acordarme de tomar mi medicamento. ¿Cuál es para ti una forma divertida de acordarte?"









¿Cuántas enzimas pancreáticas y cuándo?

La cantidad de enzimas pancreáticas que debes tomar dependerá de cuánto comas y de la cantidad de grasa que tenga tu comida.

Digamos que te tomas una hamburguesa y patatas fritas con un batido para comer el lunes y pasta con tomate con zumo de manzana al día siguiente. Probablemente necesitarás tomar más enzimas pancreáticas el lunes (después de comer la hamburguesa con más grasa) que el martes. Pero no te preocupes, no tendrás que averiguarlo tú mismo, tu médico o dietista te ayudarán.

Esta tabla es para que tus padres, médicos o dietistas escriban cuántas enzimas pancreáticas debes tomar con determinadas comidas. Si comes muchas comidas diferentes, tu médico o dietista podrían preguntarte qué te gusta comer y luego escribir estas comidas en la tabla de abajo con la cantidad de enzimas pancreáticas que necesitarás.

¿Cuántas enzimas pancreáticas?	 25 000	 10 000	 5000
Comidas 			
Aperitivos 			
Alimentos grasos 			

A veces como para la cena
y debo tomar (número) de enzimas pancreáticas

Suelo comer aperitivos
y debo tomar (número) de enzimas pancreáticas

Suelo comer para el desayuno
y debo tomar (número) de enzimas pancreáticas

¿Cómo debo tomar las enzimas pancreáticas?

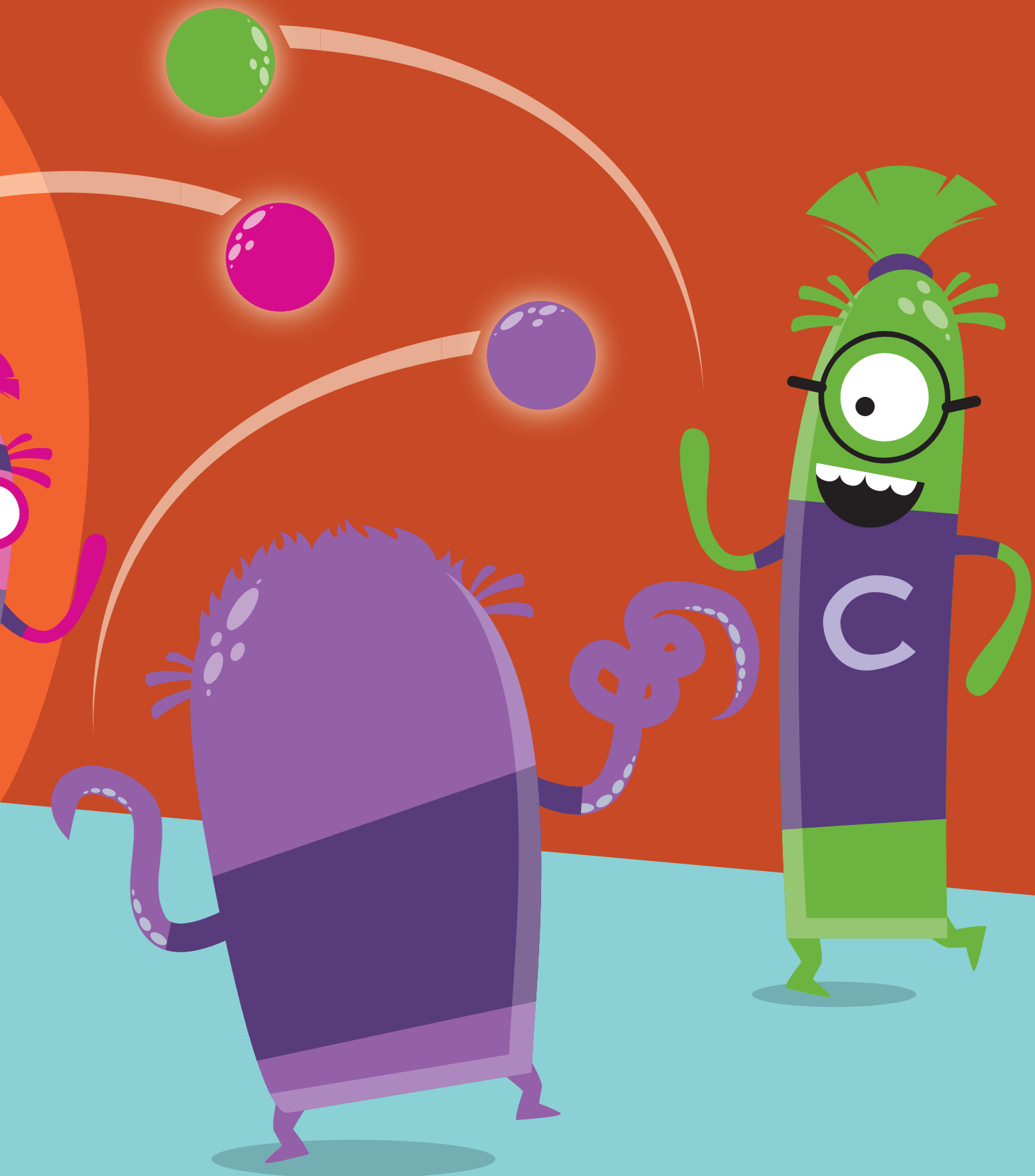
Debes tragar las enzimas pancreáticas con agua junto con la comida. Si tienes problemas para tragarlas, puedes abrir las cápsulas y espolvorearlas sobre la comida ácida como el yogur o el zumo de manzana y comértelas sin triturarlas ni masticarlas.

Tomar enzimas pancreáticas en actividades y clubs

En cumpleaños, meriendas o eventos similares, tu responsable podría guardarte algunas enzimas pancreáticas, por si hay algo para comer en tus reuniones.

Si estás participando en una actividad, es una buena idea pedir al responsable de tu grupo que te guarde las enzimas pancreáticas en un lugar seguro. También puede ayudarte a recordar tomar tus enzimas pancreáticas, ya que se te podría olvidar con toda la emoción del evento.





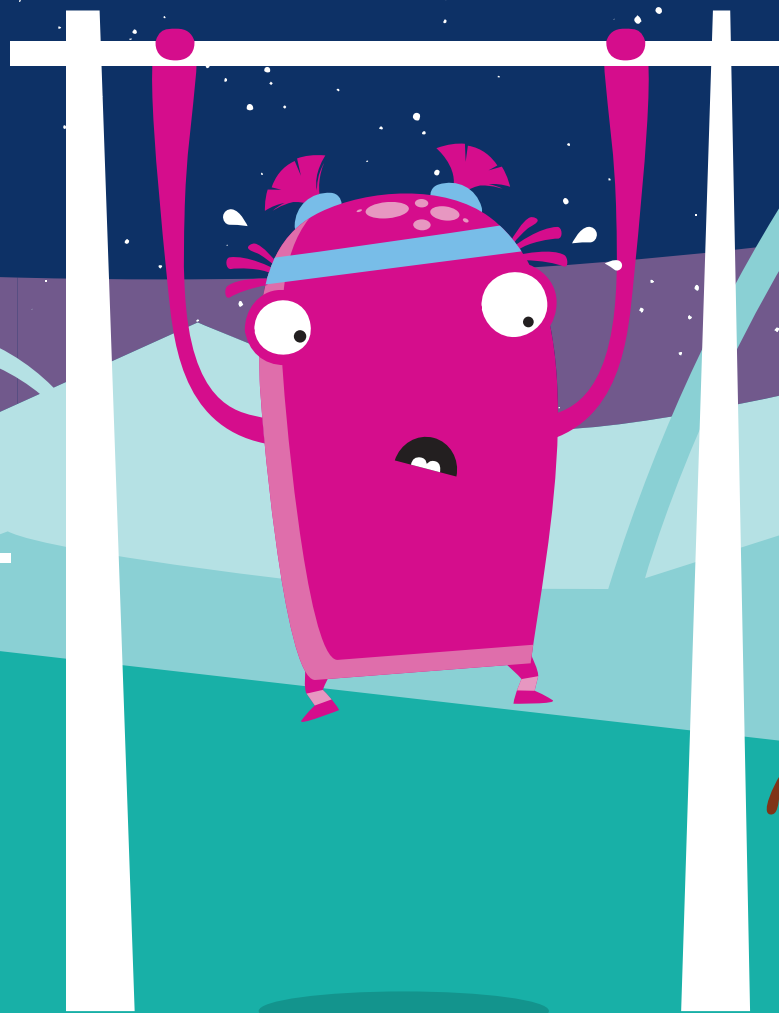
¿Qué ocurre si me siento mal después de tomar una dosis normal de enzimas pancreáticas?

No todo el mundo los tiene, pero al tomar enzimas pancreáticas podrías tener algunos efectos secundarios. Puede que tengas dolor de estómago, te sientas mal o vomites, tengas diarrea (caca líquida) o estreñimiento (que te sea difícil o no hagas caca muy a menudo). Dile a tus padres, profesor o médico si sientes alguna de estas cosas después de tomar enzimas pancreáticas. Si sientes un dolor raro en el estómago, debes decírselo inmediatamente a tus padres o profesor.

Aunque es poco probable, podrías tener una reacción alérgica. Si la tienes, debes decírselo al enfermero del colegio o a un adulto de inmediato. Los signos que debes observar son problemas para tragar o para respirar, hinchazón (en la cara, garganta, manos o pies) o un sarpullido malo (que podría ser rojo, abultado y con picor).

Consulta la cubierta de atrás para saber más información sobre las advertencias.

"Está pensado para que te sientas mejor, pero si te sientes un poco mal después de tomar las enzimas pancreáticas, asegúrate de decírselo a tus padres, profesor o al médico, y entonces podrán ayudarte a volver a sentirte mejor!"



Tomar enzimas pancreáticas en el colegio – Consejos y trucos

1. Guardar tus enzimas pancreáticas

Es una buena idea medir tus enzimas pancreáticas el día antes de ir al colegio

Es probable que haya muchos niños en el colegio que necesiten tomar medicamentos especiales y tu escuela probablemente tenga una forma especial de guardar los medicamentos cuando es necesario.

Podría ser una buena idea que tus padres, enfermero o dietista hablen con tu escuela para que sepan cómo guardar tus enzimas pancreáticas para cuando las necesites.

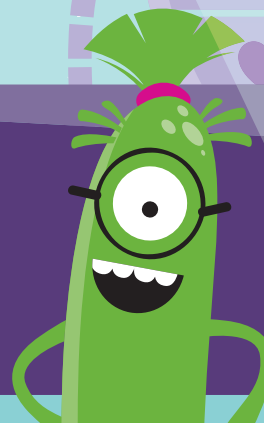
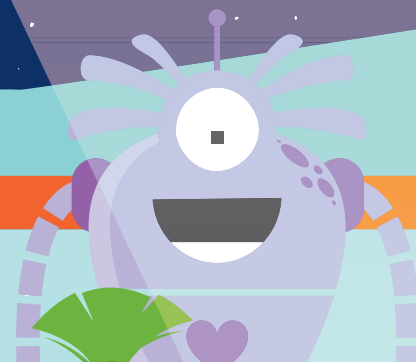
Las enzimas pancreáticas viven aquí

Quizás quieras hablar con tu profesor para ver si es posible guardar algunas de tus enzimas pancreáticas en el colegio. Así, si olvidas tu medicamento o necesitas tomar más de lo habitual, tu profesor podría darte más o tu profesor podría conocer un lugar especial para que guardes tus enzimas pancreáticas.



i Información para los padres

Lea atentamente la información del producto y hable con el médico en caso de preguntas.



i Información para los padres

Es una buena idea hablar con el profesor y el colegio de su hijo sobre sus enzimas pancreáticas. La escuela podría tener sus propias políticas para ayudar a su hijo a tomar las enzimas pancreáticas de forma segura y cómoda mientras está en el colegio.

i Información para los padres

Si su hijo/a come en el colegio, el menú normalmente está disponible la semana anterior para que pueda dar instrucciones al colegio sobre cuántas enzimas pancreáticas debe tomar su hijo.



2. Recordar tomar tus enzimas pancreáticas

¿Dónde escribes las cosas importantes que debes recordar? Hay muchas formas de ponerte recordatorios para tomar tus enzimas pancreáticas. Piensa en algo que mires o de lo que te darías cuenta todos los días.

Tu profesor también es una buena persona para ayudarte con este tipo de cosas. Algunos profesores quizás quieran comprobar la comida que te has traído de casa y cuántas enzimas pancreáticas has traído con la comida, solo para asegurarse de que tengas la cantidad correcta.

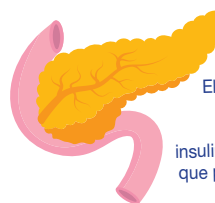
3. Ir al baño

Puedes preguntar en el colegio si te pueden dejar ir al baño cuando lo necesites. Puedes pedir una tarjeta especial para que te dejen ir al baño si lo necesitas.



i Información para los padres

Cuando su hijo empiece a tomar sus enzimas pancreáticas en el colegio, consulte si puede hacer que su profesor compruebe la fiabrera de la comida de su hijo y cuántas enzimas pancreáticas ha llevado con cada comida durante el primer par de semanas o meses.



El páncreas

El páncreas es una glándula que está debajo del estómago. Produce enzimas digestivas e insulina. Ambos son esenciales para que puedas recibir los nutrientes de los alimentos que comes.

Tus pensamientos y sentimientos

Tomar medicamentos en el colegio puede dar vergüenza, pero intenta que no te desanime. Cuando tus amigos y compañeros del colegio se acostumbren, entenderán que tomar enzimas pancreáticas solo es algo que necesitas hacer para mejorar la digestión de la comida, los gases y la caca.

Si te sientes estresado o preocupado por cualquier cosa, habla con tus padres o profesor sobre cómo te sientes.

Las enzimas pancreáticas no tienen por qué ser un secreto para tus amigos. Si te preguntan por qué necesitas tomarlas, puedes decirles que tu barriga necesita un poco de ayuda extra para deshacer lo que comes.







Comunicación de efectos secundarios

Si su hijo experimenta efectos secundarios, consulte a su médico, farmacéutico, enfermero o dietista. Incluso si se trata de posibles efectos secundarios que no aparecen en este prospecto. Mediante la comunicación de efectos secundarios puede ayudar a proporcionar más información sobre la seguridad de este medicamento.

Una pequeña advertencia de colonopatía fibrosa

Se han notificado estenosis del íleon-ciego y del intestino grueso (colonopatía fibrosante) en pacientes con fibrosis quística que toman altas dosis de preparados de pancreatina. Como precaución, se deben evaluar médicamente los síntomas abdominales inusuales o los cambios en los síntomas abdominales para excluir la posibilidad de colonopatía fibrosante, en concreto si el paciente está tomando más de 10000 unidades de lipasa/kg/día.