



PLANIFICADOR DE COMIDAS

Guía para tomar PROMACTA

Representación de paciente

Consulte la Información de seguridad importante en todo el documento y haga [clic aquí](#) para obtener información completa sobre la receta médica, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento.

 **PROMACTA**[®]
(eltrombopag)

12.5mg, 25mg, 50mg, 75mg tablets
12.5mg, 25mg oral suspension

Cómo tomar PROMACTA

A continuación, le ofrecemos algunos consejos útiles sobre cómo tomar su medicamento



En casa



En el trabajo



En cualquier lugar

Lo que se debe hacer:

- Tomar PROMACTA todos los días a la misma hora
- Tomar PROMACTA una vez a primera hora de la mañana O una vez al acostarse

Lo que no se debe hacer:

- Dividir, masticar o triturar las tabletas de PROMACTA
- Mezclar PROMACTA con alimentos o líquidos
- Tomar PROMACTA más de una vez al día, incluso si se olvida una dosis

Cosas importantes que debe saber:

- 1** PROMACTA puede tomarse sin alimentos o con alimentos bajos en calcio (≤ 50 mg)



- 2** PROMACTA debe **tomarse 2 horas antes o 4 horas después** de tomar cualquier medicamento o producto que contenga cationes polivalentes*, como antiácidos, alimentos ricos en calcio y suplementos minerales



* Ejemplos de cationes polivalentes: hierro, calcio, aluminio, magnesio, selenio y zinc.

Dosis oral conveniente que se toma una vez al día

Usos aprobados e información de seguridad importante

Usos aprobados para PROMACTA® (eltrombopag)

PROMACTA es un medicamento de venta bajo receta que se usa para tratar a adultos y niños de 1 año o más con recuentos bajos de plaquetas en la sangre debido a una trombocitopenia inmunitaria (ITP) persistente o crónica cuando otros medicamentos para tratar la ITP o la cirugía para extirpar el bazo no funcionaron del todo. PROMACTA se utiliza para intentar aumentar el recuento de plaquetas con el fin de reducir el riesgo de sangrado.

PROMACTA no se utiliza para normalizar el recuento de plaquetas.

PROMACTA está indicado para el tratamiento de determinadas personas con recuentos bajos de plaquetas causados por una ITP persistente o crónica, el virus de la hepatitis C (HCV) crónico o una anemia aplásica grave (SAA), no para una afección precancerosa denominada síndrome mielodisplásico (MDS) ni para recuentos bajos de plaquetas bajos causados por otras afecciones o enfermedades.

Se desconoce si PROMACTA es seguro y eficaz en niños con HCV crónica o SAA previamente tratada, en niños menores de un 1 con ITP o en niños menores de 2 años cuando se utiliza en combinación con la terapia inmunosupresora estándar como primer tratamiento para la SAA.

Consulte la Información de seguridad importante en todo el documento y haga [clic aquí](#) para obtener información completa sobre la receta médica, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento.

PROMACTA[®]
(eltrombopag)
12.5mg, 25mg, 50mg, 75mg tablets
12.5mg, 25mg oral suspension



Representación de paciente.



Si olvida tomar una dosis de PROMACTA, espere a tomarla a la siguiente hora programada. No tome más de 1 dosis de PROMACTA en un período de 24 horas

Información de seguridad importante de PROMACTA® (eltrombopag)

¿Cuál es la información más importante que debo saber sobre PROMACTA?

PROMACTA puede provocar efectos secundarios graves, como los siguientes:

Problemas hepáticos.

PROMACTA puede aumentar el riesgo de problemas hepáticos, que podrían ser graves y potencialmente mortales. Su proveedor de atención médica le hará análisis de sangre para comprobar su función hepática antes de que empiece a tomar PROMACTA y durante el tratamiento. Su proveedor de atención médica puede detener su tratamiento con PROMACTA si aparecen cambios en los análisis de sangre de su función hepática.

Informe de inmediato a su proveedor de atención médica si tiene alguno de estos signos y síntomas de problemas hepáticos:

- Coloración amarillenta de la piel o del blanco de los ojos (ictericia)
- Oscurecimiento inusual de la orina
- Cansancio inusual
- Dolor en el área superior derecha del estómago (abdomen)
- Confusión
- Hinchazón de la zona del estómago (abdomen)

Consulte la Información de seguridad importante en todo el documento y haga [clic aquí](#) para obtener información completa sobre la receta médica, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento.



Representación de paciente.



¡Consulte el sitio web de FoodData Central para obtener una lista completa de alimentos y suplementos!

El sitio web de FoodData Central contiene los valores nutricionales de sus alimentos y suplementos. Visite <https://fdc.nal.usda.gov>.

Información de seguridad importante de PROMACTA® (eltrombopag) (continuación)

¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de PROMACTA?

PROMACTA puede provocar efectos secundarios graves, como los siguientes:

- **Empeoramiento de una afección precancerosa de la sangre hasta convertirse en un cáncer de la sangre llamado leucemia mielógena aguda (AML).** PROMACTA no está indicado para el tratamiento de personas con una enfermedad precancerosa denominada síndrome mielodisplásico (MDS). Si tiene MDS y se le administra PROMACTA, su estado de MDS puede empeorar y volverse AML. Si el MDS empeora hasta convertirse en AML, puede fallecer antes por AML.

4 Consulte la Información de seguridad importante en todo el documento y haga [clic aquí](#) para obtener información completa sobre la receta médica, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento.

PROMACTA[®]
(eltrombopag)
12.5mg, 25mg, 50mg, 75mg tablets
12.5mg, 25mg oral suspension

PROMACTA y los alimentos

Consumir ciertos alimentos o productos demasiado cerca de su dosis puede impedir que el medicamento actúe correctamente. Algunos ejemplos incluyen los siguientes:



Lácteos

- Leche (incluidas la leche de almendras y de arroz)
- Yogur y helado de yogur
- Queso*
- Helado



Alimentos enriquecidos con calcio

- Algunos tipos de avena
- Jugo de naranja
- Cereales secos
- Pan



Vegetales de hoja verde

- Col rizada
- Espinaca



Tofu y otros derivados de la soja



Algunos tipos de marisco

- Almejas
- Trucha



Antiácidos, multivitaminas o suplementos

Pueden contener hierro, calcio, aluminio, magnesio, selenio o zinc.

* Una sola rodaja de queso americano contiene 150 mg de calcio.



¡Pongámonos a cocinar! En las siguientes páginas encontrará recetas

Información de seguridad importante de PROMACTA® (eltrombopag) (continuación)

Cuáles son los posibles efectos secundarios de PROMACTA? (continuación)

- **Recuento alto de plaquetas y mayor riesgo de coágulos sanguíneos.** Su riesgo de tener un coágulo sanguíneo aumenta si su recuento de plaquetas es demasiado alto durante el tratamiento con PROMACTA. Su riesgo de tener un coágulo sanguíneo también puede aumentar durante el tratamiento con PROMACTA si tiene un recuento de plaquetas normal o bajo. Puede tener problemas graves o fallecer a causa de algunas formas de coágulos sanguíneos, por ejemplo, coágulos que se desplacen a los pulmones o que provoquen ataques al corazón o accidentes cerebrovasculares. Su proveedor de atención médica comprobará su recuento de plaquetas en sangre y cambiará su dosis o suspenderá el tratamiento con PROMACTA si su recuento de plaquetas es demasiado alto. Informe de inmediato a su proveedor de atención médica si presenta signos y síntomas de un coágulo sanguíneo en la pierna, como hinchazón, dolor o sensibilidad.

Las personas con enfermedad hepática crónica pueden correr el riesgo de sufrir un tipo de coágulo sanguíneo en la zona del estómago. Informe de inmediato a su proveedor de atención médica si tiene dolor en la zona del estómago, ya que puede ser un síntoma de este tipo de coágulo sanguíneo.

- **Cataratas de reciente aparición o agravadas (opacidad del cristalino del ojo).** Se han producido cataratas de reciente aparición o agravadas en personas que han tomado PROMACTA. Su proveedor de atención médica le revisará los ojos antes y durante el tratamiento con PROMACTA. Informe a su proveedor de atención médica sobre cualquier cambio en su visión mientras esté tomando PROMACTA.

Consulte la Información de seguridad importante en todo el documento y haga [clic aquí](#) para obtener información completa sobre la receta médica, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento.





¿Le pica el hambre y no sabe qué preparar?

Anímese a cocinar con recetas útiles que podrá preparar en cualquier momento del día. Cada una de las siguientes sugerencias alimenticias contiene 50 mg o menos de calcio y está pensada para constituir una sola ración.

Tenga en cuenta que los recuentos de calcio de estas recetas se han calculado a partir de la cantidad exacta indicada para cada ingrediente específico. Cualquier desviación repercutirá en la cantidad de calcio de la receta y podría superar la cantidad indicada.



Avena nocturna crujiente con frutos rojos

Ingredientes

- 1/3 de taza (32.3 g) de avena de cocción rápida
- ~1/3 de onza (10 g) de semillas de calabaza (~30)
- 4 onzas (120 g) de jugo de manzana
- 1/2 taza (75 g) de fresas picadas
- 1 cucharada (7.8 g) de nueces picadas

Preparación

- 1 Remoje la avena (**16.8 mg**) y las semillas de calabaza (**5.5 mg**) en el jugo de manzana (**3.6 mg**) toda la noche en el refrigerador
- 2 Por la mañana, cubra la avena con las fresas (**12 mg**) y las nueces picadas (**5.6 mg**)

Ca **Calcio total**
43.5 mg



Desayuno de bagel de salmón ahumado

Ingredientes

- 1 bagel de trigo mediano (98 g)
- 1 cucharada sopera (14.5 g) de queso crema
- 1/4 de aguacate en rodajas
- 3 onzas (85 g) de salmón ahumado
- Opción de cubrir con 1/2 cucharada sopera (1.4 g) de cebollino o una pizca de chile en polvo

Preparación

- 1 Corte 1 bagel de trigo mediano (**19.6 mg**) por la mitad y unte con queso crema (**14.1 mg**), 1/4 de aguacate (**4.4 mg**) en rodajas y salmón ahumado (**9.4 mg**)
- 2 Opcionalmente, cubra con cebollino (**1.6 mg**) o chile en polvo (**1.1 mg**)

Ca **Calcio total**
47.5 mg (+1.1-1.6 mg de los ingredientes opcionales para cubrir)



"Panqueques" de banana y arándanos

Ingredientes

- 1 banana grande madura
- 1 huevo mediano
- 1/4 de taza (37.5 g) de arándanos
- 1/2 cucharada (10.2 g) de jarabe de arce

Preparación

- 1 Triture 1 banana grande madura (**6.8 mg**), añada 1 huevo (**24 mg**) y mézclelos
- 2 Vierta cucharadas de la mezcla en una sartén antiadherente caliente, aplánela con una espátula y cocínela durante aproximadamente 1 minuto de cada lado
- 3 Esparza arándanos (**4.5 mg**) sobre los panqueques pequeños y rocíe jarabe de arce (**10.4 mg**)

Ca **Calcio total**
45.7 mg



Pollo a la parrilla tipo Sammy

Ingredientes

- 3.5 onzas (100 g) de pechuga de pollo a la plancha
- 1 bagel de trigo mediano (98 g)
- 2 cucharadas soperas (27 g) de mayonesa
- 2 hojas de lechuga iceberg
- 3 rodajas de tomate

Preparación

- 1 Corte 1 bagel de trigo mediano (**19.6 mg**) por la mitad (tostado, si lo desea)
- 2 Unte mayonesa (**2.2 mg**) en cada mitad de bagel y ponga la pechuga de pollo (**11 mg**), la lechuga (**5.4 mg**) y el tomate (**6 mg**)

Ca **Calcio total**
44.2 mg



Tostadas de mantequilla de cacahuete con rocío de miel

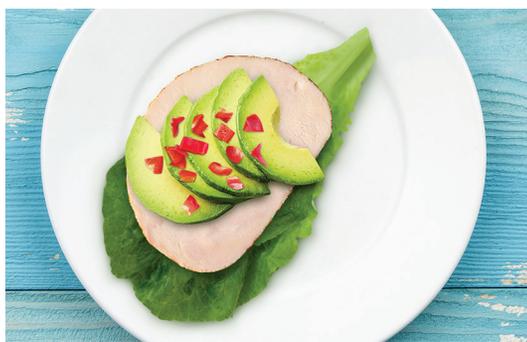
Ingredientes

- 1 rebanada de pan integral de centeno
- 2 cucharadas (32 g) de mantequilla de cacahuete
- 1 cucharada (20 g) de miel

Preparación

- 1 Tome pan (**17.7 mg**), tostado si lo desea, y unte con mantequilla de cacahuete (**15.7 mg**)
- 2 Rocíe con miel (**1.2 mg**)

Ca **Calcio total**
34.6 mg



Rol de pavo y queso de cabra

Ingredientes

- 1 hoja grande de lechuga romana
- 1 rebanada de pavo
- 2 cucharaditas (10 g) de queso de cabra desmenuzado
- 1 cucharada sopera (7.8 g) de cacahuetes tostados secos picados
- ½ pimiento morrón rojo picado
- ¼ de aguacate

Preparación

- 1 Tome lechuga (**9.2 mg**) y ponga una capa sobre una rebanada de pavo (**2.2 mg**)
- 2 Distribuya queso de cabra (**13.9 mg**) sobre la rebanada de pavo
- 3 Ponga una capa de cacahuetes (**4.6 mg**), rodajas de aguacate (**4.4 mg**) y pimiento morrón rojo picado (**7.1 mg**)

Ca **Calcio total**
41.4 mg



Pollo tex-mex con maíz y arroz

Ingredientes

- ~6 onzas de pechuga de pollo (174 g)
- ½ de cucharadita (0.4 g) de comino molido
- ½ cucharadita (0.4 g) de coriandro molido
- ½ cucharadita (1.4 g) de chile en polvo
- ¾ de cucharada sopera (10.2 g) de aceite vegetal
- 1 mazorca de maíz
- ½ taza (97.5 g) de arroz integral cocido
- Sal y pimienta

Preparación

- 1 Cubra la pechuga de pollo (**10.4 mg**) con la mezcla de comino (**2.5 mg**), coriandro (**0.4 mg**), chile en polvo (**4.5 mg**), aceite vegetal (**0 mg**) y una pizca de sal y pimienta (**1.4 mg**), y luego colóquela en la bandeja de asar
- 2 Tome la mazorca de maíz limpia (**2.9 mg**) y envuélvala en papel de aluminio
- 3 Ase el pollo y el maíz en un horno precalentado a 375°F durante 30 minutos
- 4 Sirva con el arroz integral (**9.8 mg**)

Ca Calcio total
32.5 mg



Salmón a la miel y la lima con salsa de mango

Ingredientes

- 6 onzas (170 g) de filete de salmón
- ¾ de cucharada sopera (13.5 g) de mostaza amarilla
- 1 cucharada sopera (20 g) de miel
- ½ diente de ajo picado
- ½ cucharadita (2.5 g) de vinagre
- ¼ de mango
- ¼ de cebolla morada
- ¼ de taza (4 g) de cilantro picado
- ½ de lima
- 1 cucharadita (13.5 g) de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Preparación

- 1 Precaliente la parrilla del horno. Coloque el filete de salmón (**15.3 mg**) con la piel hacia abajo en una bandeja para asar forrada con papel de aluminio
- 2 Cubra el salmón con un glaseado hecho con mostaza (**8.5 mg**), miel (**1.2 mg**), ajo (**2.7 mg**), vinagre (**0.2 mg**), y una pizca de sal y pimienta (**1.4 mg**)
- 3 Ase en el horno durante 15 minutos o hasta que esté bien cocido
- 4 Para la salsa, combine en un bol el mango (**9.3 mg**), cebolla cortada (**8.4 mg**), cilantro (**2.7 mg**), jugo de ½ de lima (**2.8 mg**) y aceite de oliva (**~0 mg**)

Ca Calcio total
49.8 mg



Chuleta de cordero con costra de ajo

Ingredientes

- 6 onzas (170 g) de chuleta de cordero
- ½ diente de ajo picado
- 3 cucharadas soperas (40.5 g) de aceite de oliva, dividido en tercios
- ½ taza (17.5 g) de ensalada verde mixta
- Jugo de ½ limón
- Sal y pimienta

Preparación

- 1 Cubra la chuleta de cordero (**30.5 mg**) con la mezcla de ajo (**2.7 mg**), 1 cucharada sopera de aceite de oliva (**0.1 mg**), y una pizca de sal y pimienta (**1.4 mg**)
- 2 Caliente 1 cucharada sopera de aceite de oliva (**0.1 mg**) en una sartén a fuego fuerte y selle la chuleta de cordero, aproximadamente de 2 a 3 minutos por cada lado
- 3 Coloque la chuleta de cordero en un horno precalentado a 400°F durante 3 a 5 minutos más
- 4 Sirvala con la ensalada verde (**8 mg**) aderezada con jugo de limón (**1.4 mg**), la cucharada sopera restante de aceite de oliva (**0.1 mg**) y una pizca de sal y pimienta (**1.4 mg**)

Ca Calcio total
45.7 mg



Manzana (mediana, 100 g)

Ca Calcio total
6 mg



Palomitas naturales

- 1 taza (14 g) de palomitas de maíz (**3.2 mg**)
- 2 cucharadas soperas (27 g) de aceite vegetal (**0 mg**)

Ca Calcio total
3.2 mg



Semillas de girasol

• ½ taza (63.5 g)
Ca Calcio total
49.6 mg



Pretzel blando horneado (grande, 143 g)

Ca Calcio total
32.9 mg



Humus y pimientos

- 5 cucharadas soperas (75 g) de humus natural (**35.3 mg**)
- 1 pimiento morrón rojo mediano, cortado en rodajas (**7.1 mg**)

Ca Calcio total
42.4 mg



Frambuesas

• ½ taza (75 g)
Ca Calcio total
18.8 mg



Para saber más sobre cómo influyen los alimentos en la trombocitopenia inmunitaria (ITP), visite PDSA.org o utilice el código QR.



Tenga en cuenta que Novartis Pharmaceuticals Corporation no respalda el uso de ninguno de los alimentos destacados en este artículo; toda la información se proporciona únicamente con fines educativos. Las recetas presentadas son solamente ejemplos de alimentos bajos en calcio. El uso de cualquiera de los alimentos de estas recetas no está destinado a tratar o curar el bajo nivel de plaquetas debido a una ITP persistente o crónica, una anemia aplásica grave o una trombocitopenia crónica asociada a la hepatitis C. Le aconsejamos que consulte a su proveedor de atención médica antes de introducir nuevos alimentos en su dieta.

Información de seguridad importante de PROMACTA® (eltrombopag) (continuación)

¿Qué le debería decir a mi proveedor de atención médica antes de tomar PROMACTA?

Antes de tomar PROMACTA, informe a su proveedor de atención médica sobre todas sus afecciones médicas, incluso si usted:

- Tiene problemas hepáticos
- Tiene una enfermedad precancerosa llamada MDS o un cáncer sanguíneo
- Tiene un coágulo sanguíneo o tuvo uno
- Tiene antecedentes de cataratas
- Tuvo una cirugía en la que le extirparon el bazo (esplenectomía)
- Tiene problemas de hemorragia
- Es de ascendencia asiática (como china, japonesa, taiwanesa o coreana). Es posible que necesite una dosis menor de PROMACTA
- Está embarazada o planea quedar embarazada. Se desconoce si PROMACTA puede dañar a un bebé en gestación. Informe a su proveedor de atención médica si se queda embarazada o cree que puede estarlo durante el tratamiento con PROMACTA. Si usted es una mujer que puede quedar embarazada, debe utilizar un método anticonceptivo fiable (anticoncepción) mientras tome PROMACTA y durante al menos siete días después de suspender el tratamiento con PROMACTA. Hable con su proveedor de atención médica sobre las opciones de métodos anticonceptivos eficaces que pueden ser adecuadas para usted durante este período
- Está amamantando o planea hacerlo. No debe amamantar durante el tratamiento con PROMACTA. Hable con su proveedor de atención médica sobre la mejor manera de alimentar a su bebé durante este período

Informe a su proveedor de atención médica sobre todos los medicamentos que toma, incluidos los medicamentos de venta con receta y de venta libre, las vitaminas y los suplementos a base de hierbas. PROMACTA puede afectar la forma en que actúan determinados medicamentos. Algunos otros medicamentos pueden afectar a la forma en que actúa PROMACTA.

Sobre todo, informe a su proveedor de atención médica si toma los siguientes:

- Ciertos medicamentos utilizados para tratar el colesterol alto, llamados estatinas
- Medicamentos anticoagulantes

Ciertos medicamentos pueden impedir que PROMACTA funcione correctamente. Tome PROMACTA al menos 2 horas antes o 4 horas después de tomar estos productos:

- Antiácidos utilizados para tratar las úlceras de estómago o la acidez estomacal
- Multivitamínicos, suplementos minerales o productos que contengan hierro, calcio, aluminio, magnesio, selenio y zinc

Pregunte a su proveedor de atención médica si no tiene la seguridad de si su medicamento es uno de los que figuran en la lista anterior.

Tenga en claro los medicamentos que toma. Lleve una lista de esos medicamentos y muéstresela a su proveedor de atención médica y farmacéutico cuando adquiera un nuevo medicamento.

¿Qué debo evitar mientras tomo PROMACTA?

Evite situaciones y medicamentos que puedan aumentar su riesgo de hemorragia.

Los efectos secundarios más frecuentes de PROMACTA en adultos cuando se utiliza para tratar la trombocitopenia inmunitaria (ITP) persistente o crónica son los siguientes:

- Náuseas
- Diarrea
- Infección del tracto de las vías respiratorias superiores (los síntomas pueden incluir secreción nasal, congestión nasal y estornudos)
- Vómitos
- Infección del tracto urinario
- Dolor o hinchazón (inflamación) en la garganta o la boca (dolor orofaríngeo y faringitis)
- Pruebas de función hepática anormales
- Dolores musculares

Los efectos secundarios más frecuentes de PROMACTA en niños de 1 año o más cuando se utiliza para tratar la ITP persistente o crónica son los siguientes:

- Infección del tracto de las vías respiratorias superiores (los síntomas pueden incluir secreción nasal, congestión nasal y estornudos)
- Dolor o hinchazón (inflamación) en la nariz o la garganta (nasofaringitis)

Las pruebas de laboratorio pueden mostrar cambios anormales en las células de su médula ósea.

Informe a su proveedor de atención médica sobre cualquier moretón o sangrado que se produzca mientras toma o después de suspender el tratamiento con PROMACTA.

Informe a su proveedor de atención médica si tiene algún efecto secundario que le moleste o no desaparezca.

Le animamos a que informe a la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) de los efectos secundarios negativos de los fármacos recetados. Visite www.fda.gov/medwatch, o llame al 1-800-FDA-1088.

Vea la información de seguridad importante en todo el documento.

Consulte la información completa sobre la receta, incluidos el recuadro de ADVERTENCIA y la Guía del medicamento, [aquí](#).

Síguenos en las redes sociales @Promacta



12.5mg, 25mg, 50mg, 75mg tablets
12.5mg, 25mg oral suspension