

Aquí tienes una versión tipo "fill in the blanks" mezclada:

 Tabla de Interacciones Fármaco-Nutriente (con huecos variados)

Fármaco	Nutriente/Alimento que interacciona	Consecuencia
Tetraciclinas	_____	↓ absorción
_____	Café o té	↓ absorción
Digoxina	Fibra	_____
Levodopa	_____	Competencia en absorción
Fármacos liposolubles (estatinas, itraconazol, fenitoína)	Dieta rica en grasa	_____
Estatinas / Ciclosporina	Zumo de pomelo	_____
_____	Tiramina (quesos curados, vino, embutidos)	Crisis hipertensiva
Ciclosporina	Alimentos ahumados	_____
Warfarina (anticoagulantes)	_____	↓ eficacia anticoagulante
_____	Cebolla	↑ fibrinólisis (potencia efecto)
Antihipertensivos	Regaliz	_____
Ácidos débiles (salicilatos)	Dieta alcalina (leche, verduras)	_____
Litio	_____	↑ eliminación
Antiácidos	_____	Déficit de vitamina A y folato
_____	Vitaminas liposolubles	↓ absorción
Laxantes	_____	Déficit de vitamina D y calcio
Colchicina	_____	Déficit de B12, potasio y sodio
Antibióticos	Vitaminas grupo B y Mg	_____

Fármaco	Nutriente/Alimento que interacciona	Consecuencia
Estatinas	_____	↓ Coenzima Q10
Corticoides	Calcio y vitamina D	_____
Omeprazol	_____	↓ absorción de B12, hierro y Mg
Furosemida	_____	↑ pérdidas de potasio, Mg y zinc
Metformina	Vitamina B12	_____
