



NOTA DE PRENSA

LAS FARMACIAS GADITANAS PONEN EN MARCHA UNA CAMPAÑA SANITARIA PARA AYUDAR A PERSONAS MAYORES A MANTENER UN PESO SALUDABLE

- De la mano de la campaña sanitaria 'Peso y salud en el mayor', que toma el testigo de la realizada entre la población infantil, se pretende conocer el estado nutricional de las personas mayores de 65 años, así como ofrecerle asesoramiento personalizado en materia de actividad física y hábitos dietéticos saludables
- Las farmacias ofrecerán a los adultos que tengan 65 o más años la posibilidad de tomar sus medidas antropométricas (peso y altura) así como registrar dichos datos. Con esta información se obtendrá de forma automática el valor del Índice de Masa Corporal (IMC) del paciente
- Con el fin de complementar la información recogida en toma de peso y altura, se le consultará al paciente si vive y/o come solo, la tipología de los alimentos que ingiere en las tres principales comidas diarias, su nivel de actividad física y si toma cinco o más medicamentos al día
- Durante el envejecimiento, se producen cambios de tipo físicos, psicológicos y sociales, que tienen un efecto directo en el peso corporal. El grupo poblacional de personas mayores de 65 años es el que presenta más riesgo de desnutrición

Cádiz, 21 de junio de 2018.- El Colegio de Farmacéuticos de Cádiz ha puesto en marcha (hasta el 31 de julio) una campaña sanitaria que, bajo el título de 'Peso y salud en el mayor', tiene como objetivo conocer el estado nutricional de la población mayor de 65 años que entra en las oficinas de farmacia de la provincia y ofrecerle asesoramiento

personalizado en materia de actividad física y hábitos dietéticos saludables con el fin de que pueda alcanzar y/o mantener su peso idóneo.

“Al igual que hicimos hace dos años con la población infantil, desde el Colegio de Farmacéuticos de Cádiz ponemos ahora el foco sobre un grupo de población cada más amplio y que precisa atenciones especiales, el de las personas de edad avanzada, para conocer cuál es su peso y cómo se traduce esa realidad en su salud”, explica Ernesto Cervilla, presidente del Colegio de Farmacéuticos de Cádiz. “Dado que las personas mayores son usuarias habituales de la oficina de la farmacia y tienen depositada una gran confianza en los profesionales farmacéuticos que la atienden, vamos aprovechar esa cercanía para conocer más sobre su salud, ayudarles a prevenir situaciones que alteren su normopeso, ofrecerles consejos, dentro de nuestras competencias profesionales, para que mejoren su situación o, en los casos que así sea necesario, poner en conocimiento de su médico la situación de ese paciente”, apostilla Cervilla.

De acuerdo con los datos publicados en 2016 por el Instituto Nacional de Estadística, el 18,7% de la población está compuesto por personas mayores de 65 años, porcentaje que se estima que aumente hasta el 25,6% en 2031. Estos datos sitúan a España como el país del mundo con la población más envejecida. “Estos datos dejan entrever la creciente importancia que tendrá en nuestro país la atención de las necesidades en materia de salud de este grupo poblacional. Muchas de esas necesidades, por accesibilidad, capilaridad y capacitación profesional, pueden ser atendidas por la farmacia comunitaria”, sostiene el presidente de los farmacéuticos gaditanos.

Durante el envejecimiento, se producen cambios de tipo físicos, psicológicos y sociales, que tienen un efecto directo en el peso corporal. En este sentido, cabe destacar que el grupo de población de personas mayores de 65 años es el que presenta más riesgo de desnutrición. En 2012, según las conclusiones del IX Foro de Debate SENPE, en cuanto a los ancianos hospitalizados, el 44% de los ingresados presentaba desnutrición por patología médica y un 65% de los ingresados por patología quirúrgica. En cuanto a los ancianos de la comunidad, presentaba desnutrición el 50% de los ancianos institucionalizados en residencias de ancianos y entre el 5 y el 8% de los ancianos que vivían en su domicilio.

Entre los cambios físicos que se producen en las personas de edad avanzada se encuentran la disminución del metabolismo basal, de la masa magra y ósea y aumento de masa grasa, también provocados en gran parte por el sedentarismo; la disminución del gusto y del olfato (por lo que las comidas se vuelven menos apetecibles); el descenso de las secreciones gástricas, que provoca intolerancia a las grasas y dificulta la absorción de algunos nutrientes como el hierro, el ácido fólico y la vitaminas del grupo B; además de los problemas de masticación y deglución, que dificultan la alimentación. En cuanto a los cambios psicosociales, la disminución sensorial de la vista y el oído obstaculizan las relaciones sociales y algunas actividades básicas de la vida diaria, por lo que pueden afectar a la disminución de la movilidad y/o impedir realizar actividades como hacer la compra o cocinar.

“Todos estos cambios generan una ingesta inadecuada de alimentos, provocando así que un gran porcentaje de adultos mayores estén en riesgo de malnutrición o malnutridos. A ello hemos de sumar que las personas mayores suelen presentar una elevada prevalencia de enfermedades crónicas como diabetes, dislipemias, hipertensión, artrosis, patologías psiquiátricas etc., que junto a la polimedicación y las interacciones fármacos-alimentos, influyen negativamente en el estado y nutricional y de salud del paciente mayor”, apunta Felipe Mozo, vocal de Alimentación del Colegio de Farmacéuticos de Cádiz y coordinador de esta iniciativa.

Registro de datos e información para el paciente

Todas las farmacias existentes en la provincia de Cádiz (en torno a medio millar) podrán ofrecer a los adultos que tengan 65 o más años la posibilidad de tomar sus medidas antropométricas (peso y altura) así como registrar dichos datos. Con esta información se obtendrá de forma automática el valor del Índice de Masa Corporal (IMC) del paciente.

Según el Documento de Consenso 2007 entre las Sociedades Españolas de Geriátrica y de Nutrición, se considera que una persona mayor presenta desnutrición cuando su IMC está por debajo 18,5, que tiene bajo peso cuando se sitúa entre 18,5 y 22, normopeso cuando esta cifra está en el intervalo de 22,1 – 26,9, sobrepeso cuando va de 27 a 29,9, y obesidad cuando está por encima de 30.

Con el fin de complementar la información recogida en toma de peso y altura, se le consultará al paciente si vive y/o come solo, la tipología de los alimentos que ingiere en las tres principales comidas diarias, su nivel de actividad física y si toma cinco o más medicamentos al día.

Una vez introducidos todos los datos, se imprimirá y se entregará al paciente información detallada de las medidas obtenidas, con la gráfica y el IMC calculado, así como consejos sobre alimentación saludable.

Estudio científico

Los datos obtenidos serán producto de un análisis en un estudio científico, similar al elaborado a partir de la información recopilada con motivo de la campaña sanitaria ‘Peso y salud infantil’ a partir de las pesadas efectuadas a más de 3.800 menores con edades comprendidas entre los 5 y los 14 años.

Este trabajo de investigación (que fue publicado en la revista científica ‘Acta Pediátrica’) concluía que el exceso de peso afecta a 1 de cada 3 menores de la provincia de Cádiz, siendo mayor la prevalencia tanto de sobrepeso como de obesidad entre niños que entre niñas.

De los datos obtenidos, se observa asimismo una prevalencia conjunta de sobrepeso y obesidad del 29,67%, siendo tan sólo la de la obesidad del 13,73%. En cuanto al sexo, la prevalencia fue mayor en los niños que en las niñas, tanto en exceso de peso (el 33,11% frente al 25,95%, respectivamente) como en obesidad (el 16,73% frente al 10,49%).

Para más información:

Gabinete de comunicación del Colegio de Farmacéuticos de Cádiz: Tomás Muriel (95 462 27 27 / 605 603 382)