



COLEGIO OFICIAL  
DE FARMACÉUTICOS  
DE CÁDIZ

### NOTA DE PRENSA

*12 de noviembre, Día Mundial de la lucha contra la Obesidad*

## **UN ESTUDIO REALIZADO EN FARMACIAS GADITANAS DETECTA QUE 8 DE CADA 10 MAYORES DE 65 AÑOS PRESENTA EXCESO DE PESO**

- Este sobrepeso y obesidad es más probable en aquellos con cenas incompletas, sedentarismo urbano y polimedicación
- La prevalencia de Índice de Masa Corporal (IMC) mayor de 25 –que es indicativo de exceso de peso– fue del 82,2% de la muestra. Esta sobrecarga ponderal –aumento excesivo de la masa grasa, que implica un aumento de riesgos para la salud– se asoció con la edad, nivel de cotización, baja actividad física y realización de cenas incompletas
- En los varones es más frecuente el sobrepeso (49,1%), mientras que en las mujeres predominó la obesidad (42,3%)
- En la franja de 65-69 años el porcentaje de polimeditados fue del 43%, alcanzando un máximo del 67% en los 80-84 años. Los valores medios de IMC fueron mayores en pacientes que consumen simultáneamente medicamentos antidepresivos y ansiolíticos
- Los resultados de esta investigación, publicados en la revista científica ‘Nutrients’ (<https://doi.org/10.3390/nu13051561>), también ha sido premiado en el XII Congreso Nacional de Atención Farmacéutica, celebrado esta pasada semana en Zaragoza
- El Colegio de Farmacéuticos de Cádiz promoverá la ampliación de este estudio para detectar precozmente la coexistencia de sarcopenia (descenso de masa muscular) en estos pacientes con exceso de peso

**Cádiz, 12 de noviembre de 2021.**– Un estudio realizado entre personas mayores de 65 años, usuarias de oficinas de farmacia de la provincia de Cádiz, con el objetivo de analizar la posible relación de obesidad y polimedicación, concretamente con el consumo de ansiolíticos y antidepresivos, ha puesto de manifiesto que el consumo de estos

medicamentos se asocia de forma significativa en presentar, en estas personas mayores de 65 años, unos Índice de Masa Corporal (IMC) mayores de 25, lo que es indicativo de sobrepeso y/o obesidad.

Este estudio ha sido liderado el farmacéutico Felipe Mozo, vocal de Alimentación del Colegio de Farmacéuticos de Cádiz; junto a Juan Carlos Durán, actual presidente de la Sociedad Andaluza de Geriátrica, José P. Novalbos, profesor titular del Área de Medicina Preventiva de la Facultad de Medicina y Amelia Martín, Catedrática de Salud Pública de la Facultad de Enfermería y Fisioterapia de la Universidad de Cádiz.

Los resultados del trabajo *Nutritional Status of Non-Institutionalized Adults Aged over 65. Study of Weight and Health in Older Adults (PYSMA)* han sido publicados en 'Nutrients', revista científica internacional de alto impacto, y han sido también reconocidos con el premio al mejor trabajo de Atención Farmacéutica desde Farmacia Comunitaria en el XII Congreso Nacional de Atención Farmacéutica, celebrado esta pasada semana en Zaragoza.

En el estudio se analizaron los datos de 2.621 sujetos mayores de 65 años, recopilados en 150 oficinas de farmacia donde se han registrado de forma directa peso, talla y bioimpedanciometría. Asimismo, a través de la plataforma digital AxónFarma, del Consejo Andaluz de Colegios Oficiales de Farmacéuticos (CACOF), se recogió información sociodemográfica, alimentos consumidos en las comidas principales, nivel de actividad física, existencia de polifarmacia y consumo de psicofármacos (antidepresivos, ansiolíticos, antiepilépticos, antipsicóticos, opioides y otros relacionados con deterioro cognitivo).

Las mujeres fueron mayoría en el registro (61,8%). La prevalencia de IMC >25 fue del 82,2% de la población (43,2% sobrepeso y 39% obesidad); siendo mayor la prevalencia de sobrepeso en varones (49,1%), mientras que en las mujeres predominó la obesidad (42,3%).

En la franja de 65-69 años el porcentaje de pacientes polimedicados fue del 43%, alcanzando un máximo del 67% en los 80-84 años. La sobrecarga ponderal –aumento excesivo de la masa grasa, que expone a riesgos para la salud– se asoció con la edad, nivel de cotización, baja actividad física y cenas incompletas.

Los valores medios de IMC fueron mayores en pacientes que consumen simultáneamente antidepresivos y ansiolíticos. Esta polimedicación se comportó como una variable independiente asociada a la prevalencia de sobrecarga ponderal.

Los resultados de este trabajo insisten en la necesidad de mantener una adecuada actividad física y valorar la calidad de las comidas principales en los mayores, así como implementar un seguimiento farmacoterapéutico para optimizar y/o reducir, en la medida de lo posible, el consumo psicofármacos, específicamente el de ansiolíticos y antidepresivos.

**Campaña 'Peso y salud en el mayor'**

Los datos recopilados para la realización de esta investigación han sido extraídos de la campaña 'Peso y salud en el mayor', desarrollada entre los meses de junio y julio de 2018 en más de 150 oficinas de farmacia de 44 municipios de la provincia de Cádiz. Entonces, esta iniciativa ya puso de manifiesto que el 82% de la población mayor de 65 años presenta sobrepeso u obesidad, asociándose a dicho exceso de peso factores como el sedentarismo, el hecho de no realizar cenas completas o consumir cinco o más fármacos, siendo especialmente relevante en las personas con edades comprendidas entre los 65 y los 75 años.

Los datos obtenidos también permitieron conocer igualmente que sólo un 20% de los mayores de 65 años tiene una actividad física moderada y apenas el 5% mantiene una actividad física intensa. Aproximadamente el 20% de la población es sedentaria mientras que el 55% mantiene una actividad física ligera y ocasional (fundamentalmente, pasea en su tiempo libre).

En la dieta se han detectado carencias en la calidad de los desayunos y en las cenas. El 90% y el 50% de la población realizan desayunos o cenas con algún tipo de carencias, pero fueron estas últimas las que parecen tener más relación con el IMC.

El 55% de los pacientes presentan polimedicación, destacando la frecuencia de uso de ansiolíticos (33%) y antidepresivos (18%). Por otro lado, en los municipios pequeños (menos de 5.000 habitantes) se realiza más actividad física y es mayor la proporción de personas que realizan comidas (desayunos, almuerzos o cenas) completas, pero son mayores las cifras de polimedicación y de obesidad.

**Para más información:**

**Gabinete de comunicación del Colegio de Farmacéuticos de Cádiz: Tomás Muriel (605 603 382)**

El texto completo del trabajo puede ser descargado en [Nutrients 2021, 13\(5\), 1561](https://doi.org/10.3390/nu13051561) es accesible de forma abierta en el siguiente enlace: <https://doi.org/10.3390/nu13051561>