

EDUCACIÓN NUTRICIONAL MEDIANTE LA ELABORACIÓN DE DIETAS PERSONALIZADAS EN UNA OFICINA DE FARMACIA

Sánchez Gómez R, Barris Blundell D, Sabio Sánchez B, Garrido Jiménez B, Navarro Visa E, Botía Serrano M, Cueto Jiménez A.
Farmacia Zarzuelo.
Arroyo de la Miel (Málaga)

OBJETIVOS

La nutrición se ha convertido en una base fundamental de la salud comunitaria. La oficina de farmacia es un importante instrumento de orientación nutricional, donde el farmacéutico comunitario puede ofrecer un asesoramiento dietético personalizado.

El objetivo es conocer los resultados de la implantación de un servicio de dietas personalizadas en la oficina de farmacia y la evolución de la misma hacia una educación sanitaria teniendo en cuenta las características personales de cada cliente.

METODOLOGÍA

Estudio observacional durante un periodo de un año (01/2007-12/2007). La recogida de datos se realizó a través de una entrevista conducida por el farmacéutico. Mediante un cuestionario del plan de dietas, se recopiló información sobre edad, objetivo de la dieta, índice de masa corporal, pérdida de peso, sexo y continuidad en el servicio.

RESULTADOS

Se incluyeron en el estudio 126 personas con una edad comprendida entre 8 y 81 años.

Los resultados obtenidos son los siguientes:

- Con respecto al IMC, un 30,95% de los usuarios presentan, antes del inicio de la dieta, una obesidad tipo I, seguido de un 19,84% con un sobrepeso grado II (figura 1).
- Un 46,83% completaron la dieta mensual diseñada.
- Un 87% de los usuarios presentan como objetivo principal perder peso, seguido de aquellos cuyo fin era disminuir su valor de colesterol total, con un 3,20% (figura 2).
- Un 95% consiguieron perder peso, de los que un 32,2% consiguieron pérdidas superiores a 4Kg/mes (figura 3).
- Las personas con edades comprendidas entre 31 y 40 años fueron el colectivo que más demandó este servicio (26,20%), siendo las mujeres las que más lo solicitaron (90%).

IMC	(Kg/m ²)
PESO INSUFICIENTE	1
<18,5	
PESO NORMAL	14
18,5 - 24,9	
SOBREPESO GRADO I	21
25,0 - 26,9	
SOBREPESO GRADO II	25
27,0 - 29,9	
OBESIDAD TIPO I	39
30,0 - 34,9	
OBESIDAD TIPO II	18
35,0 - 39,9	
OBESIDAD TIPO III	8
40,0 - 49,9	
OBESIDAD TIPO IV	0
>50	

Figura 1

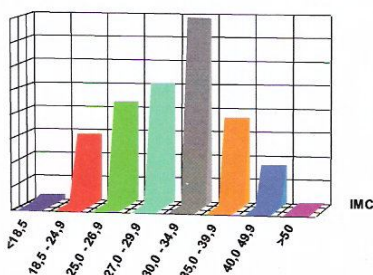


Figura 2

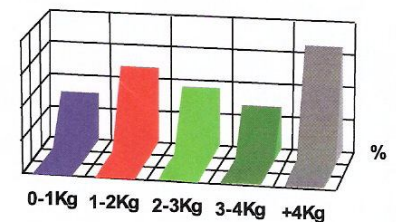


Figura 3

CONCLUSIONES

Los resultados de este trabajo nos abre la posibilidad de ofrecer un nuevo servicio asistencial centrado en la educación nutricional aprovechando la situación privilegiada que tiene hoy en día la oficina de farmacia.

El asesoramiento nutricional puede ser útil como un primer paso en la captación de pacientes para un servicio de seguimiento farmacoterapéutico.