

Área temática: Alimentación

AL-01

DETERMINACIÓN DE PARÁMETROS ANTROPOMÉTRICOS DE INTERÉS ALIMENTARIO EN POBLACIÓN ADULTA

GARCÍA A; RECIO C; CUÉLLAR S; ESPADA I; FERNANDEZ D; BLANES A; GUTIÉRREZ COLOMER B.

Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos

Objetivos:

Se ha llevado a cabo un estudio prospectivo registrando y calculando diferentes parámetros antropométricos de interés metabólico-dietético, con el fin de determinar la incidencia de obesidad y de sobrepeso entre la población general adulta.

Material y Métodos:

En el marco de las Jornadas Nacionales de Alimentación, organizadas por el CGCOF en Sevilla, se procedió a un realizar un estudio antropométrico de interés alimentario, determinándose el peso, el perímetro abdominal (PA), el índice de grasa corporal (IGC) y la altura de un total de 264 personas mayores de 18 años (95 hombres y 169 mujeres). Con los datos obtenidos se procedió al cálculo del índice de masa corporal (IMC) y del peso ideal (PI).

Resultados:

Los valores globales mostraron que solo un 40% de los varones tiene un IMC no superior a 25, mostrando sobrepeso el 32,6% y obesidad el 18,9%. Considerando el perímetro abdominal, un 18,9% de los varones presentaban valores por encima de 102 cm. Por otra parte, se observa claramente una tendencia creciente en cuanto al IMC, el índice de grasa corporal, el perímetro abdominal y la diferencia respecto del peso ideal.

En el caso de las mujeres, los valores globales mostraron que un 75% de las mujeres tiene un IMC no superior a 25, mostrando sobrepeso el 21,9% y obesidad el 3,6%. Considerando el perímetro abdominal, un 16,6% de las mujeres presentaban valores por encima de 88 cm. En cuanto a la edad, se observa una tendencia creciente con respecto a los mismos parámetros que en hombres.

Conclusión:

Se ha observado una importante diferencia en cuanto a la sensibilidad de los diferentes modelos de cálculo de parámetros metabólico-dietético a las diferencias sexuales, especialmente marcado en el caso del índice de masa corporal (IMC), que posiblemente sobrevalora el sobrepeso en los varones. Lo mismo se observa, pero en menor medida, con el parámetro de índice de grasa corporal (IGC), que tiende a sobrevalorar el sobrepeso en mujeres.

Área temática: Alimentación

AL-02

EL GLUTEN EN LA OFICINA DE FARMACIA

IGNACIO CALLEJA, M^a LUISA GONZÁLEZ DEL TORO, MARTINA IRIGOYEN
BALENCIAGA, AITZIBER SAIZ, TOSCANA VIAR, TERESA ZABALA E IDOIA
ZARRAZQUIN

GRUPO DE NUTRICIÓN, COLEGIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS DE BIZKAIA

Introducción

En 1995 se funda el grupo de trabajo de nutrición del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Bizkaia (COFBI). Uno de los primeros trabajos que realiza este grupo es una revisión sobre la enfermedad celíaca y la presencia de gluten en medicamentos entonces comercializados. En el año 2008 tras una reestructuración del grupo se retoma éste tema y se plantea estudiar también el contenido de otros alérgenos.

Se selecciona este tema porque el gluten es susceptible de estar presente en numerosos productos dispensables en oficinas de farmacia.

Objetivos

Conocer el contenido en gluten de los medicamentos y productos de parafarmacia.

Elaborar una guía sobre el contenido en gluten de los medicamentos genéricos, para facilitar a profesionales y afectados una herramienta para obtener información.

Material y métodos

Mediante cuestionarios específicos se preguntó a diversos laboratorios si sus productos contenían: gluten, proteínas de huevo, proteínas de leche, lactosa, soja o alguna fuente de fenilalanina.

Descripción de resultados

- Publicación en 2010 de la guía “El gluten en los medicamentos genéricos”. Disponible en la web del COFBI (<http://www.cofbizkaia.net/COFBI/publico/infosani/GlutenYMedicamentosGenericos.pdf>) y en la de la Asociación de Celiacos de Euskadi (EZE) (<http://www.celiacoseuskadi.org/archivos/publicaciones/ESTUDIO%20medicamentos%20cast.pdf>)

- Comunicación “El gluten en los medicamentos genéricos” en las “Jornadas Nacionales de Alimentación 2010”

- Comunicación “El gluten en los alimentos infantiles” al congreso “Jornadas Nacionales de Alimentación 2010”

Conclusiones

Dada la importancia de la enfermedad celíaca, es necesario conocer el contenido en gluten de los numerosos productos que se dispensan en la farmacia para poder advertir adecuadamente a los pacientes.

Es necesario continuar profundizando en el tema y sería aconsejable que todos los laboratorios siguieran una sistemática homogénea para establecer los niveles de gluten y todos sus productos aptos para celíacos estuviesen avalados por FACE.

Previamente a la realización de la Jornada, el 19% realizaban un desayuno completo que incluía un lácteo, cereales o pan, fruta o zumo.

También se detectó que un 2,2% acudían al colegio sin desayunar.

Al mes de la intervención, el 19% de los niños realizaron un desayuno completo, y un 3% acudían al colegio sin desayunar (a pesar de las recomendaciones de que “ningún niño acudiera al colegio sin desayunar”)

La ingesta de bollería industrial en el desayuno, antes y después de la intervención, fue de un 8,6 y 4,7% respectivamente. El porcentaje de niños que tomaban bollería industrial en el desayuno y además en el patio, fue, antes y después de la intervención, un 12,5% y 11,3% respectivamente.

CONCLUSIONES

- 1) Se ha observado un ligero descenso del porcentaje de los niños que desayunaban bollería industrial en el desayuno y en el desayuno y en el patio, después de la intervención.
- 2) El porcentaje de niños que realizaban un desayuno completo antes y después de la intervención es del 19 %.
- 3) Ante los siguientes resultados, es necesario que se siga trabajando de manera continuada en actividades de promoción de la salud para los padres, la escuela y la sociedad, y así mejorar los hábitos alimenticios, ya que con una actuación puntual no se obtiene el resultado deseado.

Área temática: Alimentación

AL-03

Desayunos saludables en los colegios.

Roca L1,2, Alvarez A1, Abad T2, Vilches Peña C1, Folch N1, Bascuñana M^aE1.

1 Salud Pública de Benicarló, 2 Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón.

INTRODUCCIÓN

El desayuno es la primera comida del día y una de las más importantes, pues nos aporta los nutrientes que necesitamos al despertarnos por la mañana. Un desayuno variado y equilibrado es especialmente importante en el periodo escolar, época de crecimiento y desarrollo.

El desayuno debe proporcionarnos entre el 20 y el 25 % de las calorías ingeridas a lo largo del día. Para que sea equilibrado, deben de estar presentes como mínimo los siguientes grupos de alimentos: lácteos, frutas y cereales.

Además desayunar sano es clave para frenar la obesidad infantil y en la edad adulta se ha demostrado que la prevalencia de obesidad es superior en aquellas personas que toman un desayuno escaso o lo omiten.

OBJETIVOS

Fomentar los hábitos dietéticos saludables enseñando a los niños a realizar un desayuno completo y equilibrado.

Concienciar a los escolares de la importancia del desayuno, como ingesta diaria fundamental para un adecuado rendimiento físico e intelectual.

Sensibilizar a los alumnos de la relación existente entre el consumo de alimentos y salud.

Prevenir la obesidad infantil.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se han realizado unas Jornadas de desayunos saludables en los Colegios de Educación Primaria del Departamento de Vinaròs, durante el curso escolar 2007-2008, 2008-2009 y 2009-2010. La población diana fueron 637 niños de segundo curso de primaria, de 7 y 8 años de edad.

Dichas Jornadas han sido impartidas por profesionales de las Unidades de Promoción de la Salud e Higiene de Alimentos del Centro de Salud Pública de Benicarló y del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Castellón.

Las Jornadas han consistido en ofrecer un desayuno completo que incluye un zumo de naranja natural, una rebanada de pan con unas gotas de aceite de oliva y jamón serrano, frutos secos y un vaso de leche.

Al finalizar el desayuno, se realizó una sesión teórica para continuar con un juego de alimentación y entrega de cuadernos.

Se ha realizado un estudio descriptivo de transversal con el resultado de las encuestas realizadas a los alumnos sobre hábitos alimentarios en el desayuno, completadas por cada alumno previamente a las Jornadas y 1 mes tras su realización.

En el último curso, además, se ha enviado una carta a los padres, recordándoles la importancia de la realización de un desayuno completo.

RESULTADOS

En la primera y segunda fase de desayunos saludables han participado 26 colegios con un total de 637 alumnos de 2º de primaria.

Área temática: Alimentación

AL-04

PLENUFAR IV: EDUCACIÓN NUTRICIONAL EN LA ETAPA PRECONCEPCIONAL, EMBARAZO Y LACTANCIA

García A, Aznar P, García C, Espada I, Furelos D, Hardisson A, Martínez A, Martínez E, Miquel JM, Riva C, Rivero M, Romero J, Roset A

Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos

Introducción: Debido a la importancia que tiene la alimentación de las madres en el futuro desarrollo de sus niños, el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos ha llevado a cabo un estudio epidemiológico, el Plenufar IV: Educación Nutricional en la Etapa Preconcepcional, Embarazo y Lactancia, entre noviembre de 2009 y febrero de 2010.

Objetivos: Valorar el estado nutricional de las mujeres que se encontrasen en estas situaciones, previniendo o detectando posibles deficiencias nutricionales que pudieran aparecer y errores dietéticos que cometiesen.

Material y métodos: Los 2.800 farmacéuticos participantes realizaron una serie de encuestas anónimas a mujeres que estuviesen buscando activamente un hijo, mujeres embarazadas o madres de lactantes (niños de 0-12 meses).

Se prepararon una serie de encuestas específicas para cada una de las situaciones del estudio que incluían un total de 45 preguntas, agrupadas en 6 secciones: datos generales, información obstétrica, información acerca de la lactancia, hábitos, estado fisiopatológico de la madre, hábitos alimentarios de la madre.

Cada farmacéutico participante debía cumplimentar un total de 10 encuestas. Una vez finalizado el período de recogida de datos, se recibieron 13.845 encuestas válidas.

Resultados: La lactancia preferida por las mujeres españolas era la materna. De tal manera, más del 75% de las mujeres en etapa preconcepcional y embarazadas pensaban dar únicamente el pecho a sus hijos, mientras que entre las madres lactantes el 63,4% alimentaban exclusivamente a sus hijos con lactancia materna. También se observó una buena concienciación frente a los hábitos perjudiciales durante el embarazo. El tabaquismo disminuyó ostensiblemente, así como el consumo ocasional de alcohol.

Las mujeres seguían las recomendaciones habituales al consumir varias raciones diarias de frutas, verduras, lácteos y cereales, así como consumos semanales de carnes, pescados, huevos y legumbres.

Conclusiones: La información sobre alimentación a las mujeres en etapa de lactanci

pescados 91,7% y un 75 % de carne. El 11,1 % de mujeres nunca come legumbres habitualmente. La grasa más consumida sigue siendo el aceite de oliva 36,1% y oliva virgen 61,1%. El edulcorante más utilizado es el azúcar 66,7% aunque en este colectivo aumenta el consumo de sacarina 27,8%. Suplementan la dieta el 80,6% con ácido fólico/vit B12 y 66,7% con hierro.

En situación de **lactancia** participaron 37 mujeres con 83,8% de consumo diario de una ración o más lácteos, frutas 86,5 %, ensaladas y verduras 67,6%. Consumo semanal de huevos de una a seis raciones 91,9%, pescados 94,6% y carnes 59,5%. El 13,5 % nunca consumen legumbres habitualmente. Aceite de oliva 45,9% y de oliva virgen 51,4%. El azúcar 70% y sacarina 21,6%. Suplementan la dieta con ácido fólico/vit. B12 35,1% y hierro 29,7%.

Área temática: Alimentación

AL-05

PLENUFAR IV EN LA PROVINCIA DE CASTELLON

Roca L1, Climent V1, D'Ivernois A1, Marco S1, Rambla M1, Torrent M1.

Colegio Farmacéuticos de Castellón.

INTRODUCCION:

Los requerimientos nutricionales durante la gestación y la lactancia aumentan en comparación con la mujer sana no reproductiva, para permitir el crecimiento y el desarrollo tanto del feto como del niño durante el periodo en el cual dependen exclusivamente del suministro materno de nutrientes, bien a través del útero, bien a través de la leche materna, además de para posibilitar los cambios que ocurren en la estructura y el metabolismo de la madre.

En la mujer gestante aumenta las demandas de energía, proteínas, la mayoría de las vitaminas hidrosolubles, colina, hierro, yodo, zinc, magnesio y selenio. Sin embargo, algunas necesidades de nutrientes (calcio, fósforo, flúor, biotina y vitaminas liposolubles) se mantienen sin variaciones.

Numerosos estudios epidemiológicos ha demostrado que las deficiencias o excesos de algunos nutrientes se asocian a problemas en el crecimiento y desarrollo del feto, a complicaciones durante resolución del embarazo y el desarrollo posterior de los niños, así como a alteraciones el la salud de aquellas mujeres que sufrieron estas deficiencias.

OBJETIVOS:

Conseguir que las mujeres embarazadas y en periodo de lactancia adquieran hábitos alimentarios saludables, aprendan conductas alimenticias correctas y aumenten sus conocimientos sobre los alimentos y los apliquen a su dieta diaria.

POBLACION DIANA:

Mujeres en estado preconcepcional, embarazo y lactancia.

MATERIAL Y METODOS:

Los farmacéuticos imparten tres sesiones formativas a la población diana, además se les proporciona una agenda de la alimentación a la mujer embarazada y lactante.

Finalmente se realizan encuestas sobre el estado nutricional y la valoración de los hábitos dietéticos.

RESULTADOS:

Mujeres que participaron en el estudio en situación **preconcepcional** fueron 28. Los hábitos alimentarios más destacados son: consumo diario de una ración o más de lácteos el 85,7%, de frutas 82,1%, ensaladas y verduras 53,6 %. Consumo semanal de una a seis raciones de huevos 100%, pescados 92,9% frente a un 82,1% de consumo de carne. Cabe destacar que el 21,4 % nunca consume habitualmente legumbres. La grasa más consumida es el aceite de oliva virgen 64,3% y 32,1% el de oliva. El edulcorante más utilizado es el azúcar, sacarina 14,3 % Suplementan la dieta con ácido fólico/vit B12 67,9% y 32,1% con hierro.

36 mujeres participaron en estado de **embarazo** cuyos hábitos alimentarios son. Consumo diario de una ración o más de lácteos fue el 97,2 %, de frutas 88,9 % y ensaladas y verduras 80,6 %. Consumo semanal de una a seis raciones de huevos 100%,

El menor consumo de sacarina y otros edulcorantes artificiales se detecta en el momento de la gestación lo que hace pensar en una percepción de riesgo relacionado con estos alimentos.

Área temática: Alimentación

AL-06

PLENUFAR IV en la provincia de S/C de Tenerife: resultados y experiencia

Arturo Hardisson, Carmen Rubio, Carmen C Padrón Fuentes, Yolanda Glez Glez, Montserrat G Plasín, María García Batista, Nuria R Casanova, Rosario Pozuelo, Natalia Santos

Colegio Oficial de Farmacéuticos de la provincia de S/C de Tenerife

La alimentación y los conocimientos de nutrición durante la preconcepción, la gestación y la lactancia repercuten en la salud del recién nacido. La campaña PLENUFAR IV dedicada a la Educación Nutricional a mujeres en estas etapas fisiológicas ha sido finalmente desarrollada por 38 de los 69 farmacéuticos inscritos en nuestra.

Objetivos:

- Hacer de la educación nutricional un contenido más de la Atención Farmacéutica.
- Conocer el perfil, los hábitos y el estado nutricional de las mujeres que están planificando un embarazo, las mujeres gestantes y las madres lactantes de nuestra provincia.
- Concienciar a las mujeres de la importancia de la programación nutricional en estas 3 etapas.

Métodología:

La recogida de datos se ha realizado mediante encuesta oral voluntaria a la población diana. Análisis estadístico de los resultados por el Instituto de Ciencias de la Alimentación (ICAUN).

Resultados:

273 mujeres de nuestra provincia han sido encuestadas y han recibido educación nutricional. La edad media, 31 años, ha resultado ser similar en las tres situaciones analizadas.

91 mujeres en situación preconcepcional han colaborado en este estudio. Mientras que 40,7% de ellas considera su alimentación bastante equilibrada, el 35,2 % estima que su dieta es equilibrada. 20,9% toma polivitamínicos y minerales pero destaca el bajo número de mujeres que programan su embarazo con suplementos de ácido fólico/Vit B12 y hierro (45,1% y 27,5%, respectivamente).

112 mujeres gestantes han sido encuestadas. Para el 57,1% de ellas es el primer embarazo por lo que el tabaquismo activo sólo alcanza el 5,4% y el consumo puntual de alcohol es del 13,4%. La alta tasa de diabetes gestacional (9,8%) se relaciona con los hábitos dietéticos (9,8% hace dieta hipoglucídica y 6,3% sigue una dieta hipocalórica). Existe un 26,9% de embarazadas que no toma suplementos de ácido fólico/vitamina B12 y un 38,4% de gestantes que no toma hierro.

70 mujeres en situación de Lactancia han sido estudiadas. El 10% de ellas usa lactancia artificial desde el momento del parto.

A pesar de que el 64,8% de las mujeres en etapa preconcepcional y el 67,9% de las gestantes desean impartir lactancia materna durante 6 meses, sólo el 50% de ellas lo consiguen.

Conclusiones:

Es necesario un mayor seguimiento por parte de los especialistas en ginecología responsables de las prescripciones de los tratamientos con suplementos de ácido fólico/vit B12 y hierro durante estas etapas fisiológicas.

Área temática: Alimentación

AL-07

Hábitos alimentarios en la Etapa Preconcepcional, Embarazo y Lactancia en la provincia de Toledo.

Martínez MJ1, Sastre F2, Montalvo MV3

1Colegio Farmacéuticos. Toledo, 2Oficina de Farmacia. Quero, 3Oficina de Farmacia. Toledo

INTRODUCCIÓN

El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, a través de la Vocalía Nacional de Alimentación, organiza el cuarto Plan de Educación Nutricional dirigido en esta ocasión a mujeres en etapa pre-concepcional, embarazo y lactancia. El fin es concienciar a las mujeres, de la importancia de su alimentación en el desarrollo y salud de su hijo y en la suya propia. Además se quiere conocer el estado nutricional de las mujeres en las tres etapas y detectar posibles deficiencias nutricionales motivadas por la realización de dietas inadecuadas.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se dispone de un Manual de formación para el farmacéutico y de un CD que contiene las presentaciones de charlas formativas para impartir al colectivo diana. Además de carteles informativos, folletos y agendas de la alimentación para las mujeres embarazadas y lactantes.

Los datos se recogen en una encuesta preparada por el Instituto de Ciencias de la Alimentación de la Universidad de Navarra, que será además quien analice e interprete los resultados. Recogiéndose datos antropométricos, hábitos, información obstétrica de lactancia y consumo de alimentos en las distintas etapas.

RESULTADOS Y CONCLUSIONES

En la provincia de Toledo se entrevista a un total de 312 mujeres, entre 31 y 36 años, de las cuales un 86,5% no siguen ningún tipo de dieta especial.

En las tres etapas se destaca consumo: - En exceso de bollería y repostería industrial, así como de carnes, embutidos y fiambres.

- En defecto de ensalada y verduras.

- Adecuado de frutos secos.

Además se observa satisfactoriamente que el 92,6% de las encuestadas consumen aceite de oliva y el 7,4% restante de girasol.

Se concluye que a pesar de la formación académica que es de un 34,33% de las mujeres con bachiller o F.P. y un 37,5% de las mujeres, con titulación universitaria, aún queda mucho que hacer en educación nutricional.

Área temática: Alimentación

AL-08

Factores nutricionales y del estilo de vida de mujeres en etapa preconcepcional, embarazo y lactancia. Resultados del PLENUFAR IV en Navarra.

Martí del Moral Amelia

García Ruiz Maria Pilar

Ardanaz Mansoa Maria Pilar

Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra

Introducción

La nutrición durante la gestación, lactancia y primeros meses del lactante, puede condicionar el desarrollo físico e intelectual del niño, e influir en el desarrollo de enfermedades en el adulto. Resulta fundamental concienciar a las mujeres de la importancia de su alimentación y estilo de vida para mejorar su salud y la de sus hijos.

Objetivo

Reforzar al farmacéutico como educador nutricional y conocer el estado nutricional de las mujeres en situación preconcepcional, embarazo o lactancia en Navarra detectando posibles deficiencias nutricionales y fomentando hábitos saludables.

Material y Métodos

Educación nutricional mediante conferencias e información personalizada con materiales elaborados específicamente por la Vocalía Nacional de Alimentación. Valoración del estado nutricional mediante encuestas realizadas por los farmacéuticos participantes en Navarra.

Resultados

El 70% de las gestantes y el 61% de mujeres en etapa preconcepcional del estudio (62% y 57% a nivel nacional) preveían lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses, aunque sólo el 42% la mantienen en ambos casos.

Coincidiendo con los resultados nacionales, el hábito tabáquico y el consumo ocasional de alcohol disminuyen en Navarra durante el embarazo (del 23% al 14% y del 12% al 9%), recuperándose parcialmente en la etapa de lactancia materna.

Ninguna gestante del estudio (6% a nivel nacional), parece seguir dieta hipocalórica y únicamente el 7% considera su dieta poco equilibrada en Navarra.

En Navarra el 81 % de gestantes entrevistadas suplementa su dieta con yodo/sal yodada y el 56 % con fólico/vit B12 (41% y 77% a nivel nacional). En etapa preconcepcional el 52% utiliza yodo/sal yodada y el 50% fólico/vit B12.

Conclusiones

Las mujeres navarras parecen mejorar sus hábitos de alimentación y estilo de vida durante el embarazo y en menor medida durante la lactancia. La intervención activa del farmacéutico en este ámbito refuerza su labor como educador en temas de alimentación y salud.

Área temática: Alimentación

AL-09

RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS DE LA CAMPAÑA “PLENUFAR IV: EDUCACIÓN NUTRICIONAL EN LA ETAPA PRECONCEPCIONAL, EMBARAZO Y LACTANCIA DE LA CCAA DE LA REGIÓN DE MURCIA

Aguirre O1, Jiménez MF1, Oruezabal L1. Zaragoza P1, Tovar I1

1 Colegio Oficial de Farmacéuticos de la Región de Murcia

INTRODUCCIÓN

El embarazo y la lactancia constituyen probablemente las dos situaciones en el curso de la vida de la mujer que requiere un mayor esfuerzo fisiológico. Ello implica la necesidad de mantener una dieta equilibrada y variada, con un aporte suficiente de los diferentes nutrientes que estas situaciones requieren.

Dentro de los objetivos específicos de la campaña se encuentra: “Conocer el estado nutricional de las mujeres embarazadas y madres lactantes, detectando posibles deficiencias nutricionales motivadas por la realización de dietas inadecuadas”.

MATERIAL Y MÉTODOS

Encuestas remitidas al Consejo por farmacéuticos participantes en PLENUFAR IV de la Región.

Estudio descriptivo transversal.

RESULTADOS

El 84% de las encuestadas opinan que su salud es buena o muy buena. Sin embargo más del 14% en el periodo preconcepcional (PPr) y en el embarazo opina que su salud es regular, mala o muy mala.

Respecto a la dieta el 69,8% de las mujeres en PPr la consideran equilibrada o bastante equilibrada, mientras que en los grupos de embarazadas y lactantes este porcentaje se sitúa por encima del 83%.

Al ser preguntadas sobre el periodo de tiempo de lactancia materna, el 19% de las encuestadas en PPr y el 13,2% de las embarazadas piensan mantenerla 3 meses. El porcentaje mujeres lactantes hasta (3 meses) es del 26,5%. Sin embargo la lactancia materna (6 meses) real, es de 34,4% mientras que la previsión de las encuestadas en PPr es del 54,1% y la de las embarazadas es del 64,8%.

En cuanto al consumo activo de alcohol el porcentaje del 42,4%, en PPr, disminuye al 18,5% en lactancia y 8,2% en embarazo. En consumo activo de tabaco se pasa de un 28,3% en PPr al 10,6% en lactancia y 6,6% en embarazo.

CONCLUSIÓN

Las mujeres embarazadas y lactantes cuidan más de su alimentación y abandonan sustancias de abuso.

Se propone realizar seguimiento a las madres que han recibido la formación de esta campaña para determinar los cambios en sus hábitos alimenticios y de conducta.

Área temática: Alimentación

AL-10

EJEMPLO DE ASISTENCIA FARMACEUTICA NUTRICIONAL EN POBLACION MAYOR RURAL

JESUS I PACHON JULIAN, ISABEL MOLPECERES GARCIA DEL POZO, ANA TERESA JODAR PEREÑA Y ALEJANDRO GARCÍA NOGUEIRAS

COLEGIO DE FARMACEUTICOS DE VALLADOLID

TITULO: EJEMPLO DE ASISTENCIA FARMACEUTICA NUTRICIONAL EN POBLACION MAYOR RURAL.

INSTITUCION: COLEGIO OFICIAL DE FARMACEUTICOS DE VALLADOLID.

AUTORES: Pachón J.I.1, Molpeceres I.2, Jódar M.T.3, García A.4

1 Farmacéutico titular de la O.F. de Villalba de los Alcores. Vocalía de Alimentación del C.O.F. de Valladolid.

2, 3, 4 Vocalía de Alimentación del C.O.F. de Valladolid.

INTRODUCCION: La alimentación de las personas mayores en nuestro medio es un determinante de salud incuestionable. Son muchos los cambios en el estilo de vida que se producen al envejecer. El objetivo prioritario es que los participantes adquieran una serie de habilidades y conocimientos, que en muchos casos han sido olvidados y en otros casos nunca aprendidos. Como objetivo específico queremos destacar la labor del farmacéutico comunitario como agente de salud en temas de alimentación y nutrición y si es posible que los participantes la valoren.

MATERIAL Y METODOS: La población diana elegida fue la población mayor de Villalba de los Alcores, Valladolid. La intervención fue programada para desarrollarse como un ciclo de 5 conferencias en el que se reflexionaba a cerca de lo que había sido su alimentación hacía unas décadas, cómo se había modificado recientemente y al mismo tiempo qué se entendía actualmente por alimentación saludable. Fundamentalmente se han desarrollado con una metodología pedagógica variada, centrada en la exposición oral pero combinada con algún taller experimental, fotocopias-resumen, participación en pequeños grupos de trabajo... etc.

RESULTADOS: Los resultados obtenidos podemos dividirlos en cuantificables y descriptivos ya que se pudo anotar la asistencia, asistencia mantenida al ciclo completo de charlas y el grado de satisfacción. Los resultados no cuantificables son más reveladores pues se ha despertado un interés sin precedente en este tema de la alimentación-nutrición en esta localidad.

CONCLUSIONES: La conclusión mayor que se extrae es que el farmacéutico se posiciona como un referente en temas de alimentación al ser el profesional sanitario más formado y cercano a la población rural. Al tiempo hemos conseguido formar a un grupo de alto riesgo en malnutrición, desnutrición...etc.

Área temática: Alimentación

AL-11

Cr y Co en variedades de té consumidas en la Isla de Tenerife

Pérez B1, Rubio C1,2, Hernández C1, Luis G1, Gutiérrez AJ1, Hardisson A1,2

1 Área de Toxicología de la Universidad de La Laguna. Campus de Ofra s/n. CP 38071.

2 Vocalía de Alimentación del Colegio Oficial de Farmacéuticos de la provincia de S/C de Tenerife

INTRODUCCIÓN: El té es la segunda bebida más consumida en el mundo. La planta del té (*Camellia sinensis*), de origen asiático, fue introducida en Europa en el siglo XVII y desde entonces ha sido consumida como tónico y estimulante. En la actualidad, las principales variedades consumidas de té son: té blanco (brotes más jóvenes), té rojo (semifermentado), té negro (fermentado) y té verde (sin fermentar), que se diferencian en su recolección y procesado. El cromo (Cr) y el cobalto (Co) son dos metales esenciales clasificados como ultra o microtrazas. La función más conocida del Cr es su participación metabolismo de la glucosa, mientras que el Co forma parte de estructura molecular de la vitamina B12, cuyo déficit causa enfermedad en el hombre. Ambos metales se encuentran diversificados en distintos grupos de alimentos.

OBJETIVO: Determinar el contenido de Cr y Co presente en distintas variedades de té de consumo en la isla de Tenerife y estimar la contribución a la ingesta por el consumo de sus infusiones.

MATERIAL Y MÉTODO: Se analizaron un total de 60 muestras de distintas variedades de té comercializadas en la Isla de Tenerife. El contenido de Cr y Co, tras incineración de la muestra en un horno mufla a 450°C durante 50 h, se determinó por Espectrofotometría de Absorción Atómica con Llama (EAA).

RESULTADOS: Los niveles medios de Cr obtenidos fueron de 0,59±0,19 mg/kg para té blanco; 1,385±0,34 mg/kg para té verde; 1,9505±0,53mg/kg para té negro y 2,55±0,55 mg/kg para té rojo.

En cuanto a los niveles medios de Co se obtuvieron 0,71±0,09 mg/kg para té blanco; 0,61±0,06 mg/kg para té verde; 0,68±0,04 mg/kg para té negro y 0,774±0,06 mg/kg para té rojo.

CONCLUSIÓN: La mayor concentración de Cr y Co se encuentra en la variedad de té rojo. La menor concentración de Cr se encuentra en la variedad de té blanco mientras que la menor concentración de Co se detecta en el té verde.