

Experiencia de educación nutricional en la oficina de farmacia

Estibaliz Angulo
Amelia Jiménez
Sesma
Juanjo del Álamo
Cristina Garmendia
Oficina de Farmacia
(Bilbao)

Resumen

Fundamento: La oficina de farmacia, por su contacto con los ciudadanos, es un importante instrumento de orientación nutricional, especialmente cuando los usuarios del servicio demandan este tipo de soporte. El objetivo de este trabajo es determinar cuáles son las consultas nutricionales más habituales que se realizan en la oficina de farmacia y el perfil de las personas que demandan la información.

Metodos: Se ha realizado un estudio transversal en una oficina de farmacia ubicada en la zona farmacéutica de Getxo (Vizcaya). Se incluyó en el estudio todas las personas que acudieron a la farmacia entre el 17/4/00 y el 24/5/00. La recogida de datos se realizó mediante entrevista conducida por el farmacéutico con las personas que expresaron alguna consulta relacionada con la alimentación, nutrición y dietética.

Resultados: Las personas con edades comprendidas entre 19 y 35 años configuraron el colectivo que demandó información dietética y nutricional con mayor frecuencia (49,9%), principalmente mujeres. Las personas mayores de 65 años solo representaron el 7,2% de todas las personas que realizaron consultas de este tipo en la farmacia. El 58% de los sujetos que solicitaban información lo hacían para su cuidado-interés personal.

Las cuestiones relacionadas con el peso corporal fueron objeto del mayor porcentaje de consultas, seguidas por aspectos de alimentación infantil, estreñimiento; y también aspectos de la alimentación en relación con las prácticas deportivas.

Conclusiones: Los resultados de este trabajo sugieren la oportunidad de aprovechar la privilegiada situación de la oficina de farmacia española para realizar una labor de educación nutricional que redundaría en un beneficio directo para la salud comunitaria, con el consiguiente ahorro de costes sanitarios.

Palabras clave: Farmacéutico. Oficina de farmacia. Educación nutricional. Salud comunitaria.

Summary

Background: Community Pharmacies due to their contact with citizens can play an important role in providing dietary counselling. The objective of this paper is to analyse frequently asked questions related to diet and nutrition in

a community pharmacy and the profile of people requesting this information.

Methods: A cross-sectional survey was conducted in a community pharmacy located in Getxo (Vizcaya) between April 17th and May 24th 2000. Data were collected by means of a personal interview in the pharmacy.

Results: People aged between 19 and 35 years was the age group who more frequently requested information related to diet and nutrition (49.9%), more women than men. Questions by old people aged more than 65 years were only 7.2% of all requests. 58% of the subjects requested information for themselves.

The main topics consulted were those related to body weight, followed by baby and children feeding; constipation and nutrition and diet in sports.

Conclusions: Results of this study show that community pharmacists provide an interesting opportunity to provide dietary advice and nutrition education, thus becoming actors in Community Health programs.

Key words: Pharmacists. Community pharmacy. Nutrition education. Community health.

Introducción

La oficina de farmacia es hoy en día, el establecimiento sanitario más accesible a la población. Hay aproximadamente 19.500 farmacias repartidas por todo el territorio del estado, facilitando que el 98% de la población tenga una farmacia a su alcance. Por otra parte, la función actual del farmacéutico/a, no debe únicamente limitarse a dispensar medicamentos, sino que, en base a su preparación y contacto frecuente con la población, debe asumir otras responsabilidades en materia de salud comunitaria.

La nutrición se ha convertido en un pilar fundamental de la salud comunitaria¹. Una alimentación y nutrición adecuadas son fundamentales para tener y conservar un buen estado de salud. La oficina de farmacia, por su contacto con los ciudadanos, es un importante instrumento de orientación nutricional, especialmente cuando los usuarios del servicio de-

Correspondencia:
Estibaliz Angulo
Avda Zugazarte, 40 2ª dcha
48930 Getxo
E-mail:
estianguo@hotmail.com

mandan este tipo de soporte. Diariamente en una oficina de farmacia se realizan consultas sobre nutrición y alimentación que el farmacéutico/a resuelve, sin que esta labor sea considerada como algo implícito a la función tradicionalmente asignada a la oficina de farmacia.

Hasta la fecha, se ha reclamado la función del farmacéutico/a en labores nutricionales^{2,3}, especialmente dentro del ámbito de farmacia hospitalaria, más específicamente en el área de nutrición enteral y parenteral. Existen estudios basados en experiencias muy concretas³⁻⁵, donde se llega incluso a solicitar la implantación de la especialización farmacéutica de asesor nutricional. Sería recomendable que esta inquietud que surge en el ámbito hospitalario, se pudiera hacer extensiva al servicio de oficina de farmacia, basándose en la idea de descentralización del servicio de farmacia hospitalaria que ya se aplica en otras áreas de la medicina comunitaria, como las unidades de día y la atención domiciliaria.

Es limitada la documentación existente acerca del papel del farmacéutico/a en la nutrición comunitaria, lo que hace aún mucho más interesante comenzar a profundizar sobre este tema. Los estudios realizados hasta la fecha son escasos.

El objetivo que se persigue en este trabajo es determinar cuáles son las consultas nutricionales más habituales que se realizan en la oficina de farmacia y el perfil de las personas que demandan la información, en la convicción de que estos parámetros preliminares son fundamentales para establecer posteriores planes de actuación desde la oficina de farmacia.

Material y método

Se ha realizado un estudio transversal en una oficina de farmacia ubicada en la zona farmacéutica de Getxo (Vizcaya). Se incluyó en el estudio todas las personas que acudieron a la farmacia entre el 17/4/00 y el 24/5/00 durante las horas en que la oficina permaneció abierta a la atención al público. La recogida de datos se realizó mediante entrevista conducida por el farmacéutico con las personas que expresaron alguna consulta relacionada con la alimentación, nutrición y dietética.

El protocolo incluía los siguientes apartados:

- Edad de la persona que realiza la consulta
- Tema motivo de la consulta
- Momento del día en el que se realiza la consulta

Los datos se codificaron e informatizaron. El análisis estadístico se llevó a cabo mediante el programa SPSS (V 8.0). Se ha utilizado el test de Chi cuadrado para la comparación de porcentajes. Se consideró como nivel de significación estadística valores de $p < 0,05$.

Resultados

Concluida la recogida de datos, se cumplimentaron 175 cuestionarios, que representan el 1,60% de las personas que entraron en la oficina de farmacia durante el periodo de estudio. El porcentaje de mujeres que formuló alguna consulta (79%) fue significativamente más elevado que la proporción de varones (21%) ($p < 0,01$).

La Figura 1 muestra la distribución del participante en función de la edad de la persona que consulta. Las personas con edades comprendidas entre 19 y 35 años configuraron el colectivo que demandó información dietética y nutricional con mayor frecuencia (49,9%). Las personas mayores de 65 años solo representaron el 7,2% de todas las personas que realizaron consultas sobre alimentación y nutrición en la farmacia.

El 58% de los sujetos que solicitaban información lo hacían para su cuidado-interés personal. El mayor porcentaje de las consultas hacían referencia a cuestiones nutricionales útiles para adultos jóvenes (19-35 años), segmento de población que representaba el 26,3% de todas las consultas. Este colectivo coincide con quien formula la consulta en mayor medida. Los niños menores de 10 años y las personas mayores de 51 años fueron el motivo del 21% de las consultas respectivamente. La Figura 2 muestra la

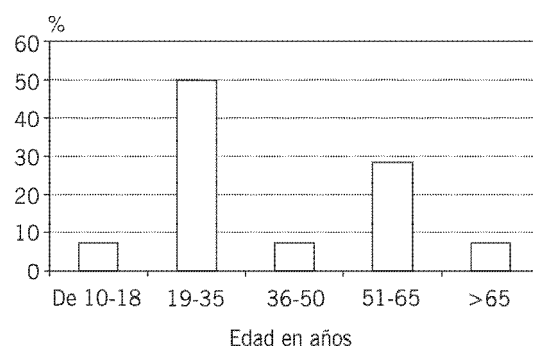


Figura 1. Distribución del colectivo de personas que realizó alguna consulta sobre temas relacionados con la alimentación, nutrición y dietética en la farmacia por grupos de edad

distribución por grupos de edad de los individuos para quien se solicitaba la información.

Las cuestiones relacionadas con el peso corporal fueron objeto del mayor porcentaje de cuestiones, seguidas por aspectos de alimentación infantil, estreñimiento; y también aspectos de la alimentación en relación con las prácticas deportivas. En la Figura 3 se recogen los principales temas sobre los que se demandó información y fueron motivo de consulta.

Las consultas se distribuyeron homogéneamente a lo largo del día, si bien la mañana (31,6%) y la noche (31,6%) concentraron los porcentajes más elevados (Figura 4).

Figura 2. Distribución por grupos de edad de los individuos para quien se solicitaba la información

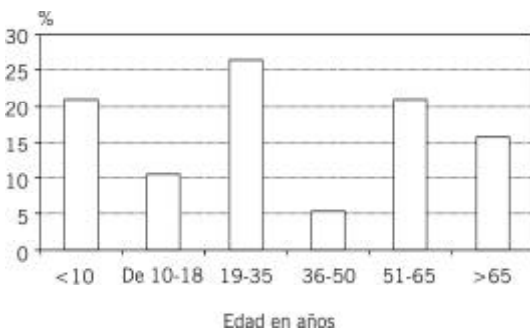
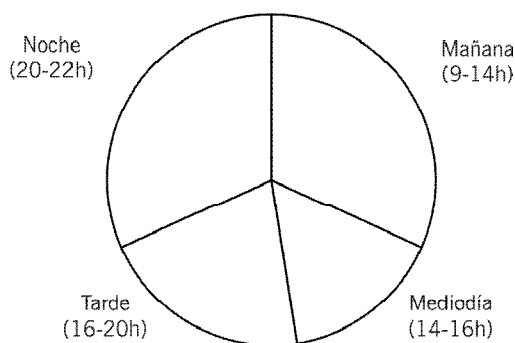


Figura 3. Principales temas sobre los que se demandó información y fueron motivo de consulta



Figura 4. Momento del día en que se formularon las consultas



Discusión

Los resultados de este trabajo ponen de manifiesto que los ciudadanos acuden con cierta frecuencia a las oficinas de farmacia y solicitan información sobre alimentación, nutrición y dietética. Son las mujeres quienes demandan información con mayor frecuencia que los hombres.

A la luz de los datos observados, el perfil que configura a las personas que consultan sobre alimentación y nutrición en la farmacia corresponde al colectivo de mujeres de mediana edad que tiene familia a su cargo. Probablemente esto se debe a que, pese a los cambios sociales, hoy en día la mujer es la que se responsabiliza mayoritariamente del cuidado de la familia y por tanto, de su alimentación.

Se constata que muchas veces no se acude a la farmacia buscando información nutricional, si no que se va por otros motivos y esa información es proporcionada por el profesional sanitario de forma adicional. En otras ocasiones se viene a la farmacia en busca de medicamentos y allí se comentan las pautas dietéticas propuestas por el médico, buscando la confirmación, correcciones, elementos complementarios o incluso recomendaciones prácticas.

Es interesante reseñar que con frecuencia se formulan consultas acerca de la utilidad, necesidad o conveniencia de la utilización de complejos vitamínicos-energéticos que ayuden a aumentar el rendimiento mental y/o deportivo. Sin embargo, raramente se pregunta acerca de las pautas para una alimentación saludable y equilibrada en personas sanas.

La mayor parte de las consultas hace alusión a la estética (eliminar esos kilos de más que sobran a la hora de ponerse el bañador, o complejos vitamínicos que ayuden a prolongar el bronceado o como adquirirlo antes, etc.) así como la alimentación infantil (cuando introducir los diferentes alimentos, distintas texturas en ellos, etc.).

En resumen, se puede decir en términos generales que son las mujeres, y especialmente aquellas de mediana edad las que más se interesan por temas de alimentación, que además su interés crece cuando saben que disponen de un asesor titulado en materia de nutrición, que se interesan más por aspectos concretos de algunas patologías (diabetes, hipercolesterolemia, hipertensión arterial), estados fisiológicos especiales (embarazo, lactancia) que por las normas básicas para llevar una alimentación sana

y equilibrada, y que casi nunca demandan directamente la información, sino que esta es proporcionada de forma adicional.

En este sentido, es destacable la experiencia desarrollada en oficinas de farmacia de Dinamarca en 1999⁶, que se impartió un curso de asesoramiento dietético para disminuir la prevalencia de la obesidad, y tras un año de seguimiento a los pacientes, se concluyó que los resultados eran comparables a los obtenidos en clínicas y consultas, pero con un coste sensiblemente inferior. En España el programa PLENUFAR⁷ promovido por el Consejo General de Colegios Farmacéuticos en el año 1993 impulsó la participación de las oficinas de farmacia como punto de educación nutricional, registrando una importante participación. También en Australia⁸ y en Canadá⁹ se han descrito experiencias encaminadas a promover el papel del farmacéutico en la Salud Comunitaria y en programas de promoción de la salud.

Los resultados de estos programas ponen en evidencia la necesidad de ofertar oportunidades de formación continuada a los farmacéuticos en temas de alimentación, nutrición y dietética. También sería necesario facilitar la adquisición de habilidades y el conocimiento de técnicas de entrevista y consejo dietético¹⁰.

Todo lo señalado anteriormente induce a pensar que se podría aprovechar la privilegiada situación de la oficina de farmacia española para realizar una labor de educación nutricional que redundaría en un beneficio directo para la salud comunitaria, con el consiguiente ahorro de costes sanitarios.

Bibliografía

1. Cynober L. The pharmacist-nutritionist: myth or necessity?. *Ann Pharm Fr* 1998;56(3):139-40.
2. Strausburg KM. Nutrition support pharmacist board certification process. *Hosp Pharm* 1995 Mar;30(3):192-6,199-200,207.
3. Holcombe BJ & cols. Analysis of the practice of nutrition support pharmacy speciality. *Pharmacotherapy* 1995 Nov-Dec;15(6):806-13.
4. McDermott LA & cols. Nutritional support: pharmacists' influence on the prescriptions. *Top Hosp Pharm Manage* 1994 Oct;14(3):30-9.
5. Faber EM. Program for training staff pharmacist in total parenteral nutrition. *Am J Hosp Pharm* 1991 May;48(5):980-6.
6. Toubro S & cols. Dietary guidelines on obesity at Danish pharmacies. Results with a 1-year follow-up. Research Group on Human Nutrition. *Ugeskr Laeger* 1999 Sep 20;161(38):5308-13.
7. Mataix J, Aranceta J. *Plan de Educación Nutricional por el Farmacéutico (PLENUFARM)*. Madrid: Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos- Sigma Dos, 1995.
8. Hughes R. Nutrition education in rural Australia: why?, who? And how?. *Aust J Rural Health* 1996;4:131-6.
9. O'Loughlin J, Masson P, Dery V, Fagnan D. The role of community pharmacists in health education and disease prevention: a survey of their interests and needs in relation to cardiovascular disease. *Prev Med* 1999; 28:324-31.
10. Lee AJ, Borham A, Korman NE, Keeney BE, Mock E. Staff development in pharmacist-conducted patient education and counseling. *Am J Health Syst Pharm* 1998;55:1792-8.

