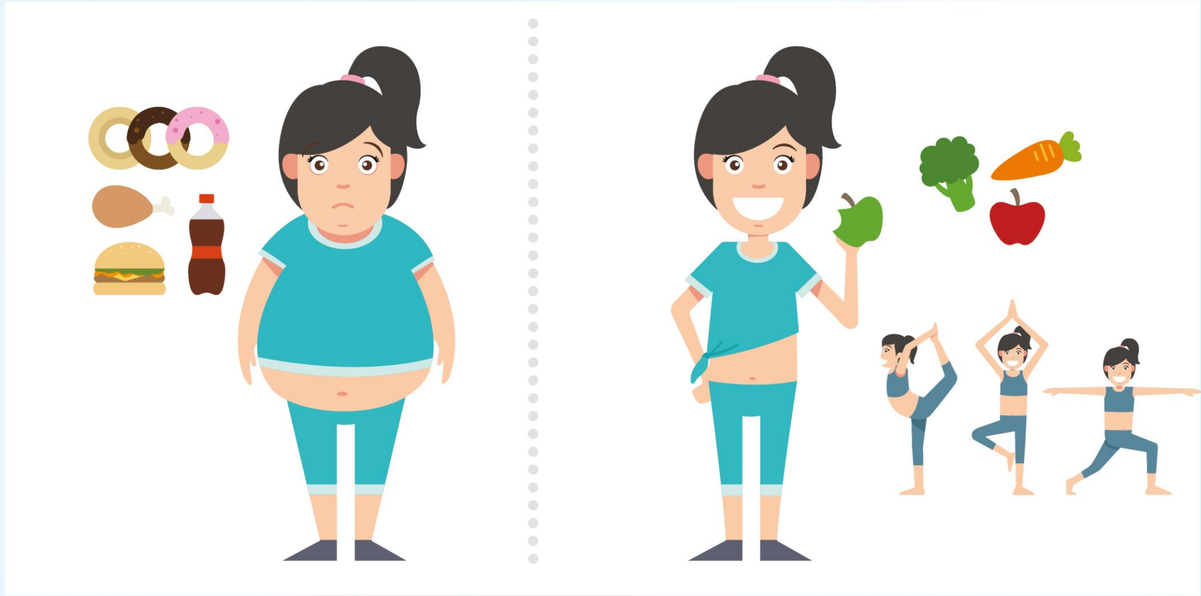
# Diversos servicios profesionales farmacéuticos ofertados en la farmacia comunitaria logran mejorar los niveles de colesterol total y glucemia y controlar el peso de los pacientes

FARMACIA TRAUMATOLOGÍA

Nº 152

Sebastián R. Martínez Pérez, María Paz Martínez, Sonia Ferrer

## PRESENTACIÓN



Hombre de 42 años con sobrepeso. Diagnosticado de hipercolesterolemia y diabetes tipo II. En tratamiento con simvastatina 20 mg (0-0-1), metformina 850 mg (0.5-1-0.5) y gliclazida 60 mg (0-1-0). El paciente acude a la farmacia comunitaria a recoger su medicación y comenta que se siente desconfiado del tratamiento, que se hace pruebas de glucosa y siempre tiene valores superiores a 120 mg/dL, aún tomando el tratamiento antidiabético según pauta indicada por el médico, y que la simvastatina no la toma últimamente porque nota dolor en piernas y articulaciones desde que la empezó a utilizar.

## INTERVENCIÓN

Se incorpora al paciente al servicio de Seguimiento Farmacoterapéutico (SFT) de la farmacia. Se pesa al paciente (98 kg) y se calcula su índice de masa corporal (IMC), que es de 31 kg/m$^2$. Con el servicio de determinación analítica de parámetros de la farmacia se realizan, con el dispositivo Reflotrón, una prueba de colesterol total (obteniendo un valor de 235 mg/dL) y otra de glucosa basal (135 mg/dL). Además, con el dispositivo Cobas, se realiza una prueba de hemoglobina glicosilada (7,9%). Se le pregunta al paciente sobre sus hábitos alimenticios y de vida y contesta que lleva poco orden con respecto a las horas de las comidas, que come pocos dulces por la diabetes, que no hace ningún tipo de actividad física y que no sabe qué alimentos son poco recomendados para su problema de salud. Se le incorpora al servicio de consejo nutricional de la farmacia y se le da cita para la semana siguiente. Se le diseña un régimen alimenticio personalizado y se le informa de los alimentos que no son recomendados para la diabetes y el colesterol que él padece y también sobre cómo debe hacer la ingesta de hidratos de carbono y de frutas. Además, se le aconseja tomar un complemento alimenticio a base de ácido omega3, semillas de lino y extracto de ajo, indicándole la posología (2-0-2) para disminuir sus valores de colesterol. También se le hace ver la importancia en su caso de realizar una actividad física moderada y se le propone caminar por lo menos 30 minutos al día de manera continuada.

## RESULTADOS

El paciente acude cada dos semanas al servicio de consejo nutricional de la farmacia para ajustar su dieta, comprobando la pérdida de peso que se va logrando. Pasados dos meses, se vuelve a hacer las pruebas de colesterol total (obteniendo un valor de 203 mg/dL), de glucosa basal (109 mg/dL) y de hemoglobina glicosilada (6,5%). Además, se comprueba que su peso es de 92 kg (por lo que ha logrado un descenso de 6 kg en dos meses).

## CONCLUSIÓN

**Desde la farmacia comunitaria, con los servicios de SFT, de determinación analítica de parámetros y de consejo nutricional, con unas pautas alimenticias correctas y hábitos de vida saludables, se consiguen mejorar los niveles de colesterol total y glucemia del paciente, así como favorecer la disminución de su peso, mejorando de esta forma su calidad de vida.**