

DETECCIÓN Y ABORDAJE DEL RIESGO NUTRICIONAL DESDE LA FARMACIA COMUNITARIA EN PERSONAS MAYORES

Autores: Rosario Ferra Monserrat

*Farmacéuticos comunitarios

Autor correspondencia: rferra@telenet.es

Introducción

España en el año 2050, se situará como el país más envejecido del mundo según las proyecciones llevadas a cabo por la Organización de Naciones El libro blanco del envejecimiento activo recalca la importancia de los modelos de vida saludable para conseguir una mayor calidad de vida e independencia en la vejez

Objetivo

GENERAL Estudio observacional de la población anciana para determinar el riesgo de desnutrición, la calidad de vida y la independencia de las personas mayores, informando y concienciando de la relación nutrición salud. **SECUNDARIOS** Estudio en las personas mayores de los factores que se asocian al riesgo nutricional, factores biológicos psicosociales, situaciones patológicas

Método

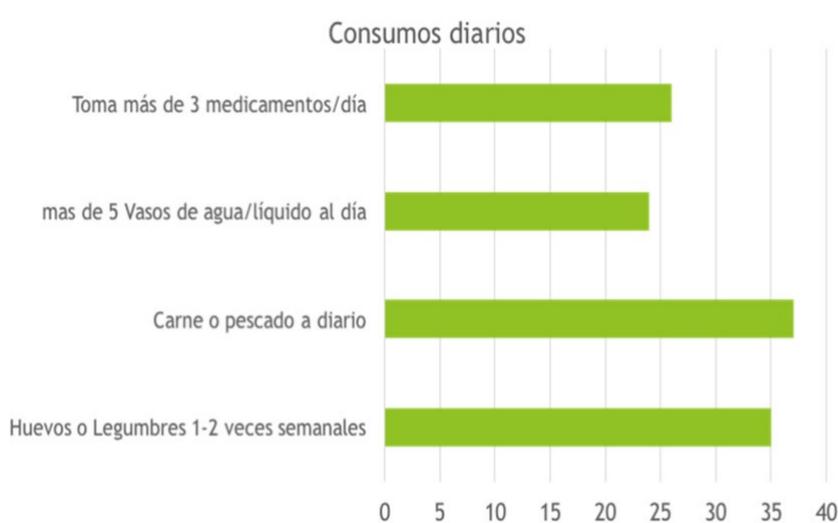
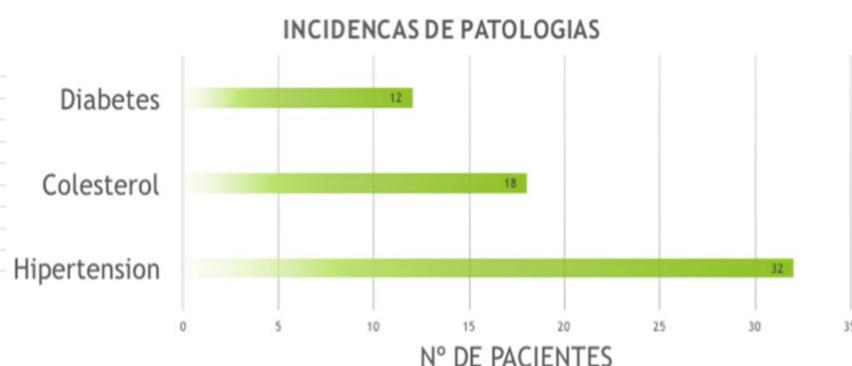
Estudio observacional transversal. Farmacia Alicante(Parcent) durante mayo de 2016.

Criterios de Inclusión: Personas de 65 años o más que acuden a la farmacia con autonomía suficiente para contestar y que consienten en hacerlo. Datos: peso, talla, IMC, circunferencia braquial y de pantorrilla. También **Patologías relevantes. Problemas de salud que refiera el paciente** y toma de tensión arterial. **Evaluamos el estado nutricional** utilizando la Plantilla MNA® (Mini Nutritional Assessment) Cumplimentamos la totalidad de la encuesta con la plantilla MNA® hasta el final, aunque la primera parte del cribaje nos haya dado como resultado un estado nutricional normal Identificamos al paciente. **Ofrecemos información oral y escrita. Derivamos al médico, si fuera necesario.**

Resultados

Analizamos resultados de 40 pacientes, todos los encuestados tienen movilidad, viven independientes en su domicilio y se alimentan solos sin ayuda. Mayoría mujeres con edad 71-80 años, 80% son hipertensos, 45% con colesterol elevado, 30% de diabéticos, 90% IMC \geq 23, El resto de patologías que nos refiere el paciente son en bajo porcentaje y nos sirve para proporcionar consejo nutricional específico. Destacamos el elevado consumo de frutas y verduras y la adecuada ingesta de agua.

De los pacientes con riesgo de desnutrición cinco de ellos hacen solo una comida diaria, dos toman menos de 3 vasos de líquidos al día, un paciente toma equivocadamente un suplemento nutricional. Dos no toman carne o pescado a diario. Dos no toman a diario frutas ni verduras. Uno no toman frutas ni verduras a diario.



Conclusión

Los datos obtenidos revelan que el estudio nutricional en las personas mayores contribuye a reducir el riesgo nutricional y su trascendencia ya que en muchos casos con un consejo a tiempo o una derivación al medico se puede evitar la desnutrición.