

Alimentación equilibrada y hábitos saludables desde la infancia

EL MEDICAMENTO ES LA COLUMNA VERTEBRAL DEL FARMACÉUTICO, PERO SU AMPLIA FORMACIÓN ACADÉMICA LE HACE SER TAMBIÉN EXPERTO EN OTRAS MATERIAS COMO NUTRICIÓN, SIENDO ESTA DISCIPLINA UN ESPACIO MULTIDISCIPLINAR EN EL QUE PARTICIPAN VARIAS PROFESIONES.

La relación del farmacéutico con la alimentación es tan antigua como la propia profesión farmacéutica. Y lo es por la formación académica de grado y posgrado, y por la legislación que avala al farmacéutico para actuar en esta disciplina.

Vamos a proporcionar algunos datos relevantes. Aproximadamente el 15 % de los farmacéuticos colegiados, más de 8000 profesionales, tienen como modalidad de ejercicio profesional la alimentación/nutrición, según datos del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos.



Las oficinas de Farmacia en España ofrecen cada año alrededor de 20 millones de consejos relativos a la nutrición y se realizan semanalmente 36.7000 controles de peso/talla en bebés y adultos, lo que supone un total de más de 19 millones de controles anuales, como un elemento más de la atención farmacéutica, consiguiendo así un ahorro al Sistema Nacional de la Salud y contribuyendo de esta manera a la sostenibilidad del sistema.

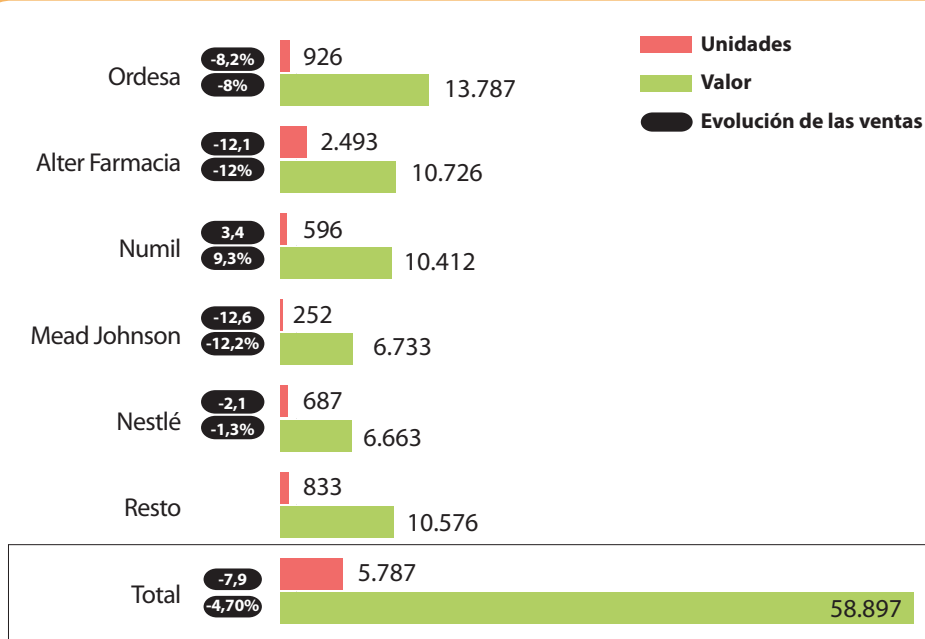
El 90 % de las farmacias están especializadas en productos de alimentación infantil, y los farmacéuticos se encuentran suficientemente cualificados, como profesionales del área de la salud, para atender con seguridad y eficiencia a las demandas de información que plantean los padres. Esto se traduce en que un tercio de las compras de productos de alimentación infantil en farmacias va acompañada de una consulta, y que más del 50% de los farmacéuticos facilitan información de forma proactiva a sus clientes, siempre o casi siempre sobre las características y utilización de los alimentos infantiles. El farmacéutico es una fuente fundamental de información y apoyo a las familias, en un aspecto tan importante para los padres y la sociedad como la alimentación de un bebé.

Retos

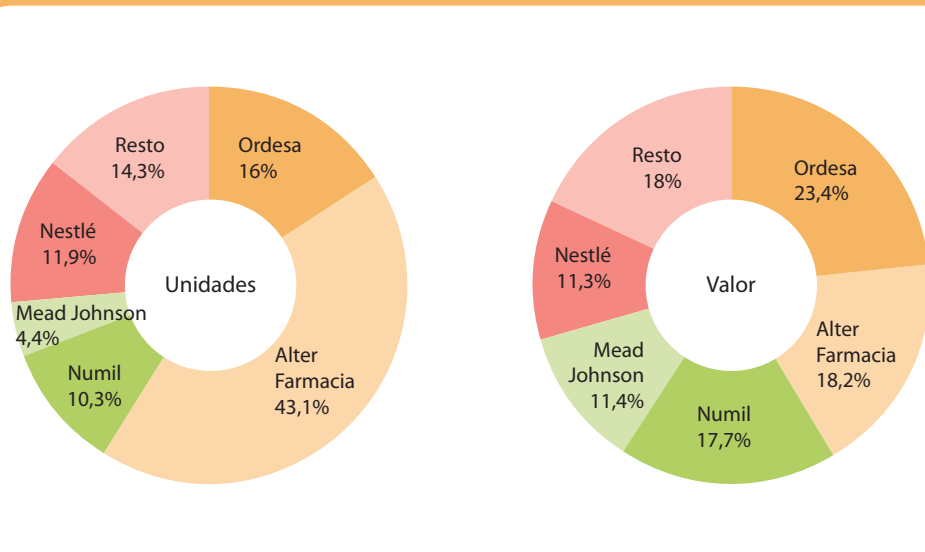
La principal preocupación y desafío que encuentra el sector de la alimentación infantil se encuentra en el continuado decrecimiento de la tasa de natalidad en el país que, con la excepción del año 2014, desde el año 2008 viene sucediendo. La correlación positiva existente entre las ventas del sector y la tasa de natalidad convierte a ésta última en el principal impulsor de la demanda, y su descenso provoca una caída en las ventas de productos de alimentación infantil.

Las proyecciones poblacionales que estableció el INE en el año 2014, ofrecen un panorama que no da lugar a dudas de la tendencia que en la que está inmersa la sociedad española. Para el periodo 2014-2064, España perdería algo más de 5,6 millones de habitantes, pasando a tener

MERCADO ALIMENTACIÓN INFANTIL Ventas en Miles. (Junio, julio, agosto 2017)



Cuota de mercado. (Junio, julio, agosto 2017)



Fuente: QuintilesIMS Categoría 35. Elaboración: IMFarmacias

**UN TERCIO DE LAS
COMPRAS DE PRODUCTOS
DE ALIMENTACIÓN
INFANTIL EN FARMACIAS
VA ACOMPAÑADA DE UNA
CONSULTA**

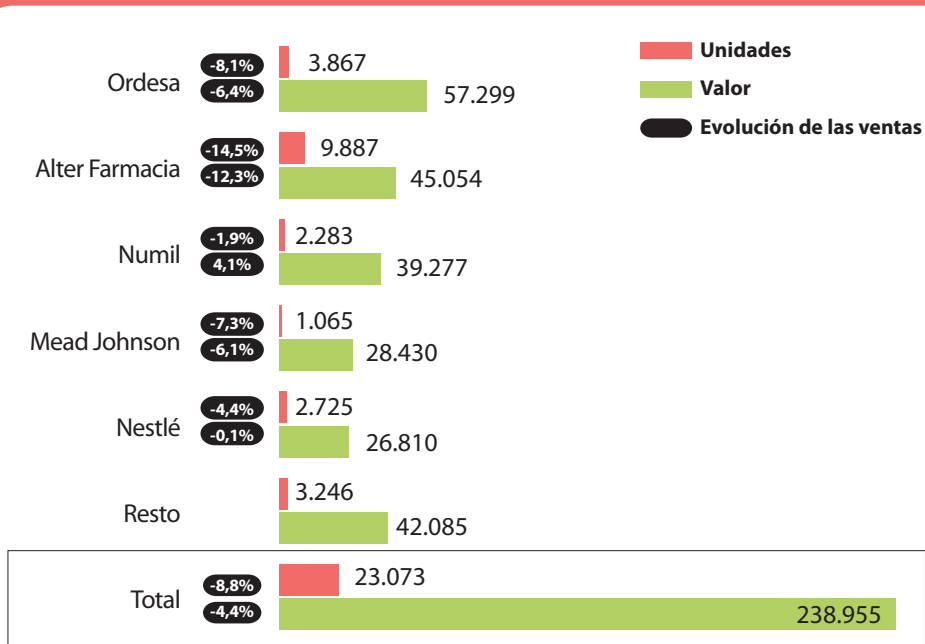
40,9 millones de habitantes. El descenso de los nacimientos junto con el progresivo aumento de las defunciones y un saldo migratorio positivo, pero insuficiente para compensar el saldo vegetativo negativo, son las causas que el INE establece y que proporciona un panorama demográfico muy diferente del vivido anteriormente por la sociedad española. El sector de la alimentación infantil se enfrenta a unos desafíos que la crisis económica puso

en marcha, incluyendo cambios en los canales comerciales, así como el surgimiento de nuevas marcas del distribuidor o productos orgánicos para bebés.

Adaptación

Fórmulas sin lactosa, de proteína de soja, de hidrolizados proteicos, monoméricas, antiestreñimiento, anticólico, antirreflujo, antirregurgitación, día/noche, para el lactante prematuro

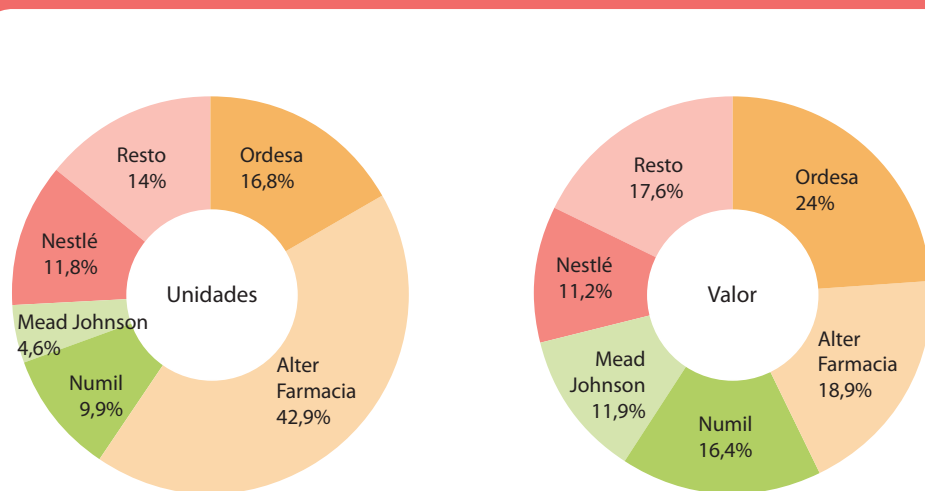
MERCADO ALIMENTACIÓN INFANTIL Ventas en Miles. (Septiembre 2016- Agosto 2017)



o para el tratamiento dietético de errores congénitos del metabolismo. La farmacia dispone de una amplia variedad de fórmulas especiales con las que es posible abordar con éxito distintos trastornos digestivos, alérgicos o de otro tipo que afectan al lactante. La colaboración del pediatra y el farmacéutico es, en este terreno, muy valiosa, y debe ser potenciada al máximo entre ambos colectivos. Indudablemente, la leche materna constituye el alimento de elección preferente en el lactante durante los primeros seis meses de vida. Además de suministrar el mejor aporte metabólico, disminuye la sensibilización alérgica y aumenta la inmunidad, por lo que protege frente a infecciones, disminuye el riesgo de muerte súbita y confiere cierta protección frente a enfermedades crónicas. Sin embargo, existen circunstancias especiales que hacen necesario buscar otras alternativas de alimentación para complementar o suplir la lactancia materna, y en ellas deben utilizarse las fórmulas adaptadas, cuya composición está regulada por diversos organismos internacionales.

LA CORRELACIÓN POSITIVA EXISTENTE ENTRE LAS VENTAS DEL SECTOR Y LA TASA DE NATALIDAD CONVIERTE A ÉSTA ÚLTIMA EN EL PRINCIPAL IMPULSOR DE LA DEMANDA

Cuota de mercado. (Septiembre 2016- Agosto 2017)



Las fórmulas adaptadas están diseñadas para alimentar al lactante con biberón, sustituyendo total o parcialmente la leche materna. Se elaboran a partir de la leche de vaca y están indicadas para el lactante sano a término o para el lactante pretérmino grande (peso al nacer mayor de 2.500 g). Generalmente estas fórmulas son bien aceptadas, pero un porcentaje de lactantes (2,5-5%) sufre, en el primer año de vida, una alergia a la proteína de la leche de vaca.

En aquellos pacientes en que se presenten intolerancias o alergias dietéticas, problemas gastrointestinales que suponen alteraciones en la absorción o de otra índole, o bien errores congénitos del metabolismo, se debe recurrir a la administración de fórmulas especiales, destinadas a satisfacer las necesidades nutricio-

Fuente: QuintilesIMS Categoría 35. Elaboración: IMFarmacías

nales de dichos lactantes durante los primeros meses de vida. Las fórmulas especiales deben reservarse para su uso en lactantes que presentan algún trastorno que impide la utilización de una fórmula convencional.

Foco asistencial

El consejo del farmacéutico en la alimentación infantil desde siempre ha estado asociado a su ejercicio en la farmacia comunitaria. Para el ciudadano no resulta extraño acudir a la farmacia a pedir un consejo y asesoramiento en esta materia. No en vano, el farmacéutico, por sus peculiares características, es el profesional sanitario más cercano al ciudadano. Entre los objetivos del Plan Estratégico a desarrollar por la Farmacia Comunitaria en los próximos años se encuentra el de aprovechar el potencial asistencial de la farmacia comunitaria y el de impulsar la práctica colaborativa con otros profesionales, tal como viene reflejado en el Informe "Colaboración entre Profesionales Sanitarios, clave en la Sanidad futura", que refuerza el punto 9 de la Declaración de Córdoba presentada en el XIX Congreso Nacional Farmacéutico. Estos objetivos se alinean con el papel que el farmacéutico, que ejerce su labor en la farmacia, tiene asignado en materia de asesoramiento y consejo en la alimentación infantil. Su interrelación con otros profesionales expertos en alimentación infantil es fundamental a la hora de llevar a cabo políticas que consigan los mejores resultados en salud, con la máxima eficiencia. El asesoramiento en materia de seguridad alimentaria y alergias alimentarias, las campañas sanitarias dirigidas a la población, las recomendaciones en productos e higiene alimentaria, los consejos sobre hábitos alimentarios saludables en alimentación infantil, tanto a los menores como a sus familias, son tareas que el farmacéutico desarrolla en la farmacia comunitaria de forma habitual.

Las farmacias tienen un amplio bagaje en el desarrollo de campañas sanitarias sobre nutrición. Un ejemplo son las campañas del Plan de Educación Nutricional por el Farmacéutico (Plenufar) organizadas por el Consejo general de Colegios Oficiales de Farmacéuticos a través de la vocalía nacional de alimentación. En su primera edición, Plenufar I fueron más de 3.000 farmacéuticos que formaron a 100.000 amas de casa. En la

LA FARMACIA DISPONE DE UNA AMPLIA VARIEDAD DE FÓRMULAS ESPECIALES CON LAS QUE ES POSIBLE ABORDAR CON ÉXITO DISTINTOS TRASTORNOS DIGESTIVOS, ALÉRGICOS O DE OTRO TIPO

segunda edición, Plenufar II, 3.000 farmacéuticos educaron en nutrición a 120.000 escolares entre 10 y 14 años. En la edición de Plenufar IV se eligió como población diana las mujeres en estado preconcepcional, las mujeres embarazadas, madres lactantes y primeros meses del recién nacido, conscientes de la importancia y trascendencia de la alimentación de este colectivo en la salud futura del niño. Participaron 13.845 mujeres y más de 2.800 farmacéuticos.

Además, desde la farmacia se colabora con las administraciones y se informa y se distribuye material elaborado por las autoridades sanitarias, organizaciones profesionales, o por los propios farmacéuticos, que afectan a la nutrición infantil. Así, la labor que desempeñan en la prevención y el control de la obesidad infantil es una evidencia de su actuación en salud pública. En este sentido, y por fijar un foco actual, se pone de manifiesto la preocupación que muestra la Unión Europea por el enorme aumento de la obesidad infantil, con consecuencias futuras para la población nada prometedoras si no somos capaces de atajarlo a tiempo. Su Plan de Acción en la Obesidad Infantil 2014-2020 tiene como objetivo principal detener el aumento de sobrepeso y obesidad en los niños y jóvenes (0-18 años) para 2020. Los farmacéuticos tienen aquí un papel primordial en consejo, orientación en alimentación y hábitos saludables.

Los consejos de información sanitaria por parte del farmacéutico son fruto de sus conocimientos científicos, han de ser personalizados, informados en zonas de atención personalizada (ZAP), en coordinación con otros profesionales sanitarios, realizados de manera comprensiva y utilizando información escrita adaptada a las necesidades de los usuarios, no comercial, y se han de registrar para poder evaluarse. +

Recomendaciones desde la farmacia para una base nutricional adecuada desde la infancia

- Aumentar el consumo de productos lácteos (leche, queso, yogur), que por su riqueza en calcio favorecen la mineralización ósea y evitarán la osteoporosis.
- Aumentar el consumo de frutas, verduras, pan, cereales y legumbres ricas en almidón.
- Disminuir el consumo de alimentos ricos en grasas y azúcares (calorías vacías).
- Disminuir el consumo de alimentos ricos en colesterol y grasas saturadas. Se puede lograr sustituyendo la bollería industrial por otros productos de elaboración casera, consumir más pescado, utilizar aceite vegetal (oliva, girasol) en lugar de grasa animal. Los huevos deben consumirse con moderación (máx. 3 por semana).
- Disminuir el consumo de alimentos salados y fritos.
- Realizar ejercicio físico de forma regular.
- Repartir el consumo de nutrientes en 5 comidas al día.



Nestlé

NAN Optipro Supreme 2 es la primera y única fórmula infantil con dos oligosacáridos (HMOs) diseñados estructuralmente idénticos a los de la leche materna. NAN Optipro Supreme 2 favorece el crecimiento de bifidobacterias y reduce el crecimiento de bacterias potencialmente patógenas por lo que se producen menos casos de bronquitis y, por tanto, se reduce a un menor uso reportado de antibióticos y antipiréticos.



Ordesa

Blevit Puré ayuda a los más pequeños a dar el paso definitivo hacia una alimentación variada. Los purés están elaborados con verduras, hortalizas y legumbres y/o carne, que al combinarse con lácteos y arroz presentan una textura más homogénea y un sabor más suave, para adaptarse al gusto de los más pequeños. La nueva gama de Blevit Puré incorpora ingredientes de primera calidad y se pueden encontrar en tres variedades diferentes: Blevit plus Crema de verduras, Blevit plus Guisantes tiernos con delicias de ternera y Blevit plus Zanahorias baby con pollo.



Capricare

La leche de fórmula Capricare está hecha a base de leche entera de cabra, conservando el 100% de sus proteínas sin manipulación ni descomposición y manteniendo el 55% de las grasas de la leche de cabra. Capricare se obtiene durante un proceso de fabricación más sencillo y natural y es nutricionalmente completa y apta para el desarrollo del bebé. Tiene un olor y sabor suave y no contiene aceite de palma, conservantes, gluten ni azúcares añadidos. Actualmente está disponible en dos presentaciones: Capricare 1, de inicio (de 0 a 6 meses) y Capricare 2, de continuación (desde 6 meses).



Abbot

PediaSure es nutrición completa y equilibrada para completar la dieta diaria de niños a partir de 1 año cuya ingesta nutricional pueda ser insuficiente. Contiene los nutrientes de los cinco grupos de alimentos, así como proteínas, 13 vitaminas y 14 minerales incluyendo hierro. De esta manera, al complementar la dieta con PediaSure se contribuye a mantener su crecimiento y desarrollo en condiciones normales.



Hero

Hero Pedialac Plus es un alimento enriquecido con los nutrientes que necesita el niño que no come de todo para complementar su dieta diaria. Garantiza un aporte diario de nutrientes al niño de 1 a 10 años, mientras aprende a comer dentro de una dieta completa y variada. Posee proteínas, calcio, fósforo y vitamina D que ayudan al correcto crecimiento y desarrollo normal de los huesos. Con yodo, para el correcto crecimiento del niño. Con hierro, que contribuye al desarrollo cognitivo normal del niño. Con vitaminas B1, B2 y B5, que contribuyen al metabolismo energético normal.



Nutribén

Las Papillas Nutribén Innova tienen una fórmula exclusiva con BPL1. Además presentan alto porcentaje de cereales, son una rica fuente de fibra, con FOS y están enriquecidas con 11 vitaminas y minerales: el calcio, magnesio y vitamina D –que son necesarios para el crecimiento y desarrollo normales de los huesos en los niños- y con hierro que contribuye al desarrollo cognitivo. No contienen azúcares añadidos ni aceite de Palma. Están disponibles en referencias en tamaño de 600 gramos: Cereales sin gluten, Crema de arroz, 5 Cereales, 8 Cereales, 5 Cereales Extra Fibra, y 8 cereales Extra Fibra.

