

Alimentación infantil, una huella en la salud para toda la vida

EN UN ENFOQUE MULTIDISCIPLINAR DE LA NUTRICIÓN INFANTIL, EL FARMACÉUTICO APORTA FORMACIÓN, EXPERIENCIA Y UN ESTABLECIMIENTO SANITARIO PRIVILEGIADO PARA LABORES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD POR SU CERCANÍA Y ACCESIBILIDAD: LA FARMACIA COMUNITARIA.

La alimentación infantil se ha convertido en todo un reto para las empresas fabricantes del sector en España, ya que la reducción de nacimientos de los últimos años está condicionando el crecimiento del mercado potencial, sobre todo en el apartado de las leches de fórmula sustitutivas de la lactancia materna, que es lo más vendido en el canal farmacia.

La formación del farmacéutico incluye un gran número de materias relacionadas con la nutrición, conocimientos completados con los estudios de posgrado y la formación continuada. Este perfil académico



ha permitido al farmacéutico ampliar su presencia y labor en ámbitos como la Universidad, la industria alimentaria o la farmacia, en la que alrededor de 8000 profesionales tienen como modalidad de ejercicio la alimentación y la nutrición.

Hablar de alimentación infantil en la farmacia es pensar a priori en estanterías llenas de leches de continuación, de inicio, productos antirregurgitación, cereales sin gluten...Lo cierto es que un servicio de atención farmacéutica en nutrición que se precie no puede prescindir de estos artículos, aunque, por su puesto, se parte de la premisa de que el farmacéutico lo primero que tiene que hacer cuando tiene delante una embarazada o a una mujer con un bebé, es promover la lactancia materna. Cuando por diversas razones la lactancia no es posible, o la mujer no quiere, entonces el consejo farmacéutico debe centrarse en explicar los tipos de leche que hay en el mercado para que puedan escoger.

Así pues, la alimentación del lactante es uno de los pilares del servicio nutricional centrado en los más pequeños y por donde se podría empezar; pero no es el único. Los padres, sobre todo los primerizos, tienen muchas dudas relacionadas con la introducción de los nuevos alimentos, y es en este momento cuando puede surgir el problema de la neofobia o rechazo

a lo que no conocen, de la que el farmacéutico puede informar y dar consejos sencillos para ayudar a superarlo.

Necesidades nutricionales

La experiencia de la profesión en el desarrollo de iniciativas sobre nutrición tiene su mejor exponente en los ya clásicos Planes de Educación Nutricional por el Farmacéutico (Plenúfar). A lo largo de sus seis ediciones, farmacéuticos de toda España han formado a amas de casa, escolares, personas mayores, mujeres en etapa pre-concepcional, embarazo y lactancia, y mujeres en etapa menopáusica. Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la correcta alimentación del lactante y del niño pequeño es un factor fundamental para mejorar la supervivencia infantil y fomentar un crecimiento y desarrollo saludables. Los dos primeros años de vida son especialmente importantes: una nutrición óptima durante este periodo reduce la morbilidad y la mortalidad, así como el riesgo de enfermedades crónicas,

y favorece el desarrollo integral del niño. La elección del tipo de lactancia (materna o de fórmula), la correcta introducción de la alimentación complementaria y el establecimiento de hábitos nutricionales saludables son los hitos principales de esta etapa.

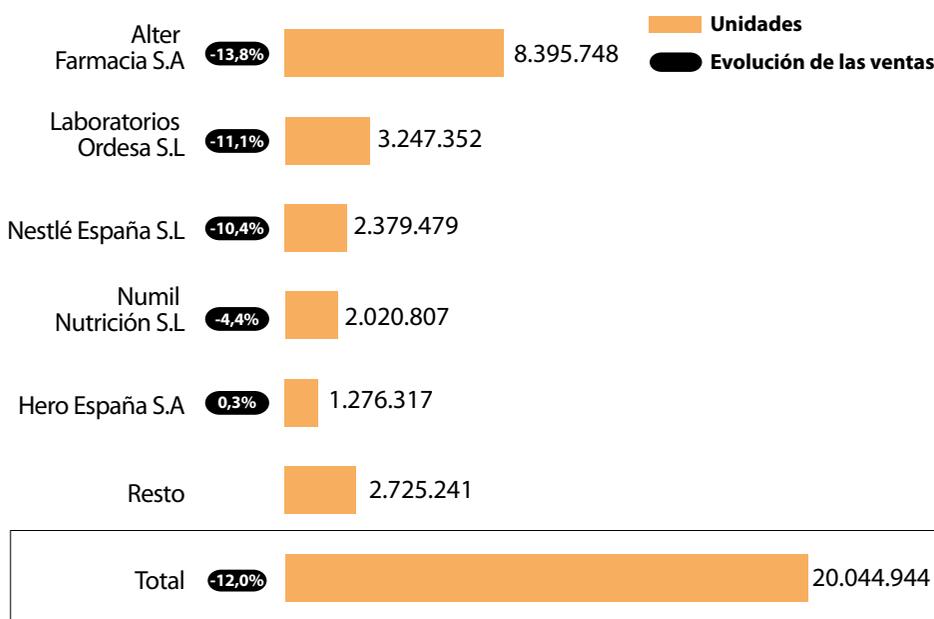
Las necesidades nutricionales de los niños son elevadas, dado que el organismo no está maduro, y todos aquellos hábitos alimenticios que se aprendan en esta etapa serán difíciles de cambiar en el futuro. Además, unos hábitos de vida saludables son sinónimo de bienestar, correcto crecimiento y desarrollo.

La etapa de crecimiento tiene unas necesidades nutricionales superiores a la de otras etapas de la vida, es por todo esto por lo que la alimentación de los más pequeños de la casa debe estar controlada para evitar problemas de crecimiento y desarrollo.

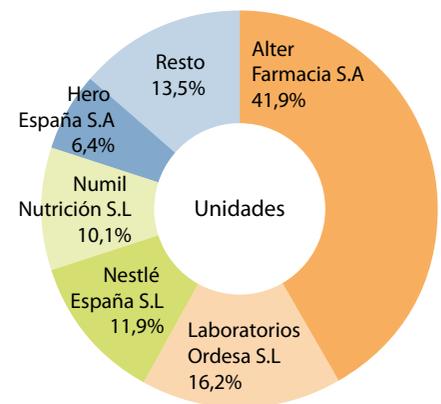
Es en este momento en el que entra el papel del farmacéutico en marcha, ya que este es el profesional del sector sanitario que está a mejor alcance para los padres, ya que conoce

LA REDUCCIÓN DE NACIMIENTOS DE LOS ÚLTIMOS AÑOS ESTÁ CONDICIONANDO EL CRECIMIENTO DEL MERCADO POTENCIAL

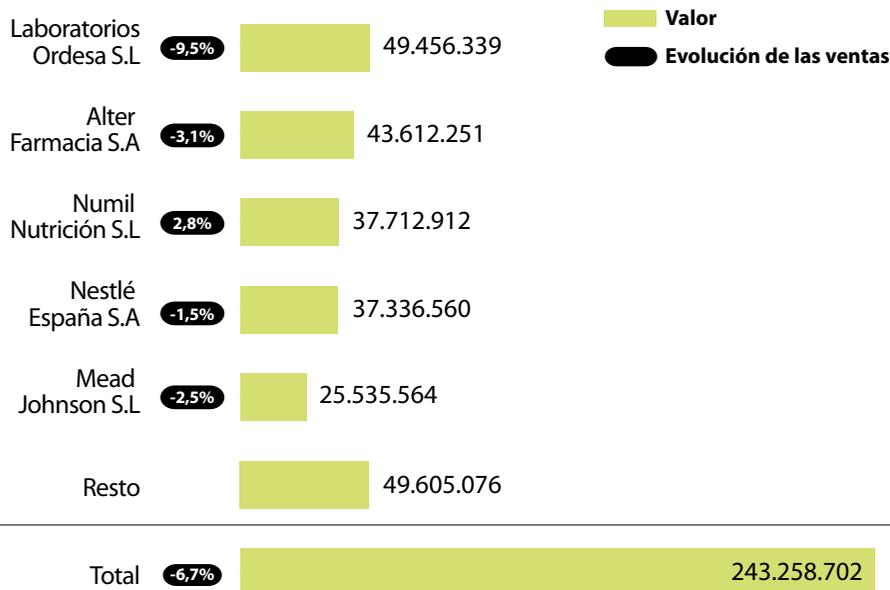
MERCADO ALIMENTACIÓN INFANTIL. Ventas Unidades. TAM agosto 2018



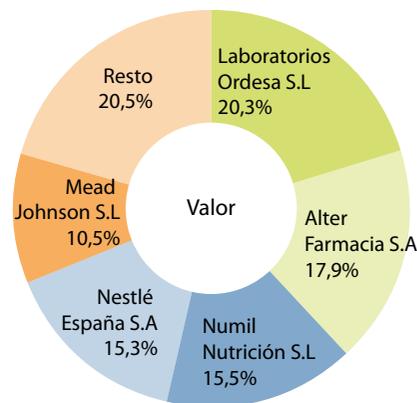
Cuota de mercado.



MERCADO ALIMENTACIÓN INFANTIL. Ventas valor. TAM abril 2018



Cuota de mercado.



Fuente: HMR. H14.6 Leches, H14.1 Alimentación pediátrica, H14.2 papillas y H14.3 Comidas infantiles. Elaboración: IMFarmacias

la variedad de productos disponibles para una correcta alimentación infantil, por lo que podrá asesorar en la elección de aquellos alimentos adecuados, teniendo en cuenta las indicaciones de su médico o pediatra.

Los productos de alimentación que se venden en farmacias están formulados para cubrir todas las necesidades diarias del niño, atendiendo a cada etapa nutricional.

Innovación

La innovación en ingredientes y fórmulas es una de las puntas de lanza del sector de la alimentación infantil, tal y como se pudo comprobar en la IV edición de la Jornada Nacional de Alimentación, celebrada en febrero de la mano del CGCOF.

En una mesa redonda sobre las innovaciones de la industria en alimentación y farmacia, se puso de manifiesto que cada vez hay más conocimiento y conciencia sobre la importancia de una correcta nutrición a lo largo de todo el embarazo, ya que según sea la salud y la alimentación de la madre en este periodo, será también la salud del niño, incluso en su etapa adulta. Con conceptos como la programación metabólica se está descubriendo que muchos trastornos como la diabetes, la obesidad, los problemas cardiovasculares, el cáncer, en la edad adulta, tienen su origen en este momento prenatal, y que existen periodos críticos durante la gestación y las primeras etapas de la vida en los que un estímulo o un déficit nutricional puede tener consecuencias sobre la salud a largo plazo. De modo que cuanto antes se comience con una alimentación nutricionalmente ade-

cuada, mejor se pueden prevenir muchas enfermedades del adulto, de modo que los beneficios se recogen a lo largo de toda la vida.

Las investigaciones han puesto de manifiesto el papel clave del intestino en la salud del adulto y del niño. Podría decirse que el intestino es nuestro segundo cerebro; se sabe que produce muchísimos compuestos, de tipo neuroquímico también, que influyen en la memoria, el aprendizaje, el comportamiento, la sensación de hambre, el sistema inmunológico y hasta en los huesos. Entre las sustancias que segrega está la serotonina, la denominada hormona de la felicidad por sus efectos contra la depresión y la ansiedad.

Contamos además con 100 billones de bacterias en nuestro cuerpo (todas juntas supondrían 1,5 kg de peso), lo que supone una cantidad que es 10 veces el número de células humanas. Se ha avanzado mucho en el conocimiento de las llamadas bacterias buenas, las probióticas. Son bacterias intestinales que, al adherirse a la mucosa, evitan que otras que son dañinas se implanten. Por esto, desde la medicina se están desarrollando remedios con probióticos para luchar contra las enfermedades también a nivel intestinal. Estos probióticos también se introducen cada vez más en la alimentación infantil, leches y todo tipo de preparados.

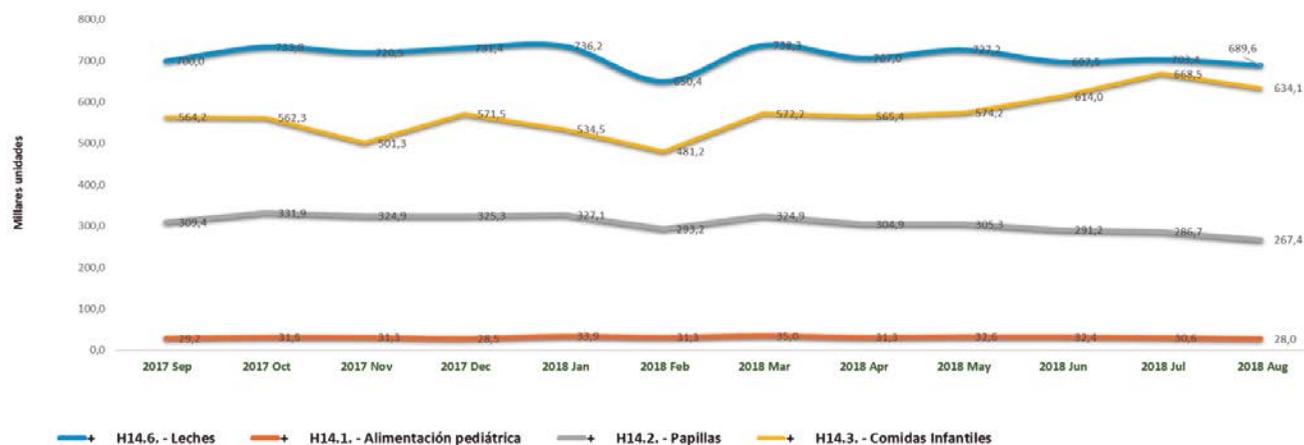
Fórmula

Ahora se conoce bien la importancia de las grasas en las funciones cerebrales, en la formación y el correcto funcionamiento de las neuronas. El 50% del peso del cerebro es grasa. Los fosfolípidos, los gangliósidos y la esfingomielina son algunos de los lípidos que se han estudiado y por su importancia se han incorporado a las leches de fórmula.

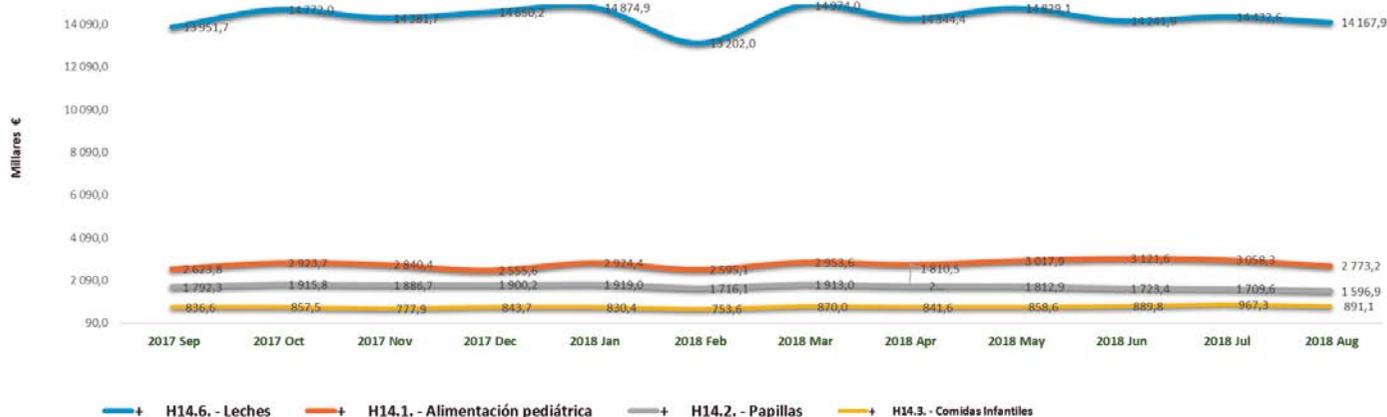
**MUCHOS TRASTORNOS
COMO LA DIABETES, LA
OBESIDAD, LOS PROBLEMAS
CARDIOVASCULARES,
EL CÁNCER, EN LA EDAD
ADULTA, TIENEN SU ORIGEN
EN EL MOMENTO PRENATAL**

EVOLUCIÓN MERCADO ALIMENTACIÓN INFANTIL. SELL OUT. ÚLTIMOS 12 MESES. PRINCIPALES CLASES

Unidades.



Valor.



Fuente: HMR.

de las leches ya existentes a base de soja, han surgido nuevas que tienen como base el arroz. Son formulaciones muy bien toleradas por los niños, que además están respaldadas por muchos estudios clínicos.

Consejo farmacéutico

La farmacia comunitaria tiene un enorme potencial como aula sanitaria, desarrollando labores de salud pública, promoviendo hábitos saludables y previniendo la aparición de enfermedades. En este sentido, el farmacéutico juega un papel fundamental como educador en correctos hábitos nutricionales. Esta capilaridad de las farmacias facilita una labor continua de asesoramiento de los farmacéuticos en nutrición a futuras mamás, embarazadas, bebés y niños, como demuestra el hecho de que cada año las farmacias ofrecen 10 millones de consejos sobre nutrición y realizan semanalmente 367.000 controles de peso y talla.

El papel del farmacéutico en el ámbito de la alimentación ha experi-

mentado un importante desarrollo durante las últimas décadas. Sus amplios conocimientos adquiridos en la facultad, completados con los estudios de posgrado, y su labor diaria, tanto desde la Farmacia Comunitaria como desde otros ámbitos de actuación, le han convertido en experto y asesor en materia de nutrición infantil.

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.

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. +