

El futuro de la nutrición y los complementos alimenticios

LA FARMACIA SE HA CONVERTIDO EN UN PUNTO DE REFERENCIA PARA LOS PACIENTES EN CUANTO A LA NUTRICIÓN Y LA DIETÉTICA. LA BÚSQUEDA DE LA SALUD Y EL BIENESTAR, LA NUTRICIÓN PERSONALIZADA, LA CONVENIENCIA Y LA SOSTENIBILIDAD SE DEFINEN COMO LAS CUATRO TENDENCIAS CLAVE PARA 2021.



Estas tendencias las extraemos de la encuesta realizada por la consultora FMCG Gurus, especializada en estudiar el mercado de la alimentación y los complementos alimenticios a nivel mundial, y reflejan un cambio de hábitos que ya vienen observándose desde hace años, pero que cada vez se consolidan más en la sociedad.

82 La primera tendencia que destaca en esta investigación es la búsqueda de la salud y el bienestar. Aunque se trata de una tendencia ya en auge durante los últimos años, la actual situación sanitaria ha renovado el enfoque de los consumidores, quienes se han centrado en mejorar, a través de la nutrición, la salud inmunológica, cerebral e intestinal. Esto

se ha visto reflejado en unos nuevos hábitos de vida basados en una alimentación más saludable, en la introducción del ejercicio físico y una mayor conciencia de la importancia de la prevención. Y los complementos alimenticios juegan un gran rol en todo ello, destacando el papel fundamental del asesoramiento desde la farmacia.

El interés por los complementos alimenticios también se ha incrementado a raíz de la crisis mundial en el ámbito de la salud y la nutrición. Hoy en día, en la mayoría de los países, el consumo de energía es demasiado alto y el de micronutrientes muy bajo. Como resultado, el sobrepeso y la obesidad empiezan a extenderse y las enfermedades no transmisibles (ENT) son responsables de una gran parte de las

muerter en todo el mundo. La situación es tan preocupante que los científicos han advertido que, por ejemplo, el aumento constante de la esperanza de vida en los EE.UU. podría revertir en que las generaciones más jóvenes de hoy en día puedan tener una expectativa de vida más corta y menos saludable que sus padres.

Nutrición personalizada

La segunda tendencia que se señala en el informe es la nutrición personalizada, impulsada por los avances tecnológicos y científicos, así como por la accesibilidad a la información. Esto representa una oportunidad para las marcas a la hora de dirigirse a los consumidores con productos personalizados y diferenciados destinados a satisfacer las necesidades personales.

Según un estudio elaborado por la misma consultora, un 76% de los consumidores aceptaría realizarse pruebas genéticas nutricionales con el objetivo de mantener una buena calidad de vida y llegar a un envejecimiento saludable. Sin embargo, la popularidad de la nutrición personalizada no lo es todo. Los datos revelan que, a pesar de que un 39% de los consumidores encuestados ha oído hablar del concepto "pruebas genéticas nutricionales", solo el 11% confirma que ha realizado algún tipo de investigación sobre su genética desde una perspectiva de salud. A nivel de conocimiento, cuando se les explica a los consumidores en qué consisten las pruebas nutricionales, cuya obtención de información permitiría reducir el riesgo de padecer determinadas enfermedades y dolencias, un mayor número de consumidores estaría dispuesto a utilizar esta tecnología.

Ante el crecimiento exponencial de esta tendencia, los expertos consideran imprescindible no solo potenciar y dar a conocer los beneficios

de la nutrición personalizada a la hora de tratar y solucionar problemas de salud, sino también abordar la parte más ética, como es el almacenamiento y el trato seguro de la información personal que se obtiene de los consumidores.

Por otro lado, también se augura un gran impulso de nuevos campos que se abren con los estudios del microbioma, que pueden llevar hacia nuevos productos como los postbióticos. Muchos especialistas aseguran que estamos en el principio de una nueva era en lo que respecta a la relación entre bacterias y cuerpo humano.

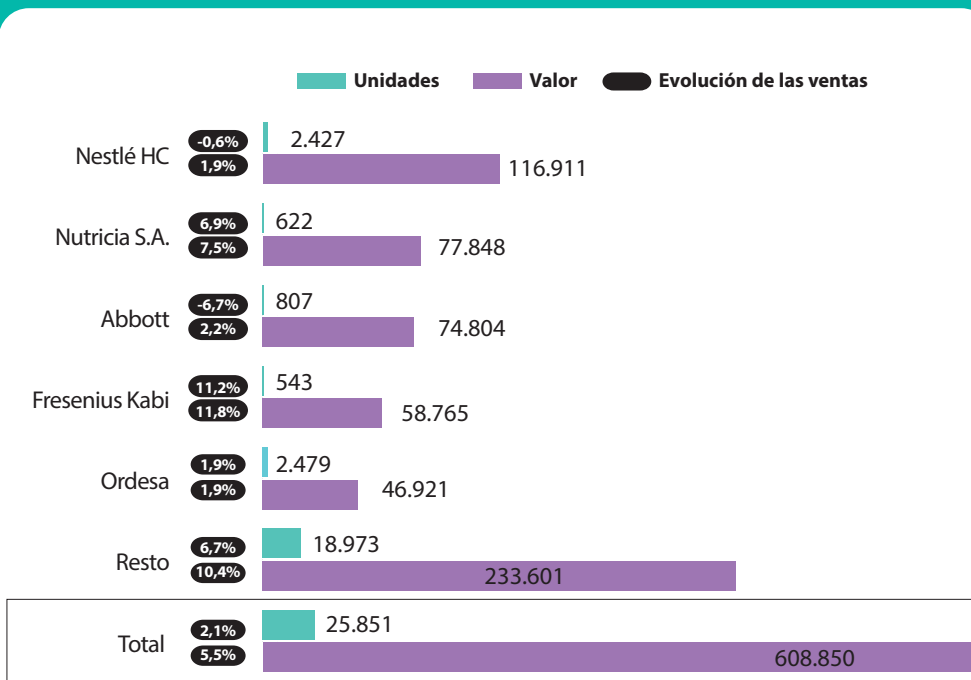
Reto global

Los sistemas de salud a nivel mundial comienzan a acusar las consecuencias de las tendencias demográficas como el aumento de la esperanza de vida, y también de la obesidad. Los casos de enfermedades cardiovasculares, osteoporosis y degeneración macular relacionados con la edad se disparan y representan una importante carga financiera para los sistemas sanitarios mundiales que, en algunos casos, empiezan a carecer de los recursos financieros suficientes para tratarlos de manera efectiva.

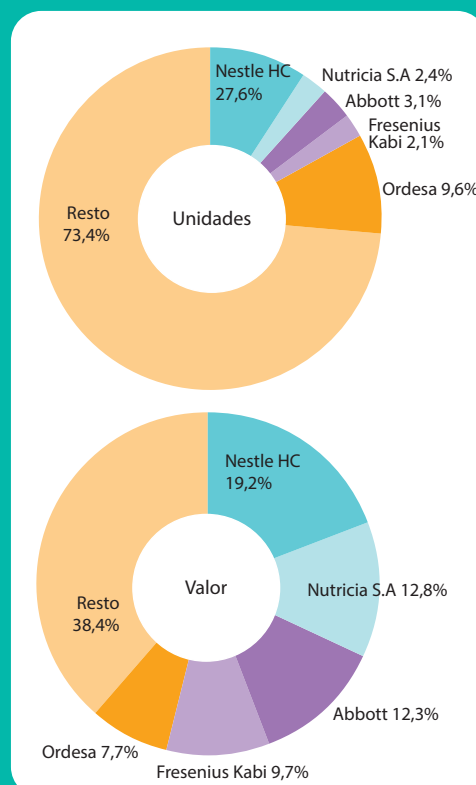
En este contexto, el sector de los complementos alimenticios en el ámbito de la salud ha evolucionado hasta convertirse en una pieza clave y necesaria a la hora de abordar éstas y otras preocupaciones de salud a nivel mundial. El progreso que se ha producido en términos de investigación científica y a nivel legislativo ha logrado que la industria de los complementos alimenticios nunca haya estado tan basada en la evidencia científica o tan regulada como lo está hoy.

El sector ha evolucionado hasta convertirse en un actor fundamental a la hora de abordar los enormes desafíos a los que se enfrenta el mundo.

MERCADO NUTRICIÓN (NUT). VENTAS (MAT 01/2021) Miles



Cuota de mercado.



Fuente: IQVIA, National Sell Out Monthly, FLEXVIEW Enero 2021

Periodo consultado: MAT 01/2021 (acumulado de los últimos 12 meses, desde febrero 2020 a enero 2021)

Mercado estudiado: Nutrición (NUT): 30 Prod. Nutric. Enteral, 31 Comidas para diabeticos, 32 Prod. s/gluten & hipo proteic, 33 Prod. Fibra, 34 Antiobesidad, 35 Alim. Infantil, 36 Comidas adultos, 37 Dulces, 38 Edulcorantes, 39 Otros prod. Nutricionales Medidas: unidades vendidas y valores en € PVP (Precio de venta al público)

Elaboración: IM Farmacias

Las compañías y asociaciones a nivel mundial han demostrado ser críticos a la hora de implementar un sistema normativo que permita a las empresas desarrollar y comercializar suplementos seguros y eficaces que puedan ayudar a personas de todas las nacionalidades y edades a llevar unas vidas mucho más sanas.

El mercado de la suplementación ha emergido y lo ha hecho junto a la evolución de los sistemas normativos que rigen esta industria. De hecho, es una relación simbiótica. Una mejor regulación ha generado mayor confianza entre los consumidores que ha derivado, a su vez, en un aumento en las ventas de suplementos. Al mismo tiempo, esta realidad ha animado a las empresas a seguir invirtiendo, lo que ha estimulado también un mayor crecimiento.

A medida que nos dirigimos hacia la tercera década del siglo XXI, la industria de los complementos alimenticios está en mejor forma que nunca para contribuir positivamente en las políticas y estrategias que se han diseñado para afrontar los principales desafíos a nivel de salud a los que se enfrenta el mundo hoy en día.

Deficiencias de micronutrientes

Los niños españoles presentan deficiencias de micronutrientes por los cambios en los patrones dietéticos de los últimos años. Así lo evidencian los resultados del estudio EsNuPi (Estudio Nutricional en Población Infantil Española), una iniciativa de la Fundación Española de la Nutrición (FEN) y la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT). Concretamente, en él se evidencia que los niños españoles necesitan mejorar las ingestas habituales de vitamina D, fósforo, calcio y magnesio, necesarios para las etapas de crecimiento y desarrollo.

Los expertos afirman que las deficiencias identificadas a raíz del estudio vienen dadas por los cambios en los hábitos de vida relacionados con la alimentación y el ejercicio físico, sin tener en cuenta las etapas de desarrollo neurológico de los niños. En este sentido consideran que el calcio, el fósforo, el magnesio y la vitamina D son necesarios para el correcto desarrollo y crecimiento de los niños y, por ende, para prevenir problemas óseos en un futuro.

El estudio EsNuPi permite conocer los patrones de alimentación en los niños de uno a nueve años mediante la evaluación de la ingesta de los principales nutrientes y grupos de alimentos, así como de patrones de actividad física y sedentarismo. Se trata del primer estudio de estas características llevado a cabo en la población infantil española, el más actual y con la metodología más completa de los últimos años. Además de conocer los hábitos alimentarios, así como la ingesta de energía y nutrientes para revisar su adecuación a los estándares europeos e internacionales, el estudio también permite identificar grupos de riesgo nutricional y desarrollar programas de intervención a nivel de salud pública que permitan revertir la situación.

A pesar de que en España se han llevado a cabo muy pocos estudios sobre los hábitos alimentarios en la población pediátrica, EsNuPi ha permitido identificar las carencias de la población infantil en cuanto a consumo de fósforo, calcio, magnesio y vitamina D.

Para mantener una buena salud es fundamental, entre otros, llevar una dieta sana y equilibrada mediante la ingesta adecuada de micronutrientes y macronutrientes, sin embargo, en los últimos tiempos, las encuestas de consumo de micronutrientes entre las poblaciones pediátricas europeas, como es el caso del estudio EsNuPi, revelan que un porcentaje importante de niños empiezan a mostrar cierto déficit de determinadas vitaminas y otros elementos, especialmente vitamina D, vitamina E, hierro, yodo y ácido fólico.

Los cambios en los patrones alimentarios han ido acompañados de una disminución de la actividad física y un aumento de la inactividad,

Tendencias en la industria de los complementos alimenticios

- **Sustentación científica. Estudios clínicos:** Tras la publicación del reglamento de declaraciones de propiedades saludables, muchas compañías iniciaron proyectos propios de investigación para la realización de estudios clínicos con los que obtener las evidencias científicas necesarias para la solicitud de declaraciones saludables propias.

- **Nuevas formulaciones e ingredientes:** A las tradicionales, cápsulas de gelatina dura y blanda, comprimidos, grageas, polvos y líquidos, se unen otros tipos de desarrollos más innovadores como las gummies, los comprimidos bicapa o gránulos. En esta área de desarrollo de productos se consolida igualmente la necesidad de realizar estudios de estabilidad de las formulaciones antes de su puesta en el mercado. Otra de las principales áreas de investigación y desarrollo es la búsqueda de ingredientes con mayor bioactividad. En algunos casos, el incremento de la eficacia viene determinado por el aumento en la concentración del ingrediente activo.

- **Seguridad:** La puesta en el mercado de productos seguros para el consumidor debe ser el objetivo prioritario de todos los agentes implicados en este mercado. El área de trabajo en materia de seguridad de complementos alimenticios es doble. Por una parte, debe avanzarse en los problemas de seguridad que son intrínsecos de cada ingrediente, y por otra parte, en los problemas de seguridad derivados de los posibles contaminantes y adulterantes que puedan contener.

- **Nutrición personalizada:** La nutrición personalizada se basa en conocer las características individuales de cada persona, no sólo las características fisiológicas, sino también las alteraciones moleculares que pueden ocurrir a lo largo de la vida, y relacionarlas con aquellos componentes de la alimentación que son específicamente beneficiosos para esas características individuales. De forma que, en función del perfil genético propio de cada persona, pueda hacerse una recomendación personalizada de un complemento alimenticio u otro.

- **Producto orgánico/ecológico:** Por último, otra de las tendencias que viene pisando fuerte en el mercado de los complementos alimenticios es la necesidad de utilizar ingredientes orgánicos/ecológicos o sostenibles. Esta tendencia viene marcada por dos aspectos fundamentales: la necesidad de consumir ingredientes más saludables y la preocupación, cada vez mayor de la población, por la sostenibilidad.

especialmente ligada al uso de las pantallas, como principal fuente de ocio pasivo, que además influencia los patrones de vida a través de la publicidad. El aumento de la actividad física en edades tempranas se asocia a una mejor calidad de vida. +