

Un proyecto estudiará cómo prevenir obesidad y diabetes desde la infancia

▶ Dos hospitales de Granada, la universidad de la provincia y Ordesa analizarán cómo influye la suplementación de leches artificiales en la evolución del niño

JOANNA GUILLÉN VALERA

joanna.guillen@correofarmacologico.com

La alta incidencia de problemas sanitarios, como la obesidad, y enfermedades como la diabetes tipo 2, suponen un importante problema de salud para la población y una carga económica cada vez mayor para los sistemas sanitarios. Con el objetivo de reducir y prevenir estos trastornos y favorecer un envejecimiento activo y saludable, el Parlamento Europeo ha puesto en marcha el proyecto *DynaHealth*, un programa multidisciplinar cuyo objetivo es establecer, a través de los resultados obtenidos por diferentes estudios científicos, recomendaciones de salud para prevenir estos problemas.

Entre los participantes en el *DynaHealth* se encuentran dos organizaciones españolas: la Universidad de Granada y Ordesa. La implicación de ambas entidades en este proyecto es a través de la puesta en marcha de un estudio pionero realizado en población infantil en los hospitales Universitario San Cecilio y Virgen de las Nieves, ambos de Granada, y bajo la direc-

ción de la investigadora Cristina Campoy, directora del centro de Excelencia de Investigación Pediátrica Euristikos.

Según detalla a CF María Rodríguez, del Área Científica de Ordesa, "es un estudio de intervención en el primer año de vida y de seguimiento hasta los 6 años de edad de un grupo de niños de los dos hospitales señalados". En ellos, explica, "vamos a ver cómo in-

■ El proyecto se desarrollará a través de un consorcio formado por 13 socios de 6 países

fluye en el metabolismo de la glucosa y en factores cognitivos el uso, durante el primer año de vida, de fórmulas infantiles enriquecidas en diferentes nutrientes como los omega 3, como los DHA, y fracciones de la leche enriquecidas con lípidos complejos".

El objetivo final es "ver la evolución de estos niños durante los seis años posteriores a la intervención con la suplementación reci-

da". Como explica, "siempre se ha hablado de la importancia de los 1.000 primeros días de vida del lactante y de los dos años siguientes para el crecimiento correcto y la predisposición a enfermedades en el futuro. Nosotros queremos demostrar la importancia de la alimentación en esta edad y establecer recomendaciones dirigidas a prevenir la obesidad y la diabetes tipo 2 desde la infancia".

ESTUDIOS A GRAN ESCALA

DynaHealth estudiará, además, la interrelación entre el bienestar psicológico, los aspectos sociales y el metabolismo de la glucosa con la finalidad de desarrollar nuevas tecnologías o diseñar intervenciones clínicas que ayuden a prevenir la obesidad y la diabetes tipo 2 o mejorar su terapia.

El proyecto se desarrollará a través de un consorcio formado por 13 socios procedentes de seis países de la Unión Europea, coordinados por la Universidad de Oulu (Finlandia). Además de los centros españoles participarán el Centro Académico de Medicina de Holanda; Beta Technology

(Gran Bretaña); la Facultad de Medicina de la Universidad Erasmus de Rotterdam (Holanda); el Imperial College de Londres; el Instituto de Investigación de la Diabetes Helmholtz Zentrum München de Alemania; el Instituto de Medicina Preventiva de Bispebjerg y el Frederiksberg Hospital de Dinamarca; la Universidad Ludwig-Maximilians de Alemania, y el University College de Londres.

■ 'DynaHealth' cuenta con una inversión de más de cinco millones de euros de la UE

El programa cuenta con una inversión de más de cinco millones de euros procedentes de la Unión Europea. La iniciativa se enmarca en el *Horizonte 2020*, un programa que financia proyectos de investigación e innovación de diversas áreas en el contexto europeo y cuenta con la implicación de investigadores, empresas, centros tecnológicos y entidades públicas.

El 'Mepafac', presentado en el congreso de la sociedad andaluza de HTA

▶ Este estudio ha detectado un 9,7% de jóvenes con hipertensión

J. G. V. Responsables de la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (Sefac) presentaron los resultados preliminares de estudio *Mepafac* en el marco del 25 Congreso de la Sociedad Andaluza de Hipertensión Arterial y Riesgo Cardiovascular (Sahta), celebrado entre el 6 y el 8 de noviembre en Córdoba. Este estudio está dirigido a aportar datos que ayuden a establecer valores de referencia de medida de la presión arterial (PA) en adolescentes, así como profundizar en el conocimiento y valoración de los principales factores de riesgo vascular modificables para promover en este colectivo un estilo de vida saludable que contribuya a disminuir la morbilidad cardiovascular en la edad adulta.

En el encuentro, al que asistieron más de 700 médicos, Adela Martín Oliveros, vocal de la Junta Directiva y coordinadora de la Comisión de Investigación, informó de los datos

preliminares de este trabajo en el que están participando más de once mil adolescentes de entre 12 y 17 años.

POCA ACTIVIDAD FÍSICA

La realización de *Mepafac* a nivel nacional ha tenido como preámbulo un pilotaje que se ha realizado en veinticinco centros educativos de la Comunidad de Madrid en más de 2.700 adolescentes en los que se ha detectado un 9,7 por ciento de hipertensos y un 11,3 por ciento en situación de prehipertensión, que justificaría un seguimiento de su situación.

Además, un 54 por ciento de los adolescentes participantes en este pilotaje no realizaba actividad física alguna y entre el 40 y el 60 por ciento consumía alimentos considerados poco saludables.

En este sentido, los adolescentes con sobrepeso u obesidad muestran una presión arterial más elevada que los que tienen la tensión normal y el porcentaje de adolescentes con obesidad y/o sobrepeso detectado era del 4,4 por ciento entre los hipertensos y del 5,1 entre los adolescentes en situación de prehipertensión.

OPINIÓN BART LLOMPART*

Abordaje de los deportes de resistencia en botica



El autor habla del auge de personas que realizan deportes de resistencia y de los requerimientos nutricionales que necesitan y que se pueden encontrar en las farmacias.

Desde hace unos años vivimos inmersos en el auge de los deportes de resistencia, tales como el triatlón, carreras por montaña (tanto corriendo como en bicicleta), ciclismo, etc.

Estas disciplinas requieren de un esfuerzo físico muy grande, por lo que la cultura de prevención de lesiones y enfermedades está al orden del día por parte de sus practicantes.

Este nicho de clientes está por explotar desde la oficina de farmacia, en parte por el desconocimiento hacia estos deportes y por la variedad de productos que pode-

mos encontrar en tiendas deportivas y de nutrición deportiva.

En primer lugar, desde la oficina de farmacia hay que quitarse prejuicios y hacer valer la marca "farmacia". Es obvio que hay gran variedad de productos, pero debemos ver que con las herramientas de las que ya disponemos se puede ofrecer un servicio de calidad, luego ya uno decide si quiere desarrollar este campo o no.

Una de las premisas fundamentales es que en estos tipos de deportes, se suele entrenar mucho observando el ritmo cardíaco, por lo tanto, hay que tener especial cuidado a la hora de elegir productos que puedan aumentar las pulsaciones del deportista.

Si nos centramos en la prevención, ahora hay que tener especial atención a la prevención de gripes y resfriados. Por lo tanto, sería interesante realizar campañas de prevención con multivitamínicos, vitamina C, própolis, equinácea, etc.

PARA ANTES, DURANTE Y DESPUÉS DEL EJERCICIO

De todos es sabido, que los deportistas quieren encontrarse en condiciones óptimas al día siguiente de un duro entrenamiento o competición. Unos de los mayores recuperadores y regeneradores musculares son los complejos de vitamina B12. Disponemos de una gran gamma de productos que contienen elevadas concentraciones de vitamina B12.

La gran pesadilla de todo atleta son los temidos calambres y sobrecargas musculares. Aquí entrarían en

juego los complejos de magnesio, potasio y colágeno. Existen muchos en el mercado y con diferentes concentraciones, según las necesidades del atleta. También los sueros hipotónicos pueden ser de gran ayuda en los días de carga hídrica previos a una competición.

Y tarde o temprano llega el monstruo de las lesiones, dolores agudos que impiden la práctica deportiva. Hay que tener en cuenta la posibilidad del efecto doping que causan la mayoría de antiinflamatorios, aunque existe una gran batería de productos homeopáticos y fitoterápicos (plantas medicinales) que pueden ayudarnos a mejorar el estado de salud de nuestros pacientes, sin entrar en el mundo del dopaje.

Como se ha podido observar los farmacéuticos podemos ofrecer un servicio a estos deportistas sin tener que ampliar nuestro vademécum de productos, con ello mejoramos nuestra posición frente a nuestros competidores y nos acercamos más a nuestros clientes. Claro está, que es un nivel mínimo, pero por algo hay que empezar. Más adelante y según las peticiones recibidas, uno se puede ir centrando más en un campo o en otro y especializándose.

Se trata de conocer más a nuestros clientes, ver las posibilidades de las que disponemos y empezar a dar un servicio con un coste inicial bajo.

La carrera ha empezado, yo tengo mi dorsal, ¿nos vemos en la meta?.

*Farmacéutico comunitario en Palma de Mallorca y experto en AF en deportistas