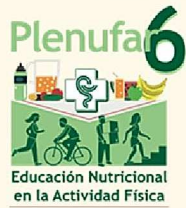




# BURGOS 2018

## 21 CONGRESO NACIONAL FARMACÉUTICO

Del 3 al 5 de octubre · Fórum Evolución



### PLENUFAR 6. COMPARATIVA DE LOS RESULTADOS DEL ESTUDIO ENTRE LA PROVINCIA DE PALENCIA Y LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE CASTILLA Y LEÓN

Olivia Martínez Monge, M. Teresa Kaiser Manzano  
Colegio Oficial de Farmacéuticos de Palencia



#### RESULTADOS

	PALENCIA	CyL	
PARTICIPANTES	67	1.216	
HOMBRES	50,7%	48%	
MUJERES	49,3%	52%	
EDAD	45,5 ± 14,9	44,5 ± 15,3	
	SIN ESTUDIOS	1,5%	2,4%
NIVEL	PRIMARIOS	6,0%	15,1%
ESTUDIOS	BACHILLERATO / FP	34,3%	28,0%
	UNIVERSITARIOS / MÁS	58,2%	54,4%

- El estudio comparativo entre la provincia de Palencia y la Comunidad Autónoma de Castilla y León **no presenta grandes diferencias**.
- La principal diferencia se encuentra en el **nivel de obesidad que se duplica en Castilla y León (8,8%) respecto a Palencia (4,5%)**.
- Es considerablemente **más alto el porcentaje de enfermedades crónicas** en la comunidad autónoma respecto a la provincia (64% frente a 59,7%), en cambio el número de pacientes con **tratamiento crónico por estas enfermedades es superior en la provincia de Palencia**.
- El consumo de **suplementos también es superior en Castilla y León** respecto a la provincia de Palencia, destacando el **mayor consumo en Palencia de bebidas energéticas, magnesio y cafeína**.

#### CALIDAD DE LA DIETA

PREGUNTA	PARA OBTENER PUNTUACION MÁXIMA	% DE SUJETOS QUE OBTIENEN PUNTUACIÓN MÁXIMA PALENCIA	% DE SUJETOS QUE OBTIENEN PUNTUACIÓN MÁXIMA CASTILLA Y LEÓN
PAN	≥ 2 VECES AL DIA	65,6%	60,4%
CEREALES DESAYUNO	≥ 2 VECES AL DIA	1,5%	5,0%
VERDURA/ENSALADA	≥ 2 VECES AL DIA	47,8%	39,7%
FRUTA	≥ 2 VECES AL DIA	67,2%	60,3%
LECHE/YOGUR	≥ 2 VECES AL DIA	29,8%	47,8%
PASTA O ARROZ	≥ 2 VECES AL DIA	4,5%	6,7%
ACEITE OLIVA/GIRASOL	≥ 2 VECES AL DIA	65,7%	55,8%
BEBIDA ALCOHÓLICA	1 VEZ AL DIA	22,4%	17,4%
CARNE	< 4 VECES A LA SEMANA	32,8%	34,1%
EMBUTIDOS	< 4 VECES A LA SEMANA	58,2%	69,7%
QUESO	< 4 VECES A LA SEMANA	62,7%	61,8%
BOLLERIA PASTERIA	< 4 VECES A LA SEMANA	88,1%	79,9%
MANTEQUILLA/MANTECA	< 4 VECES A LA SEMANA	95,5%	90,5%
BEBIDAS AZUCARADAS	< 4 VECES A LA SEMANA	74,6%	84,1%
COMIDA RÁPIDA	< 4 VECES A LA SEMANA	92,5%	91,5%
PESCADO	4 VECES A LA SEMANA	17,9%	16,4%
LEGUMBRE	4 VECES A LA SEMANA	5,9%	4,9%
FRUTOS SECOS	4 VECES A LA SEMANA	7,4%	12,7%

#### INTRODUCCIÓN

El "VI PLAN DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL POR EL FARMACÉUTICO" (PLENUFAR VI) está dirigido a hombres y mujeres interesados en la actividad física como aporte de Salud, para promover una adecuada alimentación en este grupo de población. La práctica de ejercicio lleva consigo unas necesidades aumentadas de energía, nutrientes e hidratación.

#### OBJETIVOS

- Conocer los hábitos alimentarios de la población encuestada.
- Conocer los hábitos con relación al ejercicio físico de la población encuestada.
- Valorar si la intervención del farmacéutico ayuda a promover hábitos saludables.

#### MÉTODOS

Se realiza un estudio observacional, descriptivo, transversal; cuya fuente de información es un cuestionario, elaborado "ad hoc" (Encuesta de dieta y actividad física), por la Vocabla Nacional de Alimentación (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos). El cuestionario comprende diferentes ítems relativos a datos personales y variables demográficas, frecuencia de consumo de alimentos y actividad física realizada, y valoración del asesoramiento nutricional. El cuestionario se cumplimentó durante los meses de abril a junio de 2017.

#### CONCLUSIONES

El farmacéutico tiene un papel fundamental en la promoción de la salud y en el consejo nutricional de hombres y mujeres que realizan actividad física. La accesibilidad y cercanía de la farmacia comunitaria sitúa al farmacéutico en un lugar privilegiado para realizar este tipo de actuaciones.

	n	PALENCIA	CyL
IMC	67	1216	
	IMC	24,8 kg/m <sup>2</sup>	24,7 kg/m <sup>2</sup>
	SOBREPESO	34,3%	32,7%
	OBESIDAD	4,5%	8,8%
TABAQUISMO	FUMADORES	23,9%	17,9%
	EX - FUMADORES	19,4%	23,9%
	NINGUNO	50,7%	57%
SUPLEMENTOS	BEBIDAS ENERGÉTICAS	17,9%	6,3%
	MAGNESIO	14,9%	5,4%
	BARRITAS ENERGÉTICAS	9%	9,9%
	CAFEÍNA	11,9%	7,9%
ENFERMEDADES CRÓNICAS	NINGUNA	59,7%	64%
	HTA	17,9%	16,2%
	HIPERCOLESTROLEMIA	13,45	11,7%
TTO. CRÓNICO	CON TRATAMIENTO	40,3%	33,1%
SEDENTARISMO	HORAS SENTADO/DIA	5,1	5,3
CALIDAD DIETA	PUNTUACIÓN MEDIA	40,1 pto	40,2 pto
EJERCICIO FÍSICO	HOMBRES	11,7 METs-h/día	9,9 METs-h/día
	MUJERES	12,5 METs-h/día	8 METs-h/día

#### PALENCIA CASTILLA Y LEÓN

