



BURGOS 2018

21 CONGRESO NACIONAL FARMACÉUTICO

Del 3 al 5 de octubre · Fórum Evolución



Comparación de los resultados de Plenufar 6 en Ciudad Real con los resultados de España y Castilla-La Mancha

Autores:

Ortega Jiménez A.(1); Del Campo Arroyo C.(2); Pérez de Agreda Galiano S.(1); Suárez Luque B. (1).
(1): Colegio Oficial de Farmacéuticos de Ciudad Real. (2): Farmacia Arroyo CB. Montiel.



Introducción

Los datos obtenidos de Plenufar 6, pueden ser una buena fotografía para determinar tanto el estado nutricional como la actividad física de la población encuestada, y a su vez, realizar una comparación entre distintos grupos de población (edades, localizaciones geográficas...)

Objetivos

Comparar la información sobre la situación nutricional y la práctica de actividad física de la provincia de Ciudad Real en relación a Castilla-La Mancha y España, para determinar la existencia de alguna diferencia significativa y valor las posibles acciones a llevar a cabo.

Material y Métodos

Se ha realizado una comparación entre los datos totales de España, Castilla-La Mancha y Ciudad Real de las encuestas de Plenufar 6. Las encuestas recogían información sobre datos personales, frecuencia de consumo de alimentos y actividad física realizada de los mayores de 18 años encuestados.

Resultados

- El porcentaje de encuestados sin estudios o solo con estudios primarios es mayor en la provincia de Ciudad Real que en España y Castilla-La Mancha.
- El porcentaje de los encuestados de Ciudad Real con sobrepeso y obesidad es mayor que el de España y Castilla-La Mancha.
- El porcentaje de personas que consumen igual o más de 2 veces al día pan, cereales del desayuno y pasta/arroz es mayor en la provincia de Ciudad Real que en Castilla-La Mancha y España.
- El porcentaje de personas que consumen igual o más de 4 veces a la semana legumbres y frutos secos en la provincia de Ciudad Real que en Castilla-La Mancha y España.
- El porcentaje de personas que realizan una actividad física moderada o vigorosa en la provincia de Ciudad Real, es inferior al que se realiza en Castilla-La Mancha y España.

Conclusiones

El papel del farmacéutico en la provincia de Ciudad Real con respecto a la promoción de ejercicio físico y el consejo nutricional es muy importante. Este papel puede ser interesante para vigilar muy de cerca los valores de Sobrepeso y Obesidad de la población de Ciudad Real e invitar a incrementar la intensidad de realización de ejercicio físico de la población.

Comparación de los resultados Plenufar 6 entre España - Castilla-La Mancha - Ciudad Real

		España	CLM	Ciudad Real	
Datos Generales	Nº Encuestas	11342	972	210	
	Farmacéuticos participantes	4173	258	53	
	Edad (años) encuestados	43,2±14,9	42,6±15,3	42,7±15,8	
	Sexo	Masculino	47,2%	49,4%	45,7%
		Femenino	52,8%	50,6%	54,3%
	Nivel de Estudios	<i>Sin estudios</i>	3,1%	5,3%	5,2%
		<i>Primarios</i>	12,6%	17,0%	22,9%
Bachillerato		30,3%	32,2%	28,1%	
	Universitarios o más	54,0%	45,6%	43,8%	
Antecedentes Personales	IMC kg/m ²	24,6±3,9	24,9±4,2	24,9±4,4	
	<i>Sobrepeso</i>	30,6%	31,3%	27,6%	
	<i>Obesidad</i>	8,8%	10,9%	13,3%	
	Tabaquismo	Actual	15,9%	16,9%	20,5%
		Nunca	60,0%	56,8%	56,2%
		Previo	24,1%	26,3%	23,3%
	Enfermedades Crónicas	Ninguna	67,3%	65,6%	65,2%
		Diabetes	4,5%	6,5%	6,2%
		HTA	12,5%	14,4%	14,3%
		Hipercolesterolemia	9,9%	11,1%	9,1%
		Obesidad	5,3%	6,2%	7,1%
	Intolerancias o alergias alimentarias	Gluten	1,5%	0,9%	1,0%
		<i>Lactosa</i>	4,1%	3,3%	2,4%
		<i>Otras</i>	4,6%	4,1%	2,9%
	Suplementos y ayudas ergogénicas	Ningún suplemento	51,0%	54,9%	58,6%
		<i>Multivitámicos</i>	24,2%	22,4%	18,6%
		Barritas energéticas	10,7%	9,7%	9,0%
		<i>Geles energéticos</i>	3,8%	4,0%	2,4%
		Bebidas energéticas	7,5%	9,7%	9,0%
		Recuperadores	2,6%	3,5%	4,8%
		Bebidas isotónicas	7,6%	9,5%	4,8%
		<i>Proteínas y aminoácidos</i>	4,1%	3,5%	6,2%
		Glucosamina y/o condroitina	6,1%	5,7%	3,3%
		Magnesio	6,5%	3,9%	3,3%
		Creatina	0,5%	0,4%	0,5%
		Cafeína	8,0%	7,2%	7,1%
		<i>Otros suplementos</i>	3,8%	2,9%	6,2%
Tratamientos crónicos	29,1%	33,8%	30,9%		
Actividad diaria	Horas sentado al día	5,2±2,6	5,6±2,7	5,5±3,0	
	Horas de sueño al día	7,2±1,0	7,3±1,0	7,2±1,0	
	Mala	1,2%	0,6%	0,9%	
Autopercepción de la salud	<i>Regular</i>	11,9%	12,4%	15,7%	
	Buena	42,3%	42,5%	42,9%	
	Muy buena	32,7%	32,6%	30,0%	
	Excelente	11,9%	11,9%	10,5%	
Calidad de la Dieta	≥ 2 veces al día	Pan	50,0%	58,2%	62,4%
	≥ 2 veces al día	Cereales del desayuno	4,3%	4,4%	7,6%
	≥ 2 veces al día	Verdura/Ensalada	40,6%	39,9%	45,2%
	≥ 2 veces al día	Fruta	58,4%	61,5%	65,2%
	≥ 2 veces al día	Leche/yogur	42,4%	42,5%	43,8%
	≥ 2 veces al día	Pasta o arroz	7,9%	8,7%	12,4%
	≥ 2 veces al día	Aceite de oliva/girasol	54,4%	60,0%	60,5%
	1 vez al día	Bebida alcohólica	15,4%	16,5%	16,2%
	< 4 veces a la semana	Carne	44,7%	36,6%	41,9%
	< 4 veces a la semana	Embutidos	68,4%	65,4%	70,5%
	< 4 veces a la semana	Queso	56,4%	56,1%	63,3%
	< 4 veces a la semana	Bollería/Pastelería	82,7%	80,4%	82,9%
	< 4 veces a la semana	Mantequilla/manteca	89,5%	90,8%	86,7%
	< 4 veces a la semana	Bebidas azucaradas	83,7%	80,5%	76,2%
	< 4 veces a la semana	Comida rápida	93,2%	91,9%	88,6%
	≥ 4 veces a la semana	Pescado	13,9%	14,3%	14,3%
	≥ 4 veces a la semana	Legumbres	5,5%	4,7%	4,3%
	≥ 4 veces a la semana	Frutos secos	16,6%	12,8%	10,9%
		Vasos de agua al día	6,8±3,1	6,7±2,9	6,4±3,1
		Puntuación Media de la calidad de la dieta (puntos)	39,9±3,5	40,1%	40,5%
	Dieta inadecuada	23,4%	22,5%	20,0%	
	Dieta moderadamente adecuada	61,3%	59,9%	61,4%	
	Dieta adecuada	15,3%	17,6%	18,6%	
Actividad física	Por sexo	Hombres (METs-h/día)	9,2±7,2	9,5±7,3	8,7±6,9
		Mujeres (METs-h/día)	7,2±6,3	7,3±6,3	6,6±6,3
	Intensidad de la actividad física	Ligera	26,4%	27,2%	33,8%
		Moderada	23,4%	20,2%	16,7%
	Vigorosa	50,2%	52,6%	49,5%	