

ESTUDIO COFARMED: ESTUDIO SOBRE LA EFECTIVIDAD DEL CONSEJO FARMACÉUTICO EN NUTRICIÓN, BASADO EN DIETA MEDITERRÁNEA Y ACTIVIDAD FÍSICA. METODOLOGÍA.

Rosa Lull Vila¹, Luís García Moreno¹, Ana Rodríguez Sampedro¹, Ana María Mateos Lardiés¹, José Ibáñez Fernández¹, Jesús Carlos Gómez Martínez¹.

¹Farmacéuticos Comunitarios.

1. Introducción

El papel del farmacéutico comunitario como agente de salud es amplio y en él se incluye el consejo nutricional. La dieta Mediterránea es uno de los patrones alimentarios que más beneficios ha demostrado tanto para la prevención como para la promoción de la salud¹. Se estima que en España la prevalencia de sobrepeso en personas adultas (25-64 años) está alrededor del 39,3% y obesidad 21,6%, es decir, el 60% de la población española presenta un exceso de peso². El farmacéutico comunitario con un breve consejo nutricional, impacta en una población muy elevada y es por ese motivo que creemos necesario valorar la efectividad de dicho consejo nutricional en pacientes con sobrepeso y obesidad.

2. Objetivos:

Valorar la efectividad/impacto del consejo farmacéutico en nutrición y actividad física en pacientes con sobrepeso y obesidad siguiendo los patrones de la dieta mediterránea.

3. Métodos: Estudio de intervención multi-céntrico. El tamaño de la muestra se estima de 20 pacientes en cada grupo, considerando el test bilateral, intervalo de confianza del 95% y con una tasa de pérdidas del 15%. Los criterios de inclusión o población diana son pacientes mayores de edad entre 18 y 65 años con un Índice de Masa Corporal (IMC) superior a 25kg/m²

A los pacientes que cumplan los criterios de inclusión, se registraran todas las variables a estudio:



Aleatoriamente por orden de llegada, se clasificaran en tres grupos:

Grupo Control: Solo se registraran los datos, no hay intervención.

Grupo Intervención 1: Registro de datos + recomendaciones nutricionales basadas en la Dieta Mediterránea.

Grupo intervención 2: Registro datos + recomendaciones nutricionales basadas de DM + realización de actividad física y de un estilo de vida activo.

Se establecerá un seguimiento quincenal del peso y circunferencia de cintura por parte del farmacéutico, insistiendo en las recomendaciones establecidas de inicio en los grupos de intervención 1 y 2. Se programarán 7 visitas hasta llegar a los tres meses. En la última visita de seguimiento, se recogerán de nuevo todos los datos o variables a estudio.



Bibliografía:

1. Carlo S, De La Fuente- Arrillaga C, Bes-Rastrollo M. et al. Mediterranean Diet and Health Outcomes in the SUN Cohort. *Nutrients*. 2018 Mar 31;10(4).
2. Aracenta- Bartrina J; Pérez-Rodrigo C; Alberdi-Aresti G et al. Prevalencia de obesidad general y obesidad abdominal en la población adulta española (25-64 años) 2014-2105: estudio ENPE. *Rev Esp Cardiol*. 2016;69(6):579-587