

En el marco de las cuestiones que afectan a la salud, la alimentación es una de las que más dudas y preocupación generan, porque influye de forma muy directa en la calidad de vida y el bienestar de la población. La vocal de Alimentación del Consejo General de COF, Consuelo de la Riva, desgrana para los lectores de OFFARM los objetivos e iniciativas del departamento que dirige, explica el papel que puede desempeñar el farmacéutico y analiza la implicación de este profesional en la Estrategia NAOS. En esta entrevista, de la Riva también aprovecha para valorar las Jornadas de Alimentación 2008. El encuentro celebrado recientemente en Tarragona reunió a cerca de 400 profesionales de toda España.



BIOGRAFÍA PROFESIONAL

Consuelo de la Riva Reyero, nacida en León, es licenciada y doctora en Farmacia por la Universidad de Santiago de Compostela, donde obtuvo el premio extraordinario de licenciatura, y diplomada en Sanidad y en Óptica y Acústica.

Actualmente, ejerce como técnico superior del Laboratorio Municipal de León, labor que compagina con el desempeño del cargo de vocal de Alimentación del COF de León. Consuelo de la Riva lleva al frente de esta vocalía desde febrero de 1985. Anteriormente, trabajó como directora farmacéutica de Laboratorios Ovejero durante 9 años, período en

que compaginó dicha responsabilidad con la dirección de la Vocalía de Industria del COF leonés.

En noviembre de 2007 asumió el cargo de vocal nacional de Alimentación del Consejo General de COF, en sustitu-

ción de Aquilino García Perea. Su candidatura fue la única que se presentó a las elecciones.

Consuelo de la Riva

Vocal nacional de Alimentación del Consejo General de COF

« La alimentación es un aspecto más, y no poco importante, de la atención farmacéutica al paciente »

ENTREVISTA REALIZADA POR:

EUGENIA GARRIDO

FOTOGRAFÍAS: LUIS DOMINGO



OFFARM

Para situar a nuestros lectores, ¿cómo encaja el farmacéutico en el ámbito de la alimentación y la nutrición?

El farmacéutico es el profesional sanitario que, tanto por su formación como por su vocación de servicio a la sociedad, está más involucrado en todos los aspectos que integran la salud, donde la alimentación y la nutrición tienen una especial relevancia. Su perspectiva es más amplia, ya que además es especialista del medicamento y conoce las interacciones entre los alimentos y los medicamentos. Su contacto con el ciudadano es muy cercano, por lo que también conoce sus enfermedades y hábitos de vida. Todo ello le facilita la posibilidad de aportar un consejo más acertado y personalizado. Desde esta perspectiva, su labor es decisiva en la orientación y el asesoramiento para mejorar los hábitos alimentarios de la población, contribuyendo así a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos.

Llegó a la vocalía nacional de Alimentación hace apenas 5 meses, ¿cuál es el principal objetivo que se ha marcado al frente de la dirección de este departamento?

Que, en nuestra profesión y en la sociedad, la vocalía sea un referente de opinión, consulta y asesoramiento en todos los aspectos concernientes a la alimentación y la nutrición.

¿Qué líneas de actuación se seguirán para alcanzarlo?

Apostamos por la formación continuada de los farmacéuticos en alimentación y nutrición. Es un aspecto imprescindible para estar ac-

tualizados conforme evolucionan ambas ciencias. También la educación nutricional de la población es un tema clave para nosotros, ya que, como profesionales de la salud, sabemos el potencial de la alimentación en la prevención de muchas enfermedades. Y ello sin olvidar la colaboración con las instituciones sanitarias en materia de alimentación, un aspecto que venimos desarrollando y deseamos potenciar.

A corto plazo, ¿qué nuevos proyectos se pondrán en marcha?

En cuanto a la formación de los farmacéuticos, está previsto realizar un curso de Seguridad Alimentaria a distancia, aunque también podría tener una parte presencial.

Con respecto a la educación nutricional de la población, pretendemos realizar dos campañas, en colaboración con el Ministerio para desarrollar en el contexto de la Estrategia NAOS: una en el medio escolar sobre los Desayunos Saludables y otra en las oficinas de farmacia sobre concienciación ciudadana de la importancia de mantener un peso saludable. Respecto a la colaboración con las instituciones sanitarias, participaremos en el Sistema de Comunicación e Intercambio Rápido de Información (SCIRI) puesto en marcha por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) para gestionar las alertas alimentarias. Además, a través de nuestra participación en el Consejo Consultivo de la AESAN, colaboraremos en el desarrollo del reglamento sobre alega-

ciones nutricionales y de propiedades saludables de los alimentos, así como en todos los temas que puntualmente sean objeto de debate.

Una de las iniciativas insignia de esta vocalía es el Plan de Educación Nutricional por el Farmacéutico (Plenufar), ¿a qué colectivo estará dirigida su próxima edición?

Estará dirigido a las embarazadas, lactantes y primeros años de la infancia. El embarazo y la lactancia son momentos clave en el que coexisten unas necesidades nutritivas importantes para la madre, que en muchas ocasiones se desconocen, con las necesidades del feto y del recién nacido, para su completo desarrollo y salud futura. Muchas de los problemas de salud que aparecen en etapas posteriores de la vida tienen su raíz en la alimentación fetal. Nuestro objetivo es darles el asesoramiento que necesitan sobre cómo deben adaptar su alimentación, de acuerdo a sus características personales, para cubrir las demandas tan importantes de nutrientes que se producen en esta etapa de su vida, valorando las posibles deficiencias que puedan presentar en determinados nutrientes y asesorándolas para suplementar su alimentación, así como una serie de consejos sobre hábitos de vida saludables.

¿La sociedad valora adecuadamente la contribución de los farmacéuticos en el campo de la nutrición y la alimentación?

No lo suficiente. El ciudadano reconoce al farmacéutico como el es-

« El próximo Plenufar
estará dirigido
a las embarazadas,
lactantes y primeros años
de la infancia »



pecialista del medicamento y su relación con la enfermedad. Pero no es consciente del importante papel que desempeña la alimentación en la salud y prevención de muchas enfermedades, incluso en su recuperación. Hay enfermedades crónicas como la hipertensión, la hipercolesterolemia o la diabetes tipo 2, en las que, a veces, un tratamiento dietético puede evitar el consumo de medicamentos. En la misma medida, la sociedad no es plenamente conocedora de que el farmacéutico también es un especialista en esta área.



Recientemente se ha celebrado la II Convención NAOS. ¿Qué opinión le merece esta estrategia?

Es un ejemplo de colaboración y cooperación de diversas Instituciones y sectores de la sociedad, con el único objetivo de reducir la tendencia ascendente de la obesidad y prevenir sus consecuencias.

La Estrategia NAOS ha impulsado una serie de iniciativas que contribuyen a lograr el necesario cambio social en la promoción de una alimentación saludable y combatir el sedentarismo. Se trata de un conjunto de acciones dirigidas a toda la población, pero las prioritarias son las destinadas a la prevención de la obesidad en los niños y los jóvenes, cuyos hábitos alimentarios y de actividad física no están aún consolidados y pueden modificarse, sobre todo, a través de la educación.

¿Cómo contribuye el farmacéutico a esta iniciativa?

Como profesional sanitario, desde su oficina de farmacia contribuye de forma importante, divulgando mensajes que ayudan a desarrollar en la población hábitos saludables. Su labor también es muy importante en la detección precoz del sobrepeso y la obesidad, realizando recomendaciones dietéticas para paliar este importante problema, especialmente en los grupos más susceptibles de experimentar una rápida ganancia de peso: individuos en programas de deshabituación tabáquica, toma de fármacos que incremen-

« Es necesario que se incida en el enorme potencial que tiene el farmacéutico en la prevención y la lucha por combatir la obesidad »

ten el apetito, mujeres en situación de embarazo, lactancia y menopausia... y derivando al paciente a la consulta médica cuando se estime necesario. Particularmente, en el Programa PERSEO, se valora la colaboración de las oficinas de farmacia próximas al centro escolar donde se pondrá en marcha el proyecto, con el objeto de asesorar a las familias de los escolares, y de este modo conseguir que la intervención educativa sea mucho más fructífera.

¿Está aprovechando la Administración el potencial del colectivo farmacéutico en esta lucha contra la obesidad?

Los farmacéuticos tenemos una preparación importante en esta materia y un amplio historial de acciones educativas dirigidas a la población.

El sobrepeso y la obesidad, con sus enfermedades asociadas, constituyen un problema muy grave actualmente, por lo que es necesario que se incida en el enorme potencial que tiene el farmacéutico en la prevención y la lucha por combatir la obesidad. Para ello se deben adoptar políticas de prevención que incorporen más directamente a la oficina de farmacia, mediante campañas puntuales en las que los farmacéuticos siempre están dispuestos a colaborar. Los farmacéuticos pueden detectar su aparición y aportar consejos útiles y puntuales con el objetivo de revertir esta tendencia, problema que preocupa a toda la Sanidad.

El pasado año se conmemoraron las bodas de plata de la creación de la vocalía nacional de Alimentación.

¿Cómo valora estos 25 años de farmacéuticos dedicándose profesionalmente a la alimentación y la nutrición?

Muy positivamente. La labor realizada durante todos estos años ha permitido el acercamiento de la alimentación y la nutrición al farmacéutico, fomentando su formación continuada en estos temas, de acuerdo con la evolución que ambas ciencias están experimentando. Ello ha permitido que la alimentación sea un aspecto más, y no poco importante, de la atención farmacéutica al paciente. Pero además, el farmacéutico se ha integrado en la sociedad como educador sanitario nutricional, mediante las campañas de educación nutricional realizadas con los tres Plenifar, dirigidas a sectores concretos de la sociedad: adultos o amas de casa, escolares y personas mayores. Esto ha significado un ejemplo de actuación conjunta y altruista, por parte de un colectivo sanitario, sin precedentes en nuestro país.

Estos años de trabajo también han cristalizado con la representación del farmacéutico, a través de la vocalía nacional de Alimentación, en diversas instituciones del ámbito sanitario y científico. Un buen ejemplo es la participación en el Consejo

Respuestas sobre...

Las Jornadas Nacionales de Alimentación

Recientemente se han celebrado en Tarragona las Jornadas Nacionales de Alimentación, ¿cómo valora este encuentro?

Mi valoración es altamente positiva. Diría que incluso se han superado, tanto las expectativas de asistencia de los profesionales farmacéuticos, como su presencia y participación activa mediante el debate en las diferentes mesas redondas, conferencias y talleres formativos programados. Esto confirma el acierto en la elección de los temas y muy especialmente la calidad científica de los ponentes.

¿Cuáles han sido las principales conclusiones puestas sobre la mesa?

Han sido cerca de 50 las conclusiones obtenidas. Si tuviera que destacar un común denominador diría que es la prevención, por medio de unos hábitos alimentarios saludables y la práctica de actividad física entendida como antisedentarismo, la única medida que posibilita una mejora sustancial de la salud.

« El farmacéutico sabrá adaptarse a las demandas del futuro en beneficio del paciente »



También se ha puesto de relieve la necesidad de controlar los graves problemas de salud relacionados con la alimentación que afectan a nuestra sociedad, ya desde la infancia. Se ha expuesto la existencia de una programación metabólica a través de los nutrientes en etapas precoces de la vida. Esto demuestra la enorme importancia de la nutrición antes, en y después de la gestación, así como en los primeros años de la vida. Quizá sea éste uno de los aspectos en los que más avanzado la investigación. De ahí la importante repercusión que tendrá el futuro Plenifar 4, que los farmacéuticos realizaremos dirigido a este colectivo. Y como conclusión general, cabe destacar la importancia de la educación nutricional a la población y la relevante labor que pueden realizar las oficinas de farmacia.

¿Está preparado el farmacéutico para afrontar este futuro?

Por supuesto. Como el resto de los profesionales sanitarios, el farmacéutico sabrá adaptarse en beneficio del paciente.

¿Con qué se quedaría de todo el encuentro?

Con el entusiasmo e interés de los participantes, lo que refleja el enorme compromiso que los farmacéuticos hemos adquirido con la alimentación y la nutrición, en aras de mejorar la salud de los ciudadanos a través de nuestro eficaz y correcto asesoramiento en estos temas. Destacaría también el magnífico ambiente de compañerismo y amistad, característico de todos los eventos organizados por esta vocalía, pero que en esta ocasión ha tomado especial protagonismo gracias a la hospitalidad del COF de Tarragona. ■

Consultivo de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria, y la importante vinculación con muchas universidades y numerosas sociedades científicas de nutrición.

¿Cuáles han sido los cambios más importantes vividos con el paso de los años?

A nivel profesional y corporativo, la vocalía nacional de Alimentación ha permitido un cambio sustancialmente importante, ya que, anteriormente, la colegiación de los farmacéuticos activos en el ámbito en alimentación era

«sin ejercicio». La vocalía ha servido para aunar a los farmacéuticos que trabajan en éste área de conocimiento, aunque en muy diferentes ámbitos: industria alimentaria, laboratorios de control de alimentos y bebidas, universidades, administración sanitaria, seguridad alimentaria, etc. Hemos ido creciendo al compás que lo ha hecho un gran desarrollo de la legislación alimentaria, que ahora contempla los complementos alimenticios, los alimentos para regímenes dietéticos especiales, el etiquetado y la publicidad de los alimentos, por ci-

tar sólo algunos ejemplos. Esta legislación específica nos ha ayudado a afianzar nuestros conocimientos y nos da protección jurídica para realizar el consejo farmacéutico. Igualmente, ha habido un desarrollo muy importante de la alimentación funcional y los nuevos alimentos, terrenos en los que aparecen alegaciones nutricionales y de propiedades saludables, afortunadamente ya sujetas desde el día 1 de julio de 2007, a la regulación que establece el Reglamento Comunitario. La nutrigenómica y la nutrición personalizada marcarán nuestro futuro. ■