

El farmacéutico, conciliador de nutrición y fármacos en salud mental

www.diariofarma.com/2016/10/28/farmaceutico-conciliador-nutricion-farmacos-salud-mental/28487



FRAN ROSA | 28.10.2016 - 12:10

Anna Paré, Mar Blanco y Esther Barnés son tres farmacéuticas especializadas en Nutrición que tienen claro que el valor que puede aportar el profesional de la botica en el manejo de [pacientes](#) con problemas de salud mental. Concretamente, dada su especialización, en lo que tiene que ver el control de los nutrientes y su posible impacto en la salud, por ejemplo, por sus **interacciones con algunos medicamentos** que sirven de tratamiento para estos trastornos y enfermedades.

Así lo expusieron recientemente en la '**Jornada de alimentación, nutrición, gastronomía y salud mental**', organizada por Nutresalut, empresa de la que Paré es fundadora, junto con el Campus de Alimentación de la [Universidad de Barcelona](#), y en la que colaboraron Nestlé, Diafarm, Cien por Cien Natural, Nutergia.

Blanco puso como ejemplo la evidencia existente con respecto a la relación del déficit de algunos nutrientes con la [demencia](#) senil, o los problemas de retención. "Hay **evidencia científica** suficiente para afirmar que algunos nutrientes, como la vitamina D y el Omega 3, tienen un impacto positivo", explica. Por eso muchos farmacéuticos recomiendan actualmente suplementos que contienen una concentración de éstos, aunque para ello es importante, señala la experta, "conocer bien las interacciones de los medicamentos con los suplementos y con los propios alimentos".

A veces la solución no es que dejen de tomarlos, ya que pueden ser necesarios para un buen equilibrio

nutricional, sino **cambiar la hora de la toma o reducir la dosis**. Pone como ejemplo las fibras solubles, "que se deben separar de la toma concomitante de cualquier fármaco". También pone el caso de un medicamento a base de sales de hierro: "Si lo tomas con un vaso de leche o yogur, el hierro queda adherido al **calcio** y no se absorbe".

Parkinson y Alzheimer

Por su parte, Paré reconoce el valor que puede aportar el farmacéutico en el abordaje de los pacientes con enfermedad de **Parkinson** o Alzheimer. En su **opinión**, el hecho de que la pirámide demográfica esté cambiando y de que estas enfermedades estén relacionadas con la edad hace sospechar que aumentará su prevalencia en el futuro y puede suponer "un **nicho de oportunidad** para la intervención del farmacéutico".

diariofarma

En lo que respecta a la alimentación de estos pacientes, Paré recuerda que suele ser preciso **"realizar ajustes en proteínas, porque interaccionan con el tratamiento"**. Concretamente, hace referencia a los estados avanzados de la enfermedad, en los que, "para optimizar el tratamiento, apenas deben comer proteínas en la comida". "Es mejor tomarlas con la cena y antes de acostarse, lo cual se puede hacer a través de un suplemento". El farmacéutico también debe recordar, apunta, "que algunos de estos fármacos, como el caso de la levodopa, tienen que tomarse 30 minutos antes de las comidas".

En lo que respecta a los pacientes con Parkinson, existe además un riesgo elevado de sufrir **estreñimiento**, de sufrir desnutrición y también disfagia. "Los farmacéuticos con conocimientos en Nutrición tienen pueden sugerir un cambio de dieta para combatir el estreñimiento", afirma. Asimismo, considera que, dada **la proximidad y la accesibilidad que ofrece la farmacia**, la posición para detectar casos de desnutrición "es privilegiada". "Conocemos los tratamientos, a los pacientes y sus familiares, y sólo con el control de peso ya puedes detectar una pérdida de peso involuntaria que te puede indicar que estás ante un caso de desnutrición. Ahí puedes asesorar y recomendar", continúa. "También el farmacéutico suele ser conocedor de las diferentes texturas, clave para los pacientes que sufren disfagia", culmina.

La cuestión de la calidad

Tanto Paré, como Blanco, coinciden en la necesidad de tener en cuenta, a la hora de recomendar suplementos, la cuestión de la calidad. "Hay que trabajar laboratorios que den confianza, que trabajen con materias de calidad, que ofrezcan **estudios de biodisponibilidad**", señala la primera de ellas.

Barnés, por su parte, reconoce que la calidad, en estos casos, tiene un precio y, dado que muchos de estos productos son en ocasiones parte del tratamiento del paciente, plantea la necesidad de **"un cambio de mentalidad en la Administración"**, de modo que puedan contar también con financiación pública.

farmaciaasistencial

Con el apoyo de:
 CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS

Noticias relacionadas



- [Teva reúne en una jornada científica a especialistas en párkinson y EM](#)



- [Estreñimiento](#)



- [La farmacia, recurso sanitario al servicio de ciudadanos y pacientes de alzhéimer](#)



- [Los farmacéuticos de Ciudad Real se especializan en el paciente con HTA](#)

Comparte esta noticia

Hoy te recomendamos

[¿Todo lo que se hace en una farmacia es un servicio profesional?](#)

[Teva reúne en una jornada científica a especialistas en párkinson y EM](#)

[Seguimiento al paciente y nuevas tecnologías, los retos de la nueva farmacia](#)

[La farmacia, recurso sanitario al servicio de ciudadanos y pacientes de alzhéimer](#)

[Proyectos de AF domiciliaria, seguimiento de HTA y deshabituación tabáquica, finalistas del premio Teva](#)

[Teva lanza la 2ª edición de su premio al mejor servicio farmacéutico](#)