AF EN NUTRICIÓN Expertos en nutrición sostienen que el papel de asesor nutricional del farmacéutico está tomando fuerza y que es importante asesorar a la población y a los pacientes con problemas en el uso de los nuevos alimentos del mercado

"La demanda de consejo nutricional en la botica es creciente"

J. G. V. "La demanda de un servicio de nutrición dentro de la farmacia ha aumentado en los últimos años, por lo que se hace necesario tener un farmacéutico capacitado para ello y aprovecharlo". Es la opinión del presidente de Asefarma, Carlos García Mauriño quien participó como ponente en el primer *Expocongreso Nutrición desde la Farmacia*, celebrado en Madrid. Según su experiencia, "los pacientes que disponen de este servicio se muestran satisfechos al encontrar un área en la que obtener asesoramiento especializado".

En este sentido, la responsable del Departamento de Gestión Dinámica de Asefarma, Belinda Jiménez, recordó la importancia de implantar un servicio pero aplicando una gestión dinámica con el fin de convertirla en un espacio dinámido de salud.

Si quiere aprender a gestionar un servicio nutricional en su farmacia, acuda a la jornada de CF *Farmacia de Servicios. Cúiales, cómo y por qué*, del 25 de junio en Madrid (ver pags. 12 y 37).

Los estenoles vegetales, sólo como complemento y durante las comidas

JOANNA GUILLÉN VALERA
joanna.guillen@correofarmaceutico.com

El consumo de productos enriquecidos con esteroles vegetales debe recomendarse sólo como complemento de los fármacos para aquellas personas que tengan el colesterol alto y siempre debe ser ingerido durante las comidas. Así lo explica a CF Juana Morillas, profesora de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad Católica San Antonio, de Murcia, y participante en el primer *Expocongreso Nutrición desde la Farmacia*.

Según informa, "diversos estudios han demostrado que los alimentos enriquecidos con este compuesto tienen un efecto positivo en el estado de salud de las personas que tienen alto el colesterol. Sin embargo, eso no significa que el paciente deba dejar de tomar su medicación, sino que deben ingerirse sólo como complemento".

Por todo ello, aclara, "es fundamental el papel del farmacéutico en el asesoramiento nutricional de pacientes con problemas de salud concretos, como éste, que quieren cuidarse tomando productos como los enriquecidos con estenoles vegenetales". De hecho, según Raquel Bernarcer, nutricionista de Unilever, "la ingesta de 2 gramos al día de estenoles vegetales ayuda reducir el colesterol siempre que se haga en el marco de una alimentación sana y equilibrada".

Juana Morillas, experta en nutrición, aconseja el uso de los estenoles pero con información.

CÓMO Y CUÁNTO

En opinión de Morillas, "hay estudios que avalan esta eficacia y que señalan que son seguros y positivos siempre y cuando se tomen correctamente". En este sentido, la experta recuerda que "el consumidor no debe sobrepasar nunca las dosis diarias recomendadas, es decir, no debe consumir más de 2 gramos al día, ya que aumentar las dosis diarias podría llegar a reducir hasta un 20 por ciento los niveles plasmáticos de betacarotenos, que son propulsores de la vitamina A".

En el caso de los productos que se venden en el mercado en forma de yogures bebibles, es relativamente fácil para los consumidores medir y saber qué cantidad tienen que ingerir, ya que en el etiquetado se aconseja tomar sólo uno al día.

No obstante, en el mercado hay otros productos enriquecidos con estenoles donde es más difícil medir las raciones. Es el caso de las margarinas o las bebidas lácteas. En el primer caso, informa Bernarcer, "se aconseja ingerir la cantidad máxima que equivaldría a tres tostadas de pan untadas con margarina enriquecida y en el segundo a dos o tres vasos al día, no más".

En opinión de José M. Miquel, vocal de Alimentación del COF de Alicante, "aunque los beneficios están demostrados, también hay prejuicios y por tanto hay que lanzar un mensaje a la población de que si estás sano no debes tomar estos alimentos".

Como complemento a esta recomendación, Morillas señala que es fundamental que "el boticario recuerde al paciente que debe tomarlo siempre durante las comidas y nunca entre horas o como picoteo. Sólo de esta forma se asegura que los estenoles absorben parte del colesterol de los alimentos ingeridos". Por el contrario, si se toman en ayunas, el efecto no se produciría o se reduciría.

El Consejo General actualizará conocimientos en nutrición

J. G. V. El 12 de junio se celebrará en Madrid la Jornada Profesional de la Vocalía de Alimentación, organizada por el Consejo General de COF, a través de su vocalía nacional. El vocal nacional de Alimentación, Aquilino García, señala a CF que "con esta sesión formativa pretendemos ofrecer una actualización de conocimientos y favorecer el debate entre los farmacéuticos interesados por la alimentación". Bajo el lema *El Farmacéutico y la Alimentación: bases de futuro*, los ponentes debatirán, entre otros asuntos, sobre las últimas investigaciones en la innovación de alimentos infantiles, los nuevos retos en seguridad alimentaria y la actualización y nuevos métodos de conservación de los alimentos.

ABIERTAS LAS INSCRIPCIONES

Hasta el 11 de junio permanecerá abierto el plazo de inscripción a la jornada. Para ello se ha habilitado un espacio específico en *portalfarma.com*, a través del cual se pueden tramitar las inscripciones, y en el que se encuentra disponible toda la información de la cita.

1. NOMBRE DEL MEDICAMENTO Benifiés 0,25 mg/ml colirio en solución. **2. COMPOSICIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA** Un ml contiene 0,245 mg de fumarato de ketotifeno, correspondiente a 0,25 mg de ketotifeno. Otra parte cualitativa: ver apartado 6.1. Excipientes: Cloruro de benzalconio (0,1 mg/ml). Para consultar la lista completa de excipientes ver apartado 6.1. **3. FORMA FARMACÉUTICA** Colirio en solución. Solución transparente, incolora o ligeramente amarillenta. **4. DATOS CLÍNICOS 4.1 Indicaciones terapéuticas** Tratamiento sintomático de la conjuntivitis alérgica estacional. **4.2 Posología y forma de administración** Adultos, ancianos y niños (a partir de 3 años de edad): una gota de Benifiés en el saco conjuntival, dos veces al día. El contenido y dispensador se mantienen estériles hasta que se rompe el cierre original. Para evitar la contaminación, no ponga en contacto el cuentagotas con ninguna superficie. No se ha establecido la seguridad y eficacia en niños menores de 3 años. **4.3 Contraindicaciones** Hipersensibilidad al ketotifeno o a alguno de los excipientes. **4.4 Advertencias y precauciones especiales de empleo** Este medicamento puede producir irritación ocular porque contiene cloruro de benzalconio. Evitar el contacto con las lentes de contacto blandas. Retirar las lentes de contacto antes de la aplicación y esperar al menos 15 minutos antes de volverlas a colocarlas. Alterna el color de las lentes de contacto blandas. Todos los colirios contaminados con cloruro de benzalconio pueden decolorar las lentes de contacto blandas. **4.5 Interacción con otros medicamentos y otras formas de interacción** No se está administrando concomitantemente Benifiés con otra medicación por vía oftálmica, debe dejarse un intervalo de aplicación de 15 minutos entre las dos medicaciones. El uso de las gotas oculares de administración de ketotifeno puede enmascarar los efectos de las depresores del SNC, los antihistamínicos y el alcohol. Aunque estos efectos no se han observado con Benifiés colirio, no se puede excluir la posibilidad de su aparición. **4.6 Embarazo y lactancia** Embarazo No existen datos adecuados del uso de ketotifeno colirio en solución en mujeres embarazadas. Los estudios en animales, a las que se administran dosis orales tóxicas a la madre, demuestran una mayor mortalidad pre y posnatal, pero no teratogénesis. Los niveles sistémicos tras una administración ocular de ketotifeno son mucho más bajos que después de su uso oral. Se deberán tomar precauciones cuando se prescriba a mujeres gestantes. Lactancia Aunque los datos en animales tras una administración oral de ketotifeno sugieren que es poco probable que la administración tópica ocular ocasione problemas, también las drogas oculares en la leche materna. Benifiés colirio, para lo menos durante la lactancia. **4.7 Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas** Después de la aplicación, puede aparecer visión borrosa transitoria o somnolencia que puede afectar a la capacidad para conducir o utilizar máquinas. Si aparecen estos efectos el paciente debe esperar hasta que la visión sea nítida antes de conducir o utilizar máquinas. **4.8 Reacciones adversas** Las reacciones adversas se clasifican según su frecuencia usando el siguiente criterio: Muy frecuentes (≥1/10); frecuentes (≥1/100 a <1/10); poco frecuentes (≥1/1.000 a <1/100); raras (≥1/10.000 a <1/1.000); muy raras (<1/10.000), frecuencia no conocida (no puede estimarse a partir de los datos disponibles). A las dosis recomendadas se han descrito las siguientes reacciones adversas: Trastornos oculares Frecuentes: Irritación ocular, dolor ocular, quemaduras punctata, erosión punctata del epitelio corneal. Poco frecuentes: Visión borrosa (durante la instilación), sequedad ocular, alta acidez palpebral, conjuntivitis. Trastornos del sistema nervioso Poco frecuentes: Cefalea. Trastornos generales y alteraciones en el lugar de administración Poco frecuentes: Sensación de quemazón. Trastornos de la piel y del tejido subcutáneo Poco frecuentes: Erupción cutánea, eczema, urticaria. Trastornos gastrointestinales Poco frecuentes: Sequedad de boca. Trastornos del sistema inmunológico Poco frecuentes: Hipersensibilidad. También se han observado los siguientes acontecimientos post-comercialización: reacciones de hipersensibilidad incluyendo reacciones alérgicas de carácter local (principalmente dermatitis de contacto, hinchazón ocular, prurito y edema palpebral), reacciones alérgicas sistémicas incluyendo hinchazón edema facial (en algunos casos asociado a dermatitis de contacto) y exacerbación de una condición alérgica preexistente como asma y eczema. **4.9 Sobredosis** No se conocen casos de sobredosis. La ingesta oral del contenido del frasco de 5 ml será equivalente a 1,25 mg de ketotifeno, que supone el 10% de una dosis diaria recomendada por vía oral en un niño de 3 años. Los resultados clínicos no han demostrado signos o síntomas graves después de la ingestión oral de una dosis de hasta 20 mg de ketotifeno. **5. PROPIEDADES FARMACOLÓGICAS 5.1 Propiedades farmacodinámicas** Grupo farmacoterapéutico: Oftalmológicos, otros antialérgicos, código ATC: S01GX08 El ketotifeno es un antagonista de los receptores H1 de la histamina. Los estudios en animales sugieren que los estudios in vitro sugieren las actividades adicionales de estabilizador de mastocitos e inhibición de la infiltración, activación y degranulación de los eosinófilos. **5.2 Propiedades farmacocinéticas** En un estudio farmacocinético realizado en 18 voluntarios sanos con Benifiés colirio, los niveles plasmáticos de ketotifeno después de la administración ocular de múltiples dosis durante 14 días se situaron, en la mayoría de los casos, por debajo del límite de cuantificación (20 pg/ml). La eliminación del ketotifeno es bifásica después de su administración oral, con una vida media inicial de 3 a 5 horas y una vida media final de 21 horas. Aproximadamente el 1% del fármaco se elimina por orina sin metabolizar en las 48 horas siguientes a su administración, y al 60 (±10%) como metabolitos. El principal metabolito es el ketotifeno-N-glucurónido, probablemente inactivo. **5.3 Datos preclínicos sobre seguridad** Los datos preclínicos no demuestran ningún riesgo especial alguno que sea relevante con respecto a la de Benifiés colirio en el ser humano según los estudios convencionales de seguridad farmacológica, de toxicidad a dosis repetidas, de genotoxicidad, de potencial carcinogénico y de toxicidad sobre la reproducción. **6. DATOS FARMACÉUTICOS 6.1 Lista de excipientes** Cloruro de benzalconio; Glicerol; EDTA; Hidróxido de sodio (E524); Agua para inyectables **6.2 Incompatibilidades** Ninguna. **6.3 Periodo de validez** En el frasco sin abrir: 2 años. Después de abierto: 4 semanas. **6.4 Precauciones especiales de conservación** No conservar a temperatura superior a 25ºC. **6.5 Naturaleza y contenido del envase** El recipiente es un frasco de PEBD de color blanco con un cuentagotas de PEBD transparente y un tapón de rosca de PEAD blanco con un anillo de seguridad integrado. Un frasco contiene 5 ml de solución. **6.6 Precauciones especiales de eliminación y demás manipulaciones** Ninguna especial. **7. TITULAR DE LA AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN** Laboratorios URSA, 12, rue Louis Blériot, 63017 Clermont-Ferrand Cédex 2, France **8. NÚMEROS DE AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN** 69.618 **9. FECHA DE LA PRIMERA AUTORIZACIÓN/RENOVACIÓN DE LA AUTORIZACIÓN** Enero 2001 **FECHA DE LA REVISIÓN DEL TEXTO** Junio 2010 **11. CONDICIONES DE DISPENSACIÓN** Con receta médica. Reembolsable por el Sistema Nacional de Salud. **12. PRESENTACIÓN Y PRECIO** Caja con un envase de 5 ml. PVP IVA: 6,32 €.

(Esta ficha técnica corresponde al anuncio publicado el pasado 14 de mayo en la pág. 23)