

NOTA DE PRENSA

Madrid, 7 de junio de 2016

## Los adolescentes españoles deben mejorar sus hábitos para evitar factores de riesgo cardiovascular en la edad adulta

- Un 7 por ciento de los adolescentes de entre 12 y 17 años presenta valores de presión arterial elevados para su edad y talla; además se ha observado una baja adherencia a la dieta mediterránea y un grado muy bajo de actividad física en este segmento de la población.
- Éstas son algunas de las principales conclusiones del estudio 'MePAFac' sobre medida de la presión arterial y educación sanitaria en factores de riesgo cardiovascular en centros escolares.
- Este estudio, promovido por la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC), es el mayor realizado en España en esta materia y ha contado con la participación de casi 15.000 adolescentes de entre 12 y 17 años.
- Las conclusiones del estudio se han presentado en el marco del VII Congreso Nacional de Farmacéuticos Comunitarios.

Los adolescentes españoles entre los 12 y los 17 años tienen factores de riesgo cardiovascular que deben ser corregidos para evitar problemas graves de salud en la edad adulta. Así se desprende de las conclusiones del estudio *MePAFac* sobre medida de la presión arterial y educación sanitaria en factores de riesgo cardiovascular en centros escolares por parte de farmacéuticos comunitarios. Este estudio, promovido por la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC), **es el mayor de sus características realizado hasta la fecha en España, ya que ha contado con la participación de más de 200 farmacéuticos comunitarios que visitaron a 14.884 adolescentes en centros escolares de 9 comunidades autónomas** (Andalucía, Aragón, Baleares, Canarias, Cataluña, Comunidad de Madrid, Comunidad Valenciana, Galicia y Región de Murcia).

A los adolescentes participantes se les realizaron mediciones de la presión arterial (PA) y medidas antropométricas, a la vez que se les impartió educación sanitaria sobre factores de riesgo cardiovascular y alimentación saludable. **Adela Martín, vocal de Investigación de SEFAC y coordinadora del estudio**, explica que "la importancia de este trabajo reside en que los adolescentes son un grupo de población que, por regla general, no suelen estar enfermos, su riesgo cardiovascular está poco estudiado y, sobre todo, sus hábitos son todavía modificables y problemas como la hipertensión arterial (HTA), el sobrepeso, la obesidad, la mala alimentación y el tabaquismo son factores de riesgo de enfermedad cardiovascular que pueden modificarse

a estas edades”. De hecho, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la hipertensión, el consumo de tabaco, la hiperglucemia, la inactividad física, el sobrepeso y la obesidad son responsables del 5 por ciento de las muertes a nivel mundial.

Los resultados obtenidos reflejan que un 7,4 por ciento de los adolescentes presenta valores de presión arterial elevados para su edad y talla y otro 7 por ciento necesitaría seguimiento (esta cifra conjunta se situaría en el 11 por ciento en otros países). **Dentro de las CCAA, el mayor número de adolescentes que presenta estos valores elevados corresponde a Galicia (10,6%) y el menor a Aragón (5,6%).**

En cuanto a los porcentajes de sobrepeso y obesidad señala que **el 23,1 por ciento de los adolescentes estudiados tiene sobrepeso y el 6,2 por ciento tiene obesidad**. Estos porcentajes se encuentran por encima de los datos de la Encuesta Nacional de Estadística, que sitúan el sobrepeso en los menores españoles en un 16 por ciento y la obesidad en un 2,4 por ciento. “Hay investigaciones que indican que si eliminásemos el sobrepeso y la obesidad se podría reducir en un hasta un 14 por ciento de los casos de HTA en adolescentes”, indica Martín.

#### **SIN DIETA MEDITERRÁNEA NI ACTIVIDAD FÍSICA**

En esta misma línea, **solo el 32,8 por ciento de los adolescentes mantiene una dieta mediterránea óptima (el 29,7 por ciento en el caso de las chicas y el 35,6 por ciento en los chicos)**. Por CCAA, Andalucía es la que tiene más adolescentes con una baja adherencia a la dieta mediterránea (15,1 por ciento), seguida de Canarias (12,9).

Respecto a la actividad física, los adolescentes también deben mejorar. El estudio indica que, **en una escala de 1 a 10 la media en actividad física se sitúa solo entre 3 y 4 puntos**, lo que significa que “los adolescentes españoles tienen un alto grado de sedentarismo”, apunta Martín, quien concluye que “prevenir el desarrollo de la HTA, la obesidad y frenar el sedentarismo, educando a los adolescentes en llevar a cabo hábitos de vida saludables es la mejor manera de evitar el desarrollo de la enfermedad cardiovascular, debido a que los hábitos alimentarios y de actividad física se asientan y consolidan durante este periodo de la vida con el consiguiente riesgo o beneficio para la salud”.

Los resultados del estudio *MePAFac* se han presentado en el VII Congreso Nacional de Farmacéuticos Comunitarios, celebrado en Zaragoza del 26 al 28 de mayo, y fue el proyecto ganador de la **V Beca STADA-SEFAC para la investigación en atención farmacéutica**.

#### **Sobre SEFAC**

Constituida en marzo de 2001, la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC) es una asociación científica y profesional de ámbito nacional con 3.400 asociados y doce delegaciones que tiene como objetivo prioritario profundizar en la cartera de servicios asistenciales de la farmacia comunitaria y convertirse en interlocutor científico de referencia del farmacéutico comunitario con las distintas administraciones y con el resto de las profesiones sanitarias. Más información en [www.sefac.org](http://www.sefac.org).