

---

28 de mayo, Día Nacional de la Nutrición

## 1 de cada 3 ancianos españoles está en riesgo nutricional

- La desnutrición –con consecuencias físicas y de calidad de vida de largo alcance– tiene un gran impacto social y económico.
- El 45% de las personas mayores que viven en sus domicilios no realiza una dieta saludable.
- Cerca del 35% de la población anciana que vive en su hogar está en riesgo nutricional y un 7% está desnutrida.
- Como resultado de la prevalencia de la desnutrición relacionada con la enfermedad y del uso de recursos sanitarios asociados a la misma, el sistema nacional de salud español afronta un coste superior a los 1.100 millones de euros al año.

*Esplugues de Llobregat, 20 de mayo de 2015.*— La desnutrición relacionada con el envejecimiento constituye un problema social y sanitario de elevada prevalencia y altos costes. 1 de cada 3 personas mayores se encuentra en riesgo nutricional. Si bien es cierto que la desnutrición puede afectar a personas de todas las edades, el envejecimiento se asocia a un riesgo hasta 3 veces mayor de presentar desnutrición. Sin duda, la desnutrición —con consecuencias físicas y de calidad de vida de largo alcance— tiene un gran impacto social y económico en nuestra sociedad.

### Una realidad muy cercana

Más allá de las patologías asociadas con la edad, hay varios factores asociados al envejecimiento, de carácter biológico (problemas de masticación, deglución, digestivos...) o de orden psicosocial (dificultades para hacer la compra y cocinar, pérdida de apetito, falta de interés por la comida, soledad, depresión...) que explican que cerca del 35% de la población anciana que vive en casa está en riesgo nutricional y que un 7% está desnutrido.

Cabe destacar, además, que los requerimientos nutricionales de las personas mayores son mucho más exigentes de lo que puede parecer. A igual peso corporal, un anciano necesita un 25% más de proteína que un adulto. Los problemas de salud asociados a la edad (falta de piezas dentales, disminución del gusto y el olfato, saciedad precoz...) conllevan que un elevado porcentaje de personas mayores no cumpla la ingesta proteica recomendada. Cuando la cantidad óptima no se alcanza, las consecuencias son múltiples: riesgo de pérdida de masa muscular (deterioro funcional y dependencia), alteraciones en la función inmune (riesgo de infecciones), mala cicatrización de heridas, etc.

En un anciano, un estado nutricional insuficiente se asocia a complicaciones potencialmente severas que afectarán a su calidad de vida. Cuando la dieta no cubre las necesidades de energía, proteínas y otros nutrientes se desarrolla una situación de riesgo nutricional con pérdida involuntaria de peso. Ésta deriva, finalmente, en un cuadro que genera efectos adversos medibles que implican alteraciones funcionales o clínicas, y que pueden cursar con empeoramiento de enfermedades crónicas y afectación de su calidad de vida.

### La desnutrición representa un alto coste social y sanitario

La desnutrición relacionada con la enfermedad constituye un problema sanitario de elevada prevalencia y altos costes. Afecta a unos 30 millones de personas en Europa y conlleva un coste asociado de unos 170.000 millones de euros anuales. En España, según los datos del estudio Predyces\*, el 23% de los pacientes ingresados en nuestros hospitales está en riesgo de desnutrición. Los pacientes mayores de 70 años presentan riesgo nutricional significativamente más elevado que los adultos menores de 70 (37% frente al 12,3%).

De hecho, como resultado de la prevalencia de desnutrición relacionada con la enfermedad y del uso de recursos sanitarios asociados a la misma, el sistema nacional de salud español afronta un coste superior a los 1.100 millones de euros al año.

*«Ante el envejecimiento constante de la población y, consecuentemente, el aumento de enfermedades crónicas en este colectivo, estamos dispuestos a desempeñar un rol activo en la lucha contra la desnutrición de los ancianos», comenta Miquel Layola, responsable del Departamento Médico de Nestlé Health Science España. «Nuestro objetivo es mejorar la calidad de vida de nuestros mayores con una nutrición lo más personalizada posible y, en consecuencia, mejorar la sostenibilidad del sistema sanitario español», concluye Layola.*

### Sobre Nestlé Health Science

Nestlé Health Science —cuyo objetivo es ser pionera en soluciones nutricionales y ofrecer una nutrición personalizada y optimizada para la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas— pretende dar respuesta a los retos nutricionales del S.XXI, manteniendo claramente su apuesta por la I+D. A medio camino entre la nutrición tradicional y la industria farmacéutica, Nestlé Health Science permite desarrollar soluciones científicas de nutrición personalizada, específicas para la prevención y tratamiento de las enfermedades.

\*Estudio Predyces: estudio multicéntrico de Prevalencia de la Desnutrición hospitalaria y Costes asociados en España; promovido por la SENPE (Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral) y con la colaboración de Nestlé Health Science.

## LAS CIFRAS EN NUESTRO PAÍS

- España es uno de los países más longevos de la Unión Europea. Cabe esperar que una persona que llegue a los 65 años viva otros 20,2 años más de promedio. (1)
- Las mujeres españolas tienen una esperanza de vida al nacer de 85,6 años y los hombres de 80,0. (1)
- El envejecimiento se asocia a un riesgo de hasta 3 veces mayor de presentar desnutrición. (2)
- 1 de cada 3 ancianos de nuestro país se encuentra en riesgo nutricional. (2)
- El 80% de la población mayor de 65 años presenta alguna enfermedad o problema de salud crónico. (3)
- Las personas entre 65 y 74 años tienen una media de 2,8 problemas o enfermedades crónicas, alcanzando un promedio de 3,23 en personas mayores de 75 años. (3)
- El 30% de las personas mayores sufre de pérdida de apetito, una circunstancia relacionada solo con la edad. (4)
- Hasta un 35% de la población anciana que vive en su hogar está en riesgo nutricional y el 7% está desnutrida. (5)
- El 45% de las personas mayores que viven en su hogar no realiza una dieta saludable. Hasta un 20% de estas personas mayores no desayuna, y un 14% no cena. En estos casos, el consejo dietético y el soporte nutricional se convierten en requisitos indispensables. (6)
- Los mayores presentan estancias hospitalarias más largas que el resto de la población y suponen el 42,5% de todas las altas hospitalarias. (7)
- Como resultado de la prevalencia de la desnutrición relacionada con la enfermedad y del uso de recursos sanitarios asociados a la misma, el sistema nacional de salud español afronta un coste superior a los 1.100 millones de euros al año. (8)

(1) Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Informe anual del Sistema Nacional de Salud, 2013 Disponible en [www.msssi.gob.es](http://www.msssi.gob.es).

(2) Álvarez-Hernández J1, Planas Vila M, León-Sanz M, García de Lorenzo A, Celaya-Pérez S, García-Lorda P, Araujo K, Sarto Guerri B; PREDyCES researchers. Prevalence and costs of malnutrition in hospitalized patients; the PREDyCES Study. *Nutr Hosp*. 2012 Jul-Aug;27(4):1049-59. doi: 10.3305/nh.2012.27.4.5986.

(3) Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Estrategia para el Abordaje de la Cronicidad en el Sistema Nacional de Salud, 2012. Disponible en [www.msssi.gob.es](http://www.msssi.gob.es).

(4) Serra Prat M y cols. Pérdida de apetito en ancianos no institucionalizados y su relación con la capacidad funcional. *Med clin* 2008; 130(14):531-553

(5) Milá Villarroel R, et al. Prevalencia de malnutrición en la población anciana española: una revisión sistemática. *Medicina Clínica* Volume 139, Issue 11, 3 November 2012, Pages 502–508

(6) Albert Cuñat, V; Maestro Castelblanque, M. E; Martínez Pérez, J. A; Santos Altozano, C y Monge Jodra, V. Hábitos alimentarios en personas mayores de 65 años del Área Sanitaria de Guadalajara, sin deterioro cognitivo y residentes en la comunidad. *Rev Esp Geriatr Gerontol* 2000;35(4):197-204

(7) ABELLÁN GARCÍA, Antonio; VILCHES FUENTES, Juan; PUJOL RODRÍGUEZ, Rogelio (2014). "Un perfil de las personas mayores en España, 2014. Indicadores estadísticos básicos". Madrid, Informes Envejecimiento en red nº 6. [Fecha de publicación: 14/02/2014]. < <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos14.pdf>>

(8) Miguel León-Sanz, Max Brosa, Mercedes Planas, Abelardo García-de-Lorenzo, Sebastián Celaya-Pérez, Julia Álvarez Hernández on behalf of the Predyces Group Researchers. PREDyCES® Study: The cost of hospital malnutrition in Spain. *Nutrition* (in press). DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.nut.2015.03.009>