

---

TRAS DOS AÑOS DE TRABAJO, EL HOSPITAL UNIVERSITARIO LA PAZ Y NESTLÉ HEALTH SCIENCE  
PONEN EN MARCHA UNA PLATAFORMA ONLINE PARA MEJORAR EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS MAYORES

## *Planea*, nutrición y ejercicio a medida para pacientes de edad avanzada

- La desnutrición, con consecuencias físicas y de calidad de vida de largo alcance, tiene un gran impacto social y económico. El 24,4% de las personas mayores españolas que viven en su hogar están en riesgo nutricional y un 4% están desnutridas y se dan cifras mucho más altas cuando los mayores están en otros entornos asistenciales.
- La nueva plataforma *online* permite al colectivo médico diseñar un plan dietético y de ejercicio físico personalizado en función de las necesidades nutricionales, el grado de dependencia y las patologías que presenta cada paciente.
- *Planea* ya está a disposición de los médicos del Hospital La Paz y aspira a convertirse en una herramienta de referencia para otros centros.

*Espluges de Llobregat, 2 de noviembre de 2017.*— El Hospital Universitario La Paz y Nestlé Health Science han puesto en marcha *Planea*, una plataforma *online* que permite al colectivo médico hacer una valoración del estado de salud de los pacientes de edad avanzada y diseñar, en tan solo un *click*, un plan nutricional y de actividad física personalizado.

La herramienta digital se basa en un algoritmo que, tras la introducción de los datos del paciente por parte del médico, ofrece automáticamente planes dietéticos semanales y tablas de ejercicio físico adaptados al perfil de cada persona. Para optimizar y agilizar el proceso, el programa *Planea*, una iniciativa de la Unidad de Nutrición y del Servicio de Geriátrica del Hospital La Paz, el Instituto de Investigación sanitaria del hospital (IdiPaz) y Nestlé Health Science, se ha diseñado de forma atractiva y práctica para que el especialista pueda realizar una exhaustiva valoración del paciente. Además, también facilita el seguimiento médico del paciente evaluado para comprobar si mejora su estado de salud. De momento, *Planea* ya está a disposición de los profesionales de La Paz y, en un futuro, tiene el reto de convertirse en un referente. «*Va a poder ser utilizada por profesionales sanitarios del ámbito hospitalario pero también de centros de atención primaria y residencias geriátricas. Es decir, se podrá utilizar no solo por distintos profesionales (médico, enfermería, dietistas...) sino también en diferentes ámbitos clínicos como una herramienta muy útil para los distintos perfiles de personas de edad avanzada, sean éstas pacientes o no*», destaca el Dr. Juan Ignacio González Montalvo, Jefe del Servicio de Geriátrica del Hospital La Paz de Madrid.

### **La desnutrición, un problema social y sanitario**

La desnutrición relacionada con el envejecimiento constituye un problema social y sanitario. Tal y como explica la Dra. Carmen Gómez Candela, Jefa de Sección de la Unidad de Nutrición Clínica y Dietética del

---

---

Hospital La Paz: «el 24,4% de las personas mayores que viven en su casa están en riesgo nutricional y un 4,1% sufren desnutrición».

Es importante destacar que hay factores de carácter biológico (dificultades para masticar, deglución...) o psicosocial (dificultades para hacer la compra y cocinar, pérdida de apetito...) que explican que las personas mayores no cumplan con la ingesta recomendada. Por otro lado, las patologías de base asociadas a la edad que padecen hacen todavía más relevante la necesidad de disponer de un programa de intervención nutricional personalizado que cubra, en cantidad y calidad, los requisitos nutricionales de estos pacientes.

Según los datos del reciente subanálisis del Estudio Predyces\*, la desnutrición relacionada con la enfermedad y los recursos sanitarios empleados en paliar sus efectos tiene un coste superior a los 1.100 millones de euros para el sistema nacional de salud. «La combinación de ejercicio físico con una adecuada intervención nutricional y supervisada por el colectivo médico es una medida de prevención que, sin duda, tiene un efecto muy positivo en la calidad de vida de las personas mayores y ése es nuestro objetivo», destaca Miquel Layola, responsable del Departamento Médico de Nestlé Health Science.

En 2050, se estima que el porcentaje de personas mayores en España se habrá duplicado, alcanzando el 30,8% de la población y convirtiendo a España en el segundo país más envejecido del mundo después de Japón.

### Sobre Nestlé Health Science

Nestlé Health Science —cuyo propósito es desarrollar proyectos pioneros para impulsar el valor de la nutrición ofreciendo soluciones nutricionales personalizadas en el abordaje de problemas de salud— pretende dar respuesta a los retos nutricionales del S.XXI, manteniendo claramente su apuesta por la I+D.

Nestlé Health Science desarrolla soluciones adaptadas a las necesidades nutricionales específicas de las personas, siempre amparada en la mejor evidencia científica, y con la ayuda de los profesionales sanitarios. Nestlé Health Science, a la vanguardia de la nutrición terapéutica ([www.nestlehealthscience.es](http://www.nestlehealthscience.es))

---

\*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.