

El Colegio de Médicos de Barcelona premia a Isabel Roig por un estudio sobre ingesta de calcio y suplementos en la postmenopausia

- **Los requerimientos de calcio y vitamina D en mujeres en esta etapa es de entre 1.000-1.200 mg/día de calcio y 800-1.200 UI/día de vitamina D, preferiblemente a través de la dieta. Los suplementos se indican cuando la ingesta dietética no cubre sus necesidades.**

30 de octubre de 2024 – Es fundamental evaluar la ingesta dietética antes de prescribir suplementos de calcio a mujeres en edad postmenopáusica y, cuando se pauten, concienciar a las pacientes sobre los beneficios del tratamiento y los riesgos de una mala adherencia. Es una de las conclusiones del estudio que ha sido premiado recientemente por el Colegio de Médicos de Barcelona (CoMB) y la Academia de Ciencias Médicas de Cataluña y Baleares, y cuya autora principal es la Dra. Isabel Roig Grau, vocal de la Sociedad Catalana de Médicos Generales y de Familia (SEMG Catalunya) y médico de familia que desempeña su labor en el CAP Sagrada Familia de Manresa (Barcelona).

La doctora Roig, que cuenta con una larga trayectoria en el campo de la investigación, recibió el pasado 25 de octubre el XXII Premio del Bages de Ciencias Médicas 2024 por el trabajo ‘Evaluación de la ingesta de calcio en mujeres en edad postmenopáusica tratadas con suplementos en la Atención Primaria’ del que es investigadora principal junto a los colaboradores Adrián López Cortiña, farmacéutico de Atención Primaria; Ramón Rodríguez Roig, odontólogo del CAP Sallent; Naila Guillén Arcos, dietista-nutricionista de Atención Primaria; Pere Roura Poch, médico epidemiólogo del Consorcio Hospitalario de Vic; y las doctoras Mercè Subirana Font y Nuria Busquet Solé, médicas de familia también en el CAP Sagrada Familia.

El objetivo de este estudio era evaluar la ingesta de calcio en mujeres postmenopáusicas que toman suplementos de calcio, determinando si su prescripción es adecuada. Los requerimientos de calcio y vitamina D en mujeres postmenopáusicas son de 1.000-1.200 mg/día de calcio y 800-1.200 UI/día de vitamina D, preferiblemente a través de la dieta. Los suplementos se indican cuando la ingesta dietética no cubre sus necesidades.

Este estudio observacional, descriptivo y transversal se llevó a cabo en una muestra de 616 mujeres, de las que finalmente participaron 357. Sus resultados apuntaron a que la media de calcio ingerido a través de la dieta en las mujeres postmenopáusicas era insuficiente, con una media de 872 mg/día en las que es recomendable reforzar la ingesta de tres raciones de lácteos al día. Asimismo, un 27% de ellas tomaba suplementos de forma innecesaria, ya que su dieta cubre las necesidades de calcio.

El estudio ha puesto en evidencia una baja adherencia a los suplementos, ya que en torno a un



NOTA DE PRENSA

50% de mujeres no los toman o no siguen el tratamiento correctamente. Por ello los autores afirman que “es fundamental evaluar la ingesta dietética antes de prescribir suplementos y, cuando se pauten, concienciar a las pacientes sobre los beneficios del tratamiento y los riesgos de una mala adherencia”.

Para más información contactar con:

Sonia Morales (Comunicación SEMG)

Teléfono de contacto: 626 301 370

Email: gabinetecomunicacion@semg.es