

Percepción Médica sobre el uso y prescripción de Complementos Alimenticios

La visión de médicos de Atención Primaria

Noviembre 2025

Afepadi & Iqvia han llevado a cabo un estudio de mercado dirigido a especialistas de Atención Primaria para conocer la recomendación de complementos alimenticios



Metodología

Entrevista **cuantitativa online** (CAWI) con reclutamiento y soporte telefónico en caso necesario
Cuestionario de **10 minutos** de duración máxima
Todas las entrevistas se han realizado teniendo en cuenta la normativa vigente sobre **protección de datos personales** y **farmacovigilancia**



Target y muestra

Los entrevistados han sido reclutados a través del universo OneKey de especialistas de Atención Primaria (BBDD de IQVIA), ámbito público y privado. Se ha impactado a un total de 1046 especialistas médicos de los cuales se ha obtenido respuesta de **133 médicos de Atención Primaria**, distribuidos en:

- **n=100** APs que **SÍ** recomiendan complementos alimenticios
- **n=33** APs que **NO** recomiendan de complementos alimenticios

Teniendo en cuenta tanto el universo de especialistas como el número de entrevistas realizadas, el error muestral es de $\pm 8,7\%$ con un nivel de confianza del 95% $p=q=50\%$

Hemos seleccionado una muestra **representativa nacional** estableciendo cuotas por región



Trabajo de campo

Realizado del **13 de mayo al 10 de junio de 2025**



Objetivo del proyecto

El principal objetivo del estudio de mercado es **analizar las recomendaciones** que los profesionales de la salud (APs) hacen sobre los **complementos alimenticios**. Con ello, vamos a identificar las tendencias y preferencias en el uso de estos productos, así como evaluar la percepción y confianza de los APs en los complementos alimenticios

3 de cada 4 médicos de atención primaria recomiendan complementos alimenticios en su práctica clínica, mayormente de manera frecuente u ocasional

Entre los que no recomiendan, el rechazo a la categoría es minoritario, solo 1 de cada 10 se abstiene por completo de recomendar estos productos a sus pacientes, mientras que el resto lo hace de manera muy esporádica

Recomendación de complementos alimenticios



25%

**No recomiendan
complementos
alimenticios**

91% Rara vez
9% Nunca



75%

**Recomiendan
complementos
alimenticios**

8% Siempre
44% Frecuentemente
48% Ocasionalmente

Los especialistas que recomiendan complementos alimenticios son profesionales con una amplia trayectoria profesional que ejercen principalmente en el ámbito público

Además, a diferencia de los profesionales no recomendadores, ejercen más comúnmente en zonas urbanas con niveles socioeconómicos más altos y una proporción significativamente mayor ha recibido formación específica de la categoría



↑↓ Diferencias significativas (95%) entre médicos recomendadores vs. no recomendadores

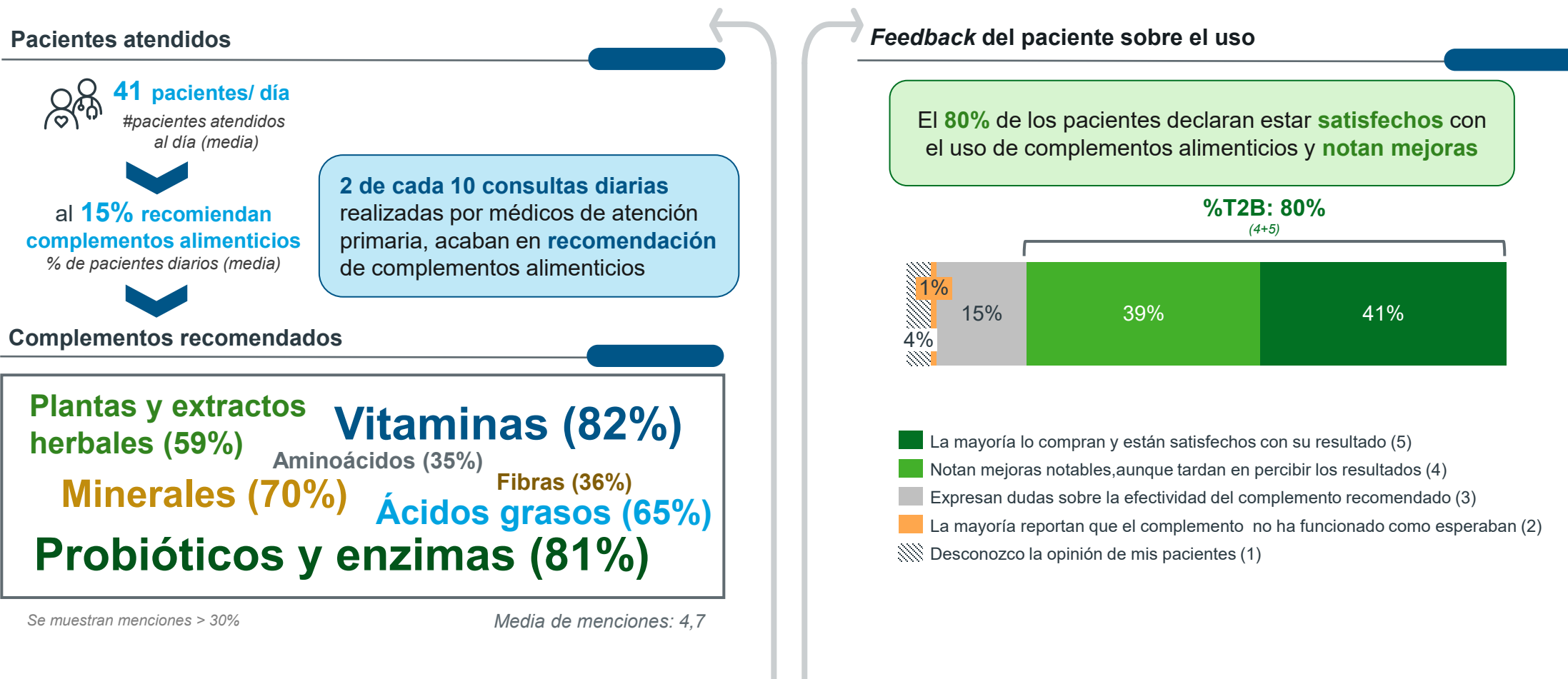
Base: 133 médicos de atención primaria

F2. Edad | F3. Género | F7. Nivel socioeconómico de la zona donde ejerce | F6. Tamaño del municipio donde ejerce su práctica clínica | F5. Medio de trabajo | F4. ¿Cuántos años lleva ejerciendo su profesión? | F9. ¿Ha recibido alguna vez formación específica sobre el uso de los complementos alimenticios? | F1. Región

En 2 de cada 10 consultas diarias, los APs recomiendan complementos alimenticios, siendo las vitaminas, los probióticos y las enzimas los más indicados



La mayoría de los pacientes que los utilizan valoran positivamente sus efectos y perciben mejoras en su salud, lo que refuerza su valor clínico como herramienta de apoyo en la atención sanitaria



Base: 100 médicos de atención primaria

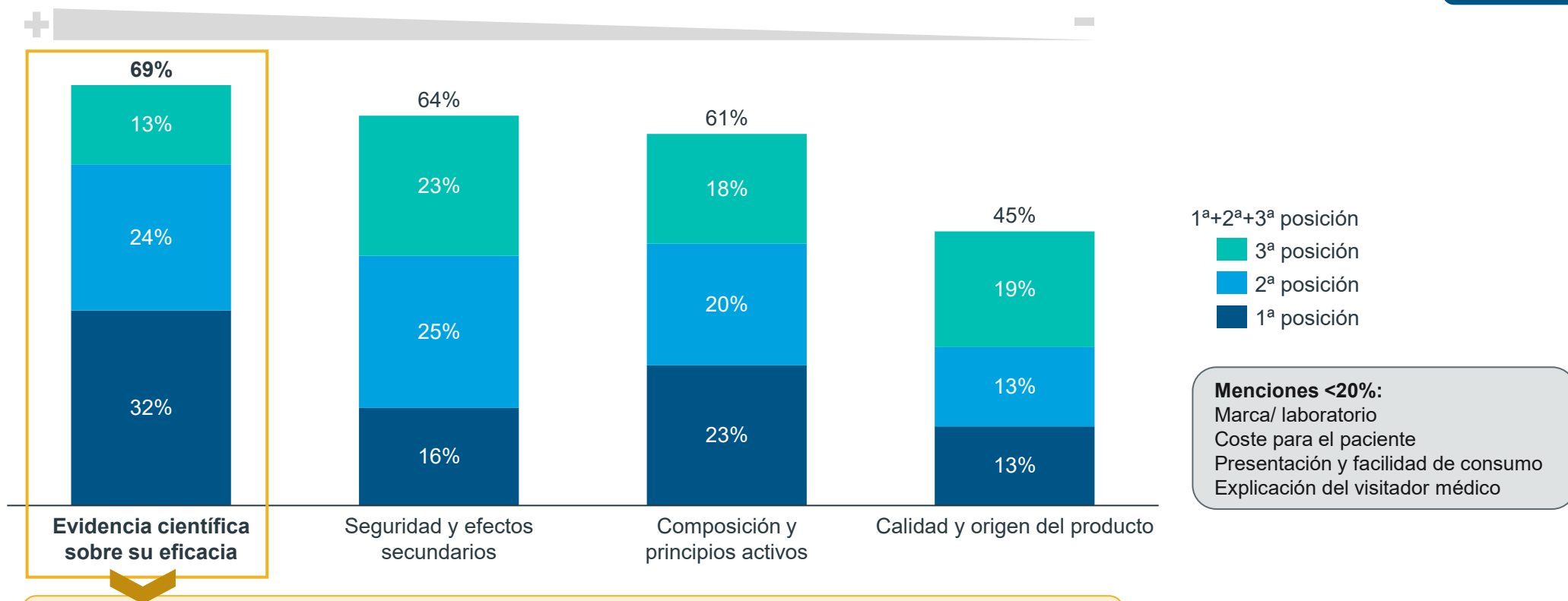
A1. Por término medio en un día normal, ¿a cuántos pacientes atiende usted personalmente en su consulta por cualquier motivo? | A2. Pensando en los pacientes que atiende de media en un día normal ¿a qué porcentaje les recomienda complementos alimenticios? | A3. ¿Qué tipos de complementos alimenticios suele recomendar a sus pacientes? | A8. Después de recomendar un complemento alimenticio, ¿cuál es el feedback que recibe de los pacientes?



Los médicos priorizan que los complementos alimenticios cuenten con respaldo científico sólido a la hora de recomendarlos a sus pacientes

También valoran que sean seguros, bien formulados y de calidad contrastada, tanto en su composición como en su origen

Ranking de importancia de recomendación



Adicionalmente, **más de la mitad** de los médicos de atención primaria (%T2B: 54) declaran tener un alto nivel de confianza en la evidencia científica que respalda los complementos alimenticios

Base: 100 médicos de atención primaria

A5. Teniendo en cuenta las siguientes características al recomendar un complemento alimenticio, ¿cuál es el nivel de importancia que le da a cada una de ellas?

B1. Pensando en los complementos alimenticios, ¿qué nivel de confianza tiene usted en la evidencia científica?

Se muestran menciones > 20%

Y cuando los recomiendan es especialmente para mejorar el estado nutricional y abordar problemas concretos de salud: colesterol, sueño y cuidado personal



Las recomendaciones médicas sobre complementos alimenticios reflejan su potencial como herramienta de apoyo frente a retos sanitarios actuales, como el uso excesivo de antibióticos y los problemas relacionados con el sueño y la salud mental

Principales razones de recomendación

Media de menciones: 7,8



Apoyo nutricional
y metabólico

95%

- Mejorar **salud intestinal/digestiva**
- **Complementar dieta** y cubrir deficiencias vitamínicas y nutricionales
- Mantener adecuadamente el **colesterol**



Mejoras específicas
de salud

91%

- Para conciliar el **sueño**
- Mejorar la **salud**:
 - **Articular**
 - **Piel, cabello y uñas**
 - **Mujer** (embarazo, menopausia)



Apoyo energético
y vitalidad

79%

- Dar **más energía**/ paliar el cansancio
- Favorecer el **bienestar mental**
- Mejorar el **rendimiento físico/para deportistas**



Sistema inmune y
prevención

65%

- Mantener el **sistema inmunológico**

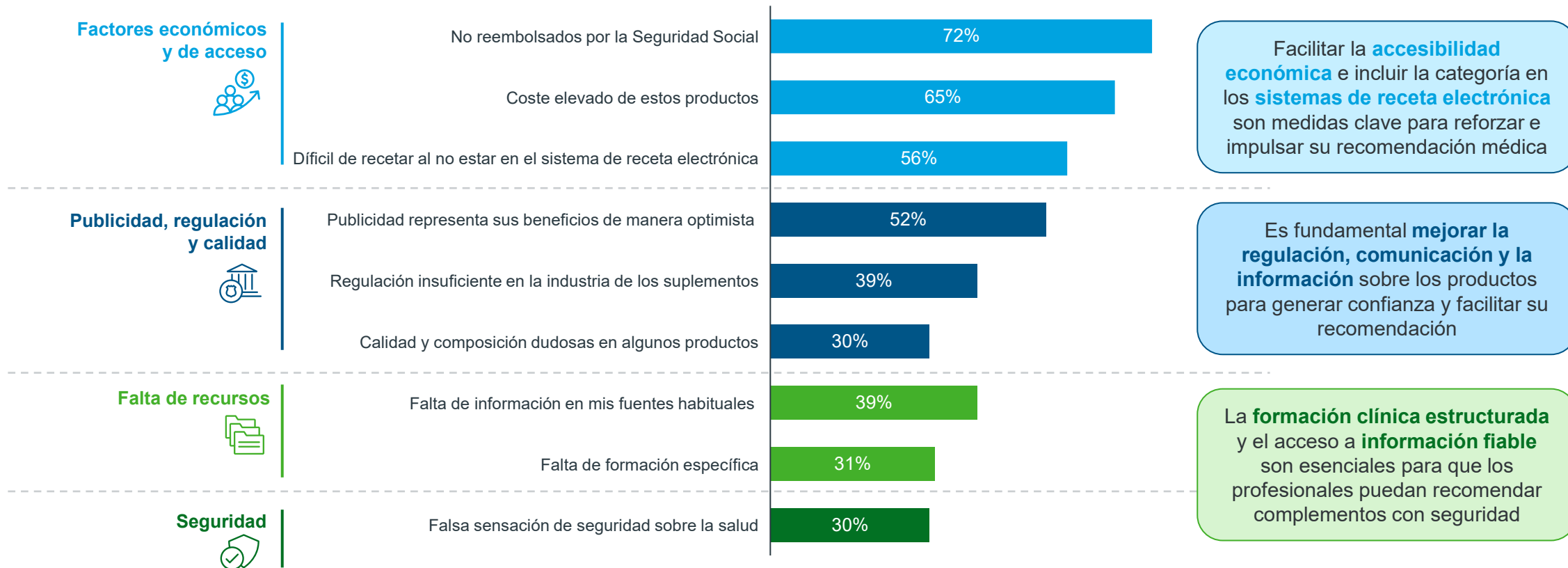
Las principales barreras para la recomendación médica son de tipo administrativo y económico: la falta de financiación pública, el coste y la dificultad de prescripción



También influyen la publicidad exagerada, la escasa regulación y la falta de formación e información clínica entre los profesionales

Asociación de mensajes de la categoría – Barreras de recomendación

%T2B “Nivel de acuerdo”: 4+5



Se muestran menciones > 30%

Base: 100 médicos de atención primaria

F11. A continuación, verá unos mensajes relacionados con los complementos alimenticios que otros encuestados nos han comentado como motivos para no recomendarlos.

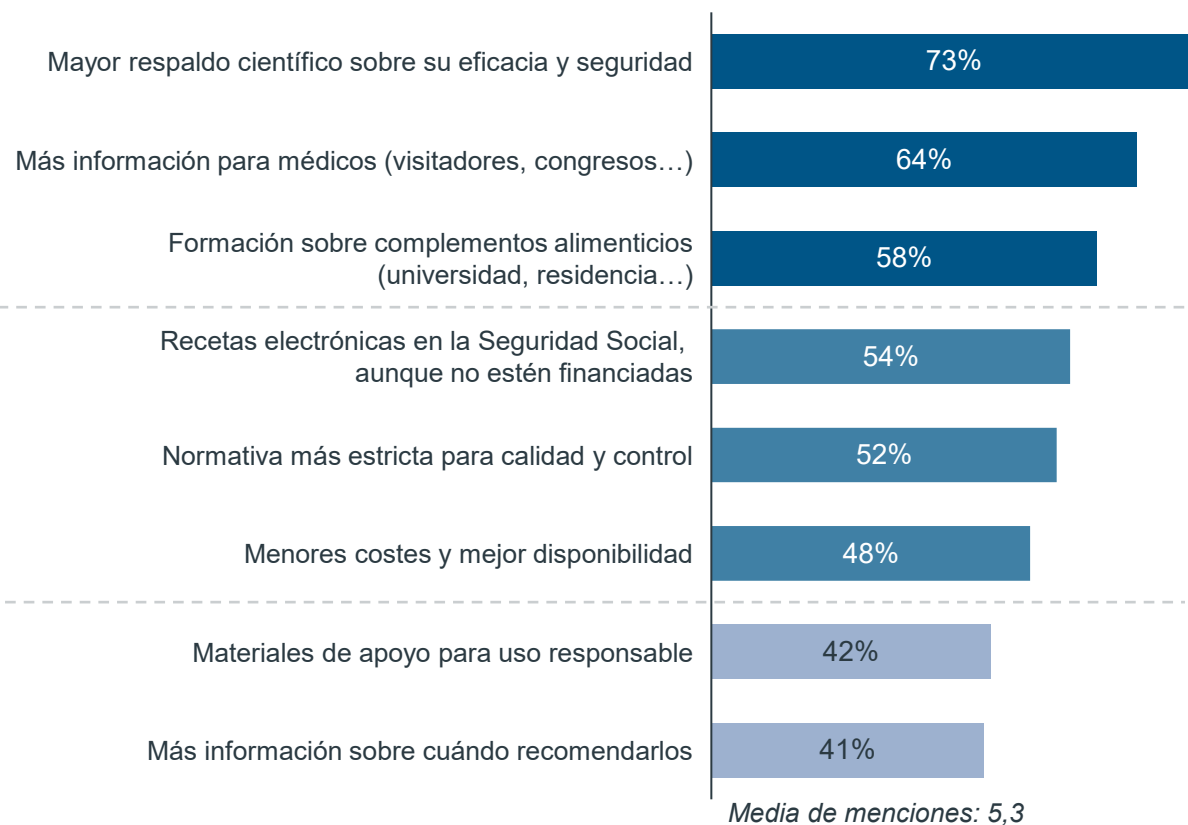
Por favor, indique en qué medida está de acuerdo o en desacuerdo con los siguientes mensajes sobre complementos alimenticios.

Los especialistas médicos consideran fundamental reforzar la evidencia científica y ofrecer más formación e información específica tanto en entornos académicos como a través de congresos y visitas médicas



Así como mejorar el acceso económico y facilitar la prescripción desde el sistema sanitario son medidas clave para integrar esta categoría en la práctica clínica diaria

Mejoras para incrementar la recomendación



Los médicos que actualmente no recomiendan complementos coinciden en que **fortalecer la evidencia científica** y **ofrecer más información** específica a los profesionales son medidas clave para fomentar su recomendación

Los profesionales sugieren...



Estudios con **base científica**, darse a conocer y **ofrecer formación** tanto a médicos como a farmacéuticos. Es un gran producto y la sociedad también está aceptándolo mejor.

AP – Norte



Más información al respecto, en cuanto a posología, indicaciones...

AP – Este



Mayor **investigación y publicaciones** de resultados, así como presentar los productos a los médicos

AP – Centro



Reducir **precio, formar** a los médicos, realizar más **estudios científicos** que avalen la eficacia y la seguridad de los productos

AP – Sur

Solo se muestran las acciones > 40%

Base: 100 médicos de atención primaria

C0. ¿Qué acciones podrían tomar las compañías de complementos alimenticios para aumentar la recomendación de estos productos? ¿Qué les sugeriría?

C1. Basándose en su experiencia recomendando complementos alimenticios, ¿qué aspectos cree que podrían mejorarse para que usted recomiende complementos alimenticios con mayor frecuencia?



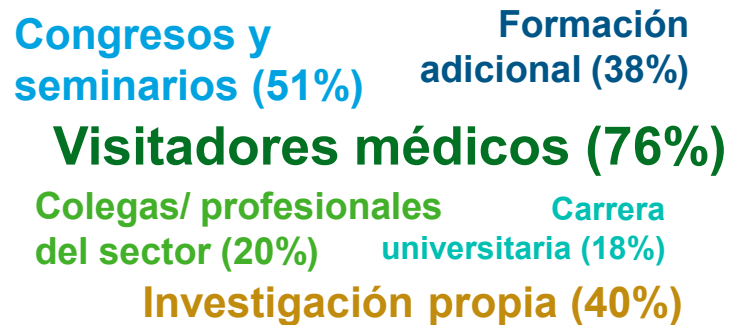
Los APs formados en complementos alimenticios acceden principalmente a través de visitantes médicos y cursos específicos, por lo que son las vías más habituales

Mientras, entre aquellos que no han recibido formación, hay un interés significativo en adquirirla, lo que representa una oportunidad clara para desarrollar iniciativas formativas específicas

Formación sobre complementos alimenticios

Medio de formación

Base: Han recibido formación (n=45)

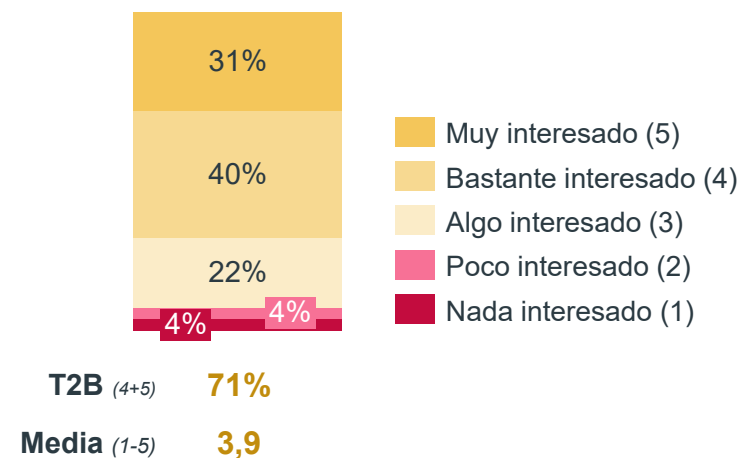


Se muestran menciones > 10%

Media de menciones: 2,4

Interés formativo

Base: No han recibido formación (n=55)



El **elevado interés de los médicos**, junto con una formación que proviene mayoritariamente de fuentes externas, evidencia el potencial de **implementar programas formativos** sobre complementos alimenticios en entornos educativos y sanitarios

Base: 100 médicos de atención primaria

F9. ¿Ha recibido alguna vez formación específica sobre el uso de complementos alimenticios en el ámbito clínico?

F9a. ¿Nos podría indicar dónde ha recibido la formación sobre los complementos alimenticios?

F9b. ¿Estaría interesado en recibir formación sobre complementos alimenticios?

Resumen ejecutivo de resultados – La visión de médicos de Atención Primaria

Perfil del especialista

- Los médicos que recomiendan complementos trabajan principalmente en el **ámbito público** y tienen **más presencia** en **zonas urbanas** y con mayor **nivel socioeconómico**
- Han recibido **formación específica**, mayormente a través de visitantes médicos y cursos especializados

Recomendación de Complementos Alimenticios

- La mayoría de los especialistas de atención primaria los recomiendan, especialmente **vitaminas, probióticos, enzimas y minerales**
- Se utilizan como **apoyo nutricional** y para **mejorar la salud** digestiva, el sueño, el colesterol y el bienestar general
- La **evidencia científica** es el principal criterio para su recomendación

Barreras a la recomendación

- Obstáculos económicos: **no están financiados** por la Seguridad Social y su **coste** es elevado
- Dificultades de acceso: **no están integrados** en el sistema de receta electrónica
- Falta de **formación e información** clínica, junto con publicidad exagerada y regulación insuficiente

Oportunidades de mejora

- **Alto interés** por recibir **formación específica**, especialmente entre quienes aún no la han recibido
- Reforzar la **evidencia científica** y **ofrecer formación** estructurada en entornos académicos y sanitarios
- Mejorar la **accesibilidad económica** e integrar los complementos en sistemas de prescripción médica

