

CAMPAÑA SANITARIA 2012

"No te deshidrates"

A. García - MR. Pastor - JM. Miquel - A. Hardisson - MP. Zaragoza - E. Franco - MJ. Alonso - A. Sierra - JA. Tur - M. Motero - I. Espada
Vocalía Nacional de Farmacéuticos en Alimentación. Junta directiva y comité científico.

Introducción

El Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, a través de su Vocalía Nacional de Farmacéuticos en la Alimentación, y con la colaboración de los Colegios Oficiales de Farmacéuticos provinciales, ha llevado a cabo la Campaña sanitaria "No te deshidrates", con el fin de incidir en una adecuada hidratación de la población.

La Campaña contó con la colaboración de Aquarius y Coca-Cola España a través de la Compañía de Servicios de Bebidas Refrescantes, S.L. - SERCO.

El objetivo principal de la Campaña era educar a la población sobre la importancia de prevenir la deshidratación para así aumentar la calidad de vida y la salud.

Como objetivos secundarios, se pretendía:

- Fomentar el papel del farmacéutico como agente sanitario, con el fin de consolidar su participación activa en la detección de problemas de salud pública de alta incidencia en la población.
- Formar al farmacéutico para que actuase como educador sanitario.
- Favorecer la comunicación entre la población general y el farmacéutico.
- Inculcar hábitos y estilos de vida saludables en la población.

Material y métodos

Durante el desarrollo de la Campaña, de julio a septiembre de 2012, se realizó por parte de los farmacéuticos de toda España un asesoramiento personalizado sobre hidratación a los usuarios de las oficinas de farmacia.

Como materiales de apoyo, se utilizaron los siguientes:

- Material dirigido a farmacéuticos colegiados: documento técnico de consenso "Pautas de hidratación con bebidas con sales minerales" (Fig.1).
- Material dirigido a la población general: folleto con el "Decálogo de Consejos para prevenir la deshidratación" (Fig.2).

Estos materiales se distribuyeron entre las oficinas de Farmacia a través de los Colegios Oficiales de Farmacéuticos Provinciales. Asimismo, los farmacéuticos colegiados tuvieron acceso a los materiales a través de www.portalfarma.com.



Fig.1. Documento técnico de consenso "Pautas de hidratación con bebidas con sales minerales"

Resultados

La Campaña sanitaria "No te deshidrates 2012" contó con la participación de un total de 47 provincias españolas (Fig.3).

A través de las oficinas de Farmacias españolas, se distribuyeron entre la población general un total de 961.850 folletos con el "Decálogo de Consejos para prevenir la deshidratación"



Folletos distribuidos por Comunidades Autónomas

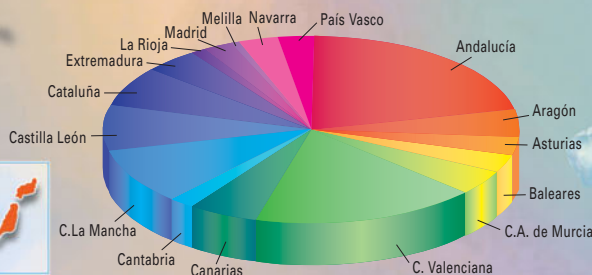


Fig.2. Folleto con el "Decálogo de Consejos para prevenir la deshidratación"

Conclusiones

El farmacéutico, como profesional sanitario más cercano a la población, cumple un papel fundamental para formar y aconsejar sobre hábitos y estilos de vida saludables a la población, ejerciendo un acción educadora de primer nivel. No hay que olvidar que el 99% de la población tiene una oficina de Farmacia en el lugar donde reside y que diariamente visitan las farmacias más de dos millones de ciudadanos.

A la vista de los resultados, se puede comprobar que han participado en esta Campaña Educativa la mayoría de las provincias españolas, con lo cual se ha realizado una labor formativa y preventiva, como ejes de una actividad educativa, importante por parte de los farmacéuticos españoles.

Mediante el material distribuido a la población general, se ha pretendido transmitir a la población unos criterios preventivos que pretendan mejorar la calidad de vida y la salud de dicha población, como elementos principales dentro de la adquisición y mantenimiento de Estilos de Vida Saludable, ayudando de esta forma a mantener el equilibrio hídrico y evitando la aparición de síntomas relativos a los procesos de deshidratación.

Además del asesoramiento personalizado sobre hidratación por parte del Farmacéutico en las Oficinas de Farmacia Españolas, el Vocal Nacional, así como los Vocales Provinciales de Farmacéuticos en la Alimentación, difundieron consejos sobre hidratación a través de los distintos medios de comunicación (prensa, radio, televisión, etc.) como elementos de amplificación de la Campaña Educativa.

Es necesaria la realización de Campañas Sanitarias Educativas que permitan establecer programas formativos y preventivos a todos los niveles. Estos programas deben considerar la incorporación de hábitos más saludables a nuestra dieta tradicional, la realización habitual de ejercicio físico moderado y cambios saludables en los hábitos de la población.