

# Participación de SEFAC en el evento CuidatePlus 2016. Puesta en marcha

Ana María Mateos Lardiés<sup>1,2</sup>, María del Carmen Sáez Esteban<sup>1,2</sup>, Pilar Barral Martín<sup>3</sup>, Aránzazu Bocanegra de Juana<sup>1,2</sup>, María José Cordero Pérez<sup>1,2</sup>, Pilar Méndez Mora-Figueroa<sup>2,4</sup>, Pablo García Salgado<sup>2,4</sup>, Ana Isabel Serrano Pérez<sup>1,2</sup>, Alicia González Rodríguez<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Grupo de Nutrición y Digestivo de SEFAC. <sup>2</sup>Farmacéutico/a comunitario/a. <sup>3</sup>Dirección General de Salud Pública (DGSP) de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid. <sup>4</sup>SEFAC.



## Introducción

En el año 2016 se creó una plataforma (<http://www.cuidateplus.com>) desde Unidad Editorial Revistas, S.L. con la pretensión de fomentar el autocuidado responsable, la mejora de los hábitos saludables y el bienestar social en todas las etapas de la vida, con el objetivo de sembrar las claves fundamentales de la educación en salud desde la infancia hasta los mayores.

Se programó un espacio de salud destinado a la población general para los días 5 y 6 de mayo de 2016 en la Galería de Cristal del palacio de correos del ayuntamiento de Madrid (<http://www.cuidateplus.com/evento/>), contactando con distintos profesionales y agentes para la participación. Se solicitó que el farmacéutico comunitario esté presente a través de SEFAC.

Durante la celebración del evento se programaron charlas en aulas y talleres en diversos stands destinados a los visitantes. Se plantearon seis áreas que incluyeron: deporte, piel, salud bucodental, salud visual y alimentación.

## Objetivo

Poner en marcha la participación de SEFAC mediante talleres relacionados con la alimentación.

## Material y método

Desde el grupo de nutrición y digestivo de SEFAC se elaboraron los siguientes materiales:

- ✓ Encuestas de adherencia a la dieta mediterránea: para población adulta y para población infantil.
- ✓ Folleto “¿Sabías qué ...?” con curiosidades relacionadas con alimentación y tratamientos farmacológicos.
- ✓ Material con consejos saludables para fotocall y compartir en redes sociales.
- ✓ Plantilla con el plato saludable de Harvard para trabajar con los asistentes en la elaboración de menús.

Se organizaron turnos para participar en el stand entre los 20 farmacéuticos voluntarios de Madrid, procurando una duración máxima de cada turno de en torno a las tres horas.

## Resultados

El área de alimentación despertó bastante interés entre los asistentes con el paso y la participación de un gran número de los mismos. En cuanto a las encuestas de adherencia a la dieta mediterránea se recogieron 69 encuestas, 60 en población adulta y 9 en población infantil.

## Conclusiones

**El farmacéutico comunitario es un profesional con gran formación en alimentación y cuya actuación contribuye mediante la educación de la salud a ampliar los conocimientos de la población sobre los buenos hábitos alimenticios.**

