



CINCO CLAVES EN HIDRATACIÓN 2017

**Vocalía Nacional de
Farmacéuticos en la
Alimentación**

Dossier organizativo

**Consejo General de Colegios
Oficiales de Farmacéuticos**

El Consejo General pone en marcha, a través de su Vocalía Nacional de Farmacéuticos de Alimentación, y contando con la colaboración de los Colegios Oficiales de Farmacéuticos provinciales y de farmacias comunitarias que voluntariamente deseen participar, la séptima edición de la Campaña sanitaria “Cinco claves en hidratación” que se lleva a cabo todos los veranos.

La campaña cuenta con la colaboración de la Compañía de Servicios de Bebidas Refrescantes, S.L. y de Grand Fontaine.

Objetivos

- Fomentar la información del farmacéutico y de la población general acerca de la importancia de la hidratación, y de las necesidades diarias de líquidos en función de la persona y de su situación fisiológica.
- Conocer los hábitos de hidratación de los usuarios de la farmacia comunitaria mediante una encuesta realizada por los farmacéuticos.

Descripción de la Campaña

La campaña se desarrollará entre junio y diciembre de 2017.

La Campaña cuenta con dos acciones, destinadas cada una de ellas a una población diana: farmacéuticos colegiados y población general.

- Acción dirigida a farmacéuticos colegiados. Los farmacéuticos van a tener a su disposición el informe técnico “Pautas de hidratación con bebidas con sales minerales” que recoge los principales puntos en los que hay que prestar especial atención, en función de la edad del usuario y su situación fisiológica, de forma que el farmacéutico pueda hacerle recomendaciones individualizadas sobre hidratación.

-
- Acción dirigida a la población general. Los farmacéuticos que ejerzan en farmacia comunitaria podrán informar a los usuarios acerca de las necesidades de consumo de líquidos, para lo cual se ha preparado como material de apoyo un folleto con consejos para garantizar una buena hidratación.

Junto con este folleto se va a preparar un videocomunicado en el que se insistirá en la necesidad de una adecuada hidratación, y que se difundirá a través de www.portalfarma.com y las diferentes redes sociales del Consejo General. El videocomunicado incluirá además subtítulos junto con la locución, para favorecer la difusión del mensaje desde todo tipo de pantallas y para cualquier usuario.

Igualmente, durante el desarrollo de la campaña los farmacéuticos podrán participar de manera voluntaria una encuesta anónima a los usuarios, para conocer los hábitos de hidratación de la población. Esta encuesta ha sido elaborada por el Comité Científico de la Vocalía de Alimentación, y se incluye en el folleto en una página fácilmente desprendible del mismo para que el farmacéutico pueda recoger los datos de la encuesta realizada al usuario, y pueda entregar a éste el folleto. Los datos de la encuesta se enviarán al CONSEJO a través de una aplicación incluida en www.portalfarma.com.

Materiales de la Campaña

Los materiales de la campaña son los siguientes:

- Informe técnico “Pautas de hidratación con bebidas con sales minerales”, descargable desde el espacio web de la campaña en www.portalfarma.com.
- Folleto para pacientes. Cada farmacia comunitaria que desee participar en la campaña recibirá un total de 50 folletos junto con un expositor. El folleto podrá descargarse igualmente desde el espacio web de la campaña en www.portalfarma.com.

-
- Videocomunicado con consejos en hidratación. Este videocomunicado podrá ser libremente utilizado por parte de los Colegios Oficiales de Farmacéuticos y las farmacias comunitarias que así lo deseen.
 - Encuesta a usuarios. La encuesta va incluida en el folleto, y será fácilmente desprendible del mismo para que el farmacéutico pueda recoger la información transmitida por el usuario y entregarle a éste el folleto. La grabación de los datos de la encuesta se realizará a través del espacio web de la campaña en www.portalfarma.com.

Desde el Consejo General se ha creado un espacio de la campaña en www.portalfarma.com, donde está disponible la información de la campaña y los materiales destinados a farmacéuticos y a la población, así como la aplicación de envío de datos de la encuesta.

Cronograma

Junio de 2017:

- Difusión de la campaña a los Colegios Oficiales de Farmacéuticos mediante escrito de Secretaría General.
- Presentación de la campaña a los farmacéuticos comunitarios y a los medios de prensa a través de los medios de comunicación del Consejo General (revista *Farmacéuticos*, Portalfarma, newsletter y redes sociales como Twitter e Instagram).
- Elaboración de los materiales de la campaña.

Julio de 2017:

- Distribución de los folletos de la campaña.
- Inicio de la campaña en las farmacias comunitarias.

- Presentación de la campaña a las Autoridades Sanitarias.
- Presentación de la campaña a los medios de prensa mediante nota de prensa.

Septiembre de 2017:

- Finalización de las acciones de la campaña en las farmacias comunitarias: 30 de septiembre.

Octubre de 2017:

- Extracción de los datos recibidos de la encuesta.
- Análisis de los datos de la encuesta.

Diciembre de 2017:

- Presentación de resultados.

Encuesta a realizar a los usuarios

Durante la campaña, aquellos farmacéuticos que voluntariamente deseen participar, podrán llevar a cabo una encuesta anónima entre los usuarios de la farmacia comunitaria con el objetivo de conocer los hábitos de hidratación de los usuarios.

La encuesta consta de las siguientes preguntas:

Código postal

Edad

Sexo

 Hombre Mujer**Motivo por el que suele beber** Porque tengo sed Porque tengo una enfermedad y me beneficia Porque debo cuidarme Porque quiero cuidar mi piel Porque tomo un medicamento que me hace beber más Para recuperarme después del ejercicio

¿Toma siempre las mismas bebidas?

 Sí No

¿Cuánto líquido bebe al día?

 Menos de 1,5 l Entre 1,5 y 2 l Más de 2 l

¿Ha perdido la sensación de sed?

 Sí No

¿Tiene cerca siempre un vaso o una botella de líquido?

 Sí No

¿Le preocupa beber más por tener que ir a menudo al baño?

 Sí No

¿Le parece importante estar bien hidratado?

 Sí No

¿Se siente bien informado sobre cómo hidratarse?

 Sí No

¿Se siente bien hidratado?

 Sí No

¿Cree que el farmacéutico puede aconsejarle en hidratación?

 Sí No

¿Bebe sin esperar a tener sed?

 Sí No

¿Bebe más líquidos en caso de situaciones como calor o sequedad ambiental?

 Sí No

¿En caso de ejercicio físico con sudoración abundante, consume bebidas con sales minerales?

 Sí No

¿Tiene en consideración las recomendaciones de su farmacéutico en hidratación?

 Sí No