



**Fundació de les Ciències  
Farmacèutiques de les Illes Balears**

Campaña de Educación y  
Promoción de la Salud.

Cuidarse es garantía de  
salud

Palma de Mallorca, Julio 2007

**PROYECTO DE EDUCACIÓN SANITARIA  
PRESENTADO POR LA “FUNDACIÓ DE LES  
CIÈNCIES FARMACÈUTIQUES DE LES ILLES  
BALEARS” A LA BANCA MARCH PARA SU  
APROBACIÓN Y POSTERIOR DESARROLLO EN  
EL SALÓN DE CONFERENCIAS DE PALMA Y EL  
DE MANACOR**

**Dirección:**

**Isabel Llompart Alabern**

**Vicepresidenta de la Fundació de les Ciències Farmacèutiques de les Illes Balears.**

**Teresa Bonnin Sánchez**

**Coordinadora científica de la la Fundació de les Ciències Farmacèutiques de les Illes Balears.**

**1. INTRODUCCIÓN**

**2. OBJETIVOS DE LA CAMPAÑA**

**3. PROGRAMA**

**4. METODOLOGÍA**

# 1. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia encontramos multitud de definiciones, que generalmente obedecen a las características de cada momento histórico. Es a partir de 1956 que la OMS define salud como:

**“El estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad”**

La **Educación para la Salud** forma parte fundamental de la educación integral de las personas, lo cual supone el desarrollo exhaustivo de todas las capacidades humanas y su formación como individuos autónomos y dialogantes, dispuestos a comprometerse en una relación personal y en una participación social basadas en el uso crítico de la razón, la apertura a los demás y el respeto por los Derechos Humanos. Esta formación se consigue mediante la Educación y Promoción de la Salud.

Una de las mayores preocupaciones de la sociedad española actual es la sensibilización sobre la necesidad de crear hábitos de vida saludables que permitan una vida sana plena. Los objetivos para alcanzar esta meta se recogen en las diferentes etapas educativas. Es importante llegar a:

*“Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y las decisiones personales y valorar los beneficios que suponen los hábitos para llevar una vida sana”.*

La educación para la salud, puede considerarse desde 2 perspectivas:

- Preventiva
- Promoción de la salud

Desde el **punto de vista preventivo**, capacitando a las personas para evitar los problemas de salud mediante el propio control de las situaciones de riesgo, ó bien evitando sus posibles consecuencias.

Desde una **perspectiva de promoción de la salud**, capacitando a la población para que pueda adoptar formas de vida saludables.

Uno de los objetivos prioritarios del colectivo farmacéutico como agentes promotores de la salud es la promoción de hábitos saludables en la población.

Una forma de promocionar hábitos saludables es mediante la información de la población con programas educativos que permitan divulgar los conocimientos necesarios para aplicar los principios de salud.

El programa que se propone, permite educar para la salud, distinguiendo aquellos conceptos sanitarios de mayor importancia y relevancia tanto por la mayor incidencia de la patología, como por la necesidad de aplicar hábitos higiénico-sanitarios que faciliten la adopción de estilos de vida saludables.

## **2. OBJETIVOS DE LA CAMPAÑA**

El objetivo general de la Fundació de les Ciències Farmacèutiques de les Illes Balears al elaborar este proyecto es plantear un programa de educación y promoción de la salud aportando unos conocimientos y unas normas sencillas de actuación que sean útiles para preservar la salud de nuestra población.

**Los objetivos específicos son los siguientes:**

- 1.- Asociar salud a mejora de la calidad de vida y no únicamente a la ausencia de enfermedad.
- 2.- Aportar educación sobre las normas básicas de salud.
- 3.- Analizar los diferentes estilos de vida, observando las conductas de riesgo y reflexionar sobre las posibles repercusiones de ciertas conductas consideradas de riesgo para la salud individual y colectiva.
- 4.- Exponer hábitos de comportamiento para la prevención de las patologías.
- 5.- Valorar el estado de salud de la población estudiada mediante el procesamiento de los datos obtenidos de una encuesta de salud.

## **3. PROGRAMA**

Se trata de una campaña sanitaria dirigida a población adulta y tercera edad.

El Temario es el siguiente:

1. El tema es el resfriado y la gripe  
**Lema: Cuida tu resfriado y vacúnate contra la gripe**
2. El Tema son los medicamentos  
**Lema: Con los medicamentos no se juega.**
3. El Tema es la hipertensión  
**Lema: Controla tu vida. Controla tu tensión.**
4. El Tema es la alimentación  
**Lema: Come sano y vive feliz.**
5. El Tema es la alimentación  
**Lema: Publicidad, ¿¿es verdad lo que nos cuentan sobre los alimentos??**

### ***Cronograma:***

El programa completo se desarrollará en 5 sesiones teóricas de aproximadamente 45 minutos de duración, y 15 minutos de preguntas, respuestas y coloquio. Este programa se podrá realizar en Palma y Manacor.

Los meses elegidos para su desarrollo podrían ser los siguientes:

Octubre: Resfriado y Gripe coincidiendo con el inicio de la campaña de vacunación de la gripe.

Diciembre: Con los medicamentos no se juega.

Febrero: Controla tu vida. Controla tu tensión.

Abril: Come sano y vive feliz.

Junio: La publicidad ¿¿es verdad lo que nos cuentan sobre los alimentos??

Se valorará la repercusión de este curso de educación sanitaria en la población diana mediante una encuesta de satisfacción de la campaña.

## **4. METODOLOGÍA**

La metodología propuesta para la consecución de los objetivos consiste en sesiones teóricas presentadas con diapositivas en soporte audiovisual mediante gráficos y esquemas utilizando programa de ordenador power point. La exposición se realizará utilizando un cañón de proyección o en su defecto un proyector de diapositivas.

Se puede realizar un póster explicativo para informar en los centros el día y la hora en que se realizarán las conferencias así como un tríptico/folleto explicativo-resumen de las conferencias.

#### 4.1 MATERIAL NECESARIO:

El material necesario es el siguiente:

- Cañón de proyección y ordenador portátil.
  
- Posters informativos de la campaña que incluyan la convocatoria de sesiones indicando temas, hora y lugar.
  
- Fotocopias de la encuesta de valoración de satisfacción de la campaña realizada.

Las sesiones serán impartidas por farmacéuticos preparados en el tema, seleccionados por el comité científico de la Fundació de les Ciències Farmacèutiques de les Illes Balears.