

Los farmacéuticos leoneses ofrecerán desde el próximo mes de abril educación nutricional en la actividad física

- **León es la provincia de Castilla y León donde más farmacéuticos cumplirán con la campaña, que se prolongará durante dos meses y medio en la que 88 farmacéuticos realizarán, además, una encuesta a los leoneses que permitirá conocer los hábitos alimentarios y de estilo de vida de la población**
- **Plenufar 6 ha sido reconocida como actividad de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad**

León, 10 de abril de 2017.- Los farmacéuticos leoneses, ofrecerán a partir del próximo 17 de abril y durante dos meses y medio, educación nutricional en la actividad física desde las farmacias comunitarias, en el marco del Plan de Educación Nutricional por el Farmacéutico (Plenufar), una iniciativa del Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos a través de su vocalía de Alimentación. Esta sexta edición de Plenufar, trata de dar respuesta a los millones de españoles que cada día realizan algún tipo de actividad o ejercicio físico, ofreciendo asesoramiento a este grupo de población para llevar a cabo una adecuada alimentación acorde a sus necesidades.

El presidente del Colegio Oficial de Farmacéuticos de León, Javier Herradón, ha destacado durante su intervención la importancia de este Plan de educación nutricional. Además, ha recordado el conocimiento de los farmacéuticos en este campo con una importante carga lectiva de asignaturas relacionadas con la Nutrición, la Bromatología y la Alimentación en el grado en Farmacia.

Formación

En este sentido, los farmacéuticos participantes amplían sus conocimientos desde el pasado 3 de abril con un programa formativo, en el que se repasan, entre otros, los beneficios de la actividad física, los aspectos básicos de la nutrición e hidratación deportiva o la alimentación saludable.

El objetivo de esta campaña, tal y como ha explicado M^a José Díez, vocal de Alimentación del Colegio Oficial de Farmacéuticos de León, es "en primer lugar trasladar la importancia de realizar actividad física para tener un buen estado de salud y para prevenir y controlar enfermedades; pero sobre todo se trata de formar en hábitos alimentarios recomendables a todas estas personas que de una u otra manera realizan algún tipo de actividad física, desde el joven que corre cada día hasta la señora que sale a pasear".

Actualmente, la inactividad física se ha convertido ya en el cuarto factor de riesgo de toda causa de muerte, y supone, según los datos ofrecidos por la OMS en 2010, el 6% de las muertes registradas en todo el mundo, por ello M^a José Díez ha insistido además en los beneficios de realizar algún tipo de actividad física, sin olvidar la necesidad de una correcta alimentación, por ejemplo, "para prevenir lesiones o carencias nutricionales y para mejorar el rendimiento físico".

Con este fin, y dada la cercanía de las farmacias con la ciudadanía, los farmacéuticos llevarán a cabo acciones de educación sanitaria dirigidas a la población hasta el próximo 15 de junio con un material divulgativo a medida, información que será apoyada mediante un cartel para su exposición en la farmacia comunitaria y un folleto para los ciudadanos. Además, durante la campaña cada farmacéutico deberá cumplimentar una encuesta anónima realizada a un mínimo de 7 ciudadanos, que permitirá conocer los hábitos alimentarios y de estilo de vida

de la población objeto del estudio. Las conclusiones derivadas de los resultados del estudio se publicarán en septiembre.

Plenufar 6 ha sido reconocida como actividad de interés sanitario por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y cuenta con el patrocinio de Laboratorios Cinfa, Coca-Cola Iberia y Ferrer Internacional.

Cronograma Plenufar 6

Inicio de la campaña: 3 de abril de 2017.

Finalización de la campaña: 15 de junio de 2017.

Presentación de resultados: septiembre de 2017.

Sobre Plenufar

Hace más de dos décadas que el Consejo General de Farmacéuticos, a través de su Vocalía de Alimentación, respondiendo a la inquietud y responsabilidad sanitaria y social de los farmacéuticos, se involucró en la educación nutricional de la población, con el objetivo de mejorar su salud y calidad de vida. Por este motivo, en el año 1992 se puso en marcha el primer Plan de Educación Nutricional a la población, Plenufar, en el que 3.000 farmacéuticos formaron a amas de casa. Posteriormente se desarrolló en el año 2000 Plenufar II dirigido a escolares de edades comprendidas entre 10 y 14 años. En el año 2005, Plenufar III, en el que se asesoró y valoró el estado nutricional de los mayores. En 2009 se desarrolló Plenufar IV, eligiendo a las mujeres en estado preconcepcional, embarazadas y madres lactantes. Por último, Plenufar 5 en 2013, se centró en la promoción de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables en mujeres en edad climatérica y participaron 2.500 farmacéuticos.