



**FUNDACIÓ DE CIÈNCIES
FARMACÈUTIQUES
DE LES ILLES BALEARS**

**Campanya educativa per als centres
de 3^a edat que depenen de la
Fundació "la Caixa"**

CAMPANYA D'HIGIENE CORPORAL I ALIMENTÀRIA EN LA 3^a EDAT

PROJECTE PRESENTAT PER LA FUNDACIÓ DE CIÈNCIES
FARMACÈUTIQUES DE LES ILLES BALEARS A LA FUNDACIÓ “LA
CAIXA” PER A LA SEVA APROVACIÓ I POSTERIOR
DESENVOLUPAMENT ALS CENTRES DE MAJORS DURANT
L'ANY 2005

Direcció:

Isabel Llompart Alabern

Teresa Bonnín Sánchez

Coordinació:

Olivia Gutiérrez Urbón

Maria Inmaculada Pastor

Elena Gutiérrez González

FUNDACIÓ DE CIÈNCIES FARMACÈUTIQUES

L'objectiu de la Fundació a l'hora d'elaborar aquest projecte, és escollir un tema relacionat amb la salut dels nostres majors, que sigui interessant per a ells, que s'hi sentin implicats, que participin activament en les conferències amb els farmacèutics i que, en definitiva, li sigui útil per preservar la seva salut.

Ens centram en gestos quotidians del dia a dia, dels qual cal tenir cura, donat que si no es realitzen correctament o no es realitzen poden ocasionar seriosos problemes de salut, un increment del seu morbi-mortalitat i un deteriorament de la seva qualitat de vida.

OBJECTIUS:

- Plantejar consells senzills d'**HIGIENE ALIMENTÀRIA**: mesures higièniques que han de prendre a l'hora de manipular els aliments per al seu consum, com han de cuinar-se o conservar-se, i la neteja dels utensilis que s'utilitzen, donat que les malalties d'origen alimentari afecten anualment a més del 10% dels habitants dels països industrialitzats.
- Com prevenir patologies relacionades amb una incorrecta **HIGIENE CORPORAL**, entre les quals destacaríem les infeccions urinàries que afecten un 5-15% dels ancians, i que puja fins un 50% entre els majors institucionalitzats (Clinical Microbiology Newsletter 24:18,2002), úlceres per pressió, dermatosi, queratosis, xerosi, infeccions fúngiques...
- Educació sanitària en **HIGIENE BUCODENTAL**, una bona salut dental millora la qualitat de vida de l'ancià. L'aparició de bosses periodontals (64-74 anys) està en torn al 57% amb la subsegüent pèrdua de peces i l'ús de pròtesis dentals; conseqüències de les quals deriven cap a dificultats per mastegar i per parlar, halitosis y boca seca, que es coneix amb el nom de Xerostomia.

Aquests objectius específics s'enmarquen dins dels objectius generals per part del professional farmacèutic d'educar, fomentar i protegir la salut de la població.

PROGRAMA

En funció de la durada prevista per a les exposicions, trenta minuts, sembla aconsellable realitzar tres sessions o dues de 30 i 60 minuts cada una.

Primera sessió:

- Breu explicació senzilla i molt didàctica, fent servir mitjans gràfics àudio-visuals, sobre HIGIENE ALIMENTÀRIA.
- Com manipular els aliments.
- Com cuinar els aliments.
- Com conservar els aliments.

Segona sessió:

- Higiene corporal, cura de la pell, hidratació, prevenció del càncer de pell.
- Higiene íntima, incontinència urinària, prevenció de les infeccions urinàries.

Tercera sessió:

- Higiene buco-dental. Ús de productes destinats a pròtesis dentals, neteja, cremes adhesives, prevenció d'úlceres bucals, gingivitis, periodontitis.
- Boca seca- xerostomia.

MATERIALS I MÈTODES

Es realitzaran les conferències en suport àudio-visual per mitja de gràfics i esquemes, utilitzant programa d'ordinador PowerPoint. Aquest programa permet en cas de necessitat passar la informació a diapositives.

El material s'elaborarà amb el dos idiomes cooficials de la Comunitat Autònoma per facilitar la seva comprensió, el llenguatge serà adequat a la població el més comprensible i accessible.

Es realitzarà un pòster explicatiu per part de la Fundació "la Caixa" (banderoles) per informar en els centres de 3^a edat el dia i l'hora que es realitzarà la conferència.

Si no fos possible realitzar tres conferències, se'n realitzaran dues, una de 30 minuts i una altra d'una hora.

AVALUACIÓ I CONCLUSIONS

Per avaluar la incidència de possibles patologies derivades de no realitzar correctament el que s'explicarà a les sessions, s'efectuarà una enquesta, per poder establir conclusions sobre la incidència d'aquestes malalties a la nostra comunitat.