



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID



PROYECTOS APRENDIZAJE-SERVICIO CONVOCATORIA 2021-2022 MEMORIA FINAL

TÍTULO DEL PROYECTO: "Uso racional de preparados a base de plantas medicinales en patologías que afectan a la mujer"

PERSONA RESPONSABLE DEL PROYECTO: Patricia Prieto Chinchilla. PAD

CENTRO/S: Facultad de Farmacia

DEPARTAMENTO: Farmacología, Farmacognosia y Botánica



CONTENIDOS

(Formato fuente verdiana, interlineado 1,5. Si se considera puede incluirse fotos, gráficos, tablas etc.)

En el contenido de la memoria sería conveniente que figuraran los siguientes apartados-contenidos:

a. Objetivos propuestos y alcanzados en la presentación del proyecto (máximo 450 palabras).

El consumo de productos a base de plantas medicinales ha crecido mucho en los últimos años en nuestro país, debido, fundamentalmente, al desarrollo de una mayor concienciación social sobre el uso responsable de los fármacos, así como al auge de la corriente cultural que propone un mayor uso de lo natural. Esto ha producido un notable aumento del interés por la fitoterapia, siendo las consumidoras mayoritarias mujeres mayores de 60 años, que desconocen su eficacia real o los posibles efectos adversos que pueden producir. Se ha detectado que, ante la creencia errónea de que “lo natural es inocuo” y el aumento de las fuentes de comercialización de productos a base de plantas medicinales (supermercados, herbolarios, internet...), en muchos casos existe un consumo descontrolado de los mismos, que se adquieren sin ningún tipo de asesoramiento por parte de profesionales de la salud.

Por todo ello, en el presente proyecto nos planteamos un objetivo dual; por un lado, profundizar en la formación de estudiantes de 4º curso de Grado en Farmacia y Doble grado en Farmacia y Nutrición humana y Dietética en el conocimiento de la fitoterapia, permitiendo que entren en contacto con pacientes reales y enseñándoles a realizar un enfoque más transversal de los conocimientos que poseen. Esto les permite también vincularse a las necesidades sociales de su entorno, acercándose a su papel como futuros profesionales de la salud. Por otro lado, ofrecemos un claro servicio social, en concreto promoviendo la salud en este caso del colectivo de mujeres mayores de 60 años. A través del presente proyecto, hemos realizado talleres personalizados, transmitiendo información de forma eficaz al colectivo de interés sobre el uso racional de estos preparados. Consideramos que hemos cumplido ambos objetivos, llevando a cabo todas las tareas propuestas. Así hemos alcanzado de forma particular los siguientes objetivos concretos:



- Formar a los alumnos para atender a pacientes como futuros profesionales de la salud. Han sido capaces de integrar sus conocimientos mostrando competencias de atención al paciente, siendo capaces de buscar, integrar y explicar de forma comprensible la información requerida por el colectivo seleccionado. Esto ha mejorado considerablemente su formación.
- Formar a los alumnos para que promuevan el uso racional de productos sanitarios y medicamentos. Han trabajado en equipo, demostrando razonamiento crítico, mejorando su capacidad de desenvolverse en un entorno profesional.
- Dar un servicio social integrado y personalizado donde las pacientes han recibido información detallada en lenguaje comprensible sobre los productos existentes en el mercado que son eficaces en las patologías indicadas en su caso concreto. Además, han sido informadas acerca de posibles interacciones con la medicación que consumen y asesoradas para que realicen un uso racional de los preparados fitoterápicos existentes.

b. Metodología seguida en el desarrollo del proyecto (máxime 400 palabras).

El proyecto se ha desarrollado durante el curso académico 2021-2022, aprovechando la anualidad de la asignatura implicada, Farmacognosia y Fitoterapia. Consideramos que la metodología utilizada ha sido adecuada, cumpliendo totalmente con los objetivos del aprendizaje-servicio, ya que, por un lado, hemos fomentado el aprendizaje transversal en los alumnos y a la vez hemos aportado un servicio social de promoción de la salud en el colectivo de mujeres al que nos hemos dirigido en colaboración con el Ayuntamiento de Coslada (Madrid).

La metodología ha consistido concretamente en:

- Reuniones de grupo y trabajo colaborativo: los alumnos trabajaron en equipo para diseñar carteles informativos sobre los talleres a realizar en las asociaciones de mujeres del Ayuntamiento de Coslada, Madrid. Además, prepararon dos presentaciones orales grupales, una inicial y otra final, utilizando lenguaje sencillo e inclusivo para lograr transmitir la información al colectivo participante. La Concejalía de Igualdad y Diversidad se encargó de dar difusión al evento y del reclutamiento de participantes.
- Trabajo individual: cada uno de los alumnos atendió de forma personalizada entre una y tres participantes. En la primera sesión realizaron una entrevista personal, recopilando datos



sobre sus problemas de salud y sus intereses en productos a base de plantas medicinales. También recabaron información sobre los tratamientos farmacológicos que seguían, para detectar posibles interacciones. Posteriormente, cada uno de ellos analizó en profundidad y de forma individual los casos que había atendido, buscando información contrastada sobre las plantas medicinales más útiles para las patologías de interés, así como posibles fallos en su consumo. Finalmente, en una sesión final, cada uno atendió de forma personalizada a las participantes, asesorándoles en el uso correcto de preparados a base de plantas medicinales. Además, realizaron una encuesta de satisfacción anónima a las participantes.

- Reuniones grupales con el equipo docente: a lo largo del proyecto realizamos varias reuniones con los alumnos, tanto de forma presencial como virtual. Tras la última sesión, realizamos una reunión donde pusimos en común las sensaciones finales sobre la experiencia. Además, rellenaron una encuesta anónima de satisfacción. Todos ellos nos indicaron estar muy satisfechos con el proyecto, teniendo la sensación de haber aprendido mucho y valorando muy positivamente la posibilidad de interacción con pacientes reales. Finalmente, realizamos una reunión del equipo docente, valorando los resultados obtenidos. Además, el Ayuntamiento de Coslada nos mostró su satisfacción con el taller proponiéndonos colaboraciones futuras.

c. Recursos Humanos (máximo 250 palabras).

Como equipo docente han participado 5 profesores y una estudiante predoctoral del departamento de Farmacología, Farmacognosia y Botánica de la Facultad de Farmacia. Además, han participado 12 alumnos que se apuntaron en sus respectivos grupos de forma voluntaria: 8 de Grado en Farmacia y 4 de Doble Grado en Farmacia y Nutrición humana y Dietética de la UCM. En cuanto a las entidades participantes, hemos contado con la participación del Ayuntamiento de Coslada, que cuenta con un fructífero convenio de colaboración con la UCM, trabajando de forma directa con la Concejalía de Igualdad y Diversidad, a través del Centro de Información, Documentación y Asesoramiento de la Mujer (CIDAM).

d. Desarrollo de las actividades (máximo 700 palabras).

Las actividades se han desarrollado de acuerdo con el calendario propuesto en la memoria inicial del proyecto.

Septiembre 2021:

- Presentación resumida del proyecto en las aulas y toma de contacto con los estudiantes durante las clases de teoría de las asignaturas implicadas. Selección de 12 participantes.
- Presentación detallada del proyecto a los participantes.
- Distribución de los alumnos en grupos de trabajo y explicación de los procedimientos para la comunicación entre los mismos (seminario de trabajo en campus virtual y foros).
- Asignación de un profesor coordinador en cada grupo.
- Creación de un seminario de trabajo en el campus virtual.
- Reunión inicial de cada uno de los grupos formados para explicar a los alumnos los pasos a seguir.

Octubre- noviembre 2021:

- Trabajo coordinado de los alumnos en grupos recopilando la información solicitada.
- Diseño y elaboración de un póster informativo siguiendo las instrucciones y recursos proporcionados por el profesorado implicado. Impresión de los carteles.



Figura 1. Carteles informativos diseñados para el reclutamiento de participantes. Los carteles se diseñaron tanto en formato físico (izquierda) con código QR para facilitar la inscripción como en formato virtual (derecha) con enlace directo al cuestionario.

Enero 2022:

- Primer contacto de los estudiantes con las mujeres participantes. Realizamos una primera sesión los días 27 y 28 de enero de 2022 a las 11:30h de la mañana en el Espacio Nelken de Coslada. Asistieron un total de 30 mujeres.
- Realización de la encuesta inicial sobre patologías, consumo y uso de preparados a base de plantas medicinales.
- Entre dos y tres alumnos representantes de cada grupo impartieron una breve sesión informativa inicial con lenguaje asequible para el público general destinada a concienciar sobre el buen uso de los preparados elaborados con plantas medicinales y productos naturales.



Figura 2. Alumnos participando en las sesiones iniciales.

Febrero-marzo 2022:

- Análisis de los resultados obtenidos y distribución de las plantas medicinales a estudiar entre los alumnos de cada grupo, profundizando en el conocimiento de los mecanismos de acción, efectos terapéuticos y secundarios, indicaciones e interacciones, disponibles en bases de datos oficiales.
- Puesta en común de los resultados obtenidos.
- Todos los alumnos elaboraron en conjunto una presentación visual informativa que incluía la siguiente información:
 - ✓ Plantas medicinales que contienen principios activos útiles en las patologías mayoritarias

que preocupaban al colectivo de destino.

- ✓ Estudio acerca de la evidencia científica de los preparados vegetales que usan para un determinado fin.
- ✓ Análisis de los efectos secundarios que pueden causar dependiendo de la dosis y de la calidad del principio activo utilizado.
- ✓ Posibles interacciones con la medicación habitual.

Marzo 2022:

- El 25 de marzo tuvo lugar la sesión final informativa conjunta en el Espacio Nelken de Coslada. Los alumnos se reunieron de forma personalizada con las mujeres asesorándoles en el correcto uso de productos fitoterapéuticos. Al finalizar, realizamos una encuesta de satisfacción anónima sobre el trabajo de los estudiantes por parte de las mujeres participantes.



Figura 3. Sesiones de atención personalizada a las mujeres participantes.

- El 28 de marzo el equipo docente se reunió con los alumnos para realizar una puesta en común de las sensaciones finales sobre los conocimientos y experiencia adquiridos. Además, les indicamos que tenían que rellenar una encuesta anónima de valorando tanto su aprendizaje como la participación de sus compañeros en el proyecto.
- Difusión de los resultados obtenidos en el campus virtual, así como en la web del Departamento de Farmacología, Farmacognosia y Botánica. Además, el Ayuntamiento de



Coslada realizó una difusión en medios locales acerca de la actividad por medio de notas de prensa que hicimos llegar a los alumnos para que lo compartan en sus redes sociales.

- En mayo se llevó a cabo la reunión del equipo docente con el fin de evaluar el funcionamiento global del proyecto y los resultados obtenidos.

e. Logros vinculados a los ODS e Inclusión y Diversidad (Sexo-genérica, Diversidad Funcional, Refugio e Interculturalidad e Intergeneracional) alcanzados en referencia a los objetivos de desarrollo sostenible (máximo 450 palabras).

El presente proyecto se engloba dentro de los objetivos de desarrollo sostenible, fundamentalmente dentro del ODS3, de salud y bienestar, que se centra en promover la salud y bienestar de todas las personas, en todas las franjas de edad, lo que es fundamental para un desarrollo sostenible. El presente proyecto aprendizaje-servicio se ha centrado en promover la salud de la mujer, sobre todo en el colectivo de aquellas mayores de 60 años, que han sido, en gran parte, las que han cuidado de sus familias, en muchos casos desatendiendo sus propias necesidades. Este tipo de actuaciones permiten un abordaje más eficaz de las patologías que afectan a su calidad de vida, optimizando los recursos que tienen a su alcance y enseñándoles a hacer un consumo adecuado de productos a base de plantas medicinales, a los que tienen un fácil acceso en el mercado actualmente. De esta forma hemos optimizado el uso de estos productos, reduciendo el consumo de productos innecesarios que pueden ocasionar intoxicaciones o interacciones con la medicación que consumen estas pacientes.

f. Objetivos de aprendizaje, propuestos y logrados (máximo 300 palabras).

Para alcanzar los objetivos principales propuestos se plantearon una serie de objetivos secundarios para permitir la adquisición de la mayoría de las competencias básicas incluidas en el Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior, MECES y contenidas en el Anexo I del Real Decreto 1393/2007. Consideramos que los hemos cumplido puesto que:

- Hemos aumentado la capacidad de los alumnos para enfrentarse a su labor como futuros profesionales farmacéuticos, promoviendo su espíritu crítico y su trabajo activo. Las competencias alcanzadas incluyen que los estudiantes han sabido aplicar sus conocimientos a



su trabajo de una forma profesional han debido enfrentarse a la resolución de problemas concretos de forma autónoma. Además, han tenido que reunir información relevante y saberla transmitir a un público concreto, en este caso el colectivo de mujeres mayores de 60 años.

• De la misma forma, entendemos que los alumnos participantes han adquirido competencias generales, transversales y específicas, comunes del Grado en Farmacia y del Doble Grado en Farmacia y Nutrición humana y Dietética, donde destaca el hecho de promover el uso racional de los medicamentos y productos sanitarios e intervenir en actividades de promoción de la salud, prevención de enfermedad, en el ámbito individual, familiar y comunitario; con una visión integral y multiprofesional del proceso salud-enfermedad. Por otra parte, han desarrollado habilidades de comunicación e información, tanto oral como escrita, para tratar con pacientes y usuarios del centro donde desempeñe su actividad profesional. Además, al tener que enfrentarse por primera vez a pacientes reales, han tenido que ser capaces de mostrar creatividad e iniciativa para asesorarlas correctamente, lo que les ha acercado a su futuro papel como profesionales de la salud, promoviendo un uso racional de los productos a base de plantas medicinales.

g. Objetivos de servicio, propuestos y logrados (máximo 300 palabras).

Logros en los objetivos de servicio (Enunciar la consecución de objetivos propuestos en proyecto presentado)	
A rellenar por la persona responsable de la Dirección de proyecto por parte de la UCM	A rellenar por parte de la persona responsable de la entidad/es, colaboradora/s
1- Hemos conseguido que los alumnos de 4º curso de Grado en Farmacia y Doble Grado en Farmacia y Nutrición humana y Dietética integren de manera eficaz todos los conocimientos aprendidos a lo largo de su formación universitaria con la finalidad de dar un servicio social de utilidad como futuros profesionales de la salud. Esto ha	1- Incrementar en las mujeres participantes la percepción de un enfoque integral de la salud, tan pertinente desde la perspectiva de género, desde un enfoque biopsicosocial, en el que las participantes han tomado consciencia de que son agentes activas en su proceso de salud y enfermedad.



<p>sido posible, sin duda, gracias a la inestimable colaboración del Ayuntamiento de Coslada a través de su Concejalía de Igualdad y Diversidad y el Centro de Información, Documentación y Asesoramiento de la Mujer (CIDAM).</p> <p>2. Hemos conseguido un enriquecimiento fundamental en el aprendizaje de los alumnos participantes, dándoles la oportunidad por primera vez de entrar en contacto con pacientes reales.</p> <p>3. Hemos logrado informar de forma clara al colectivo de mujeres de interés acerca del correcto uso de las plantas medicinales, asesorándoles de forma personalizada sobre los productos fitoterapéuticos disponibles en el mercado que tienen utilidad para sus patologías de interés, así como dando información contrastada acerca de los posibles efectos secundarios y/o interacción con su medicación habitual.</p>	<p>2- Incrementar el conocimiento de las personas que han participado en el proyecto de los productos fitoterapéuticos mejorando su conocimiento sobre los preparados a base de plantas medicinales disponibles en el mercado y que son más adecuados en cada caso concreto. Además en ese espacio de intervención grupal han tenido la oportunidad de resolver dudas, cuestiones que han sido respondidas por el alumnado participante.</p> <p>3- Las mujeres participantes han sido informadas acerca de los posibles efectos adversos e interacciones con su propia medicación, recibiendo una atención personalizada e individualizada.</p> <p>4- Sensibilizar y reflexionar sobre el uso responsable, no solo de productos fitoterapéuticos, sino de medicamentos en general</p> <p>5- Favorecer las relaciones intergeneracionales y el intercambio de conocimientos.</p>
---	---

h. Conclusiones, propuesta de mejora y continuidad (máximo 300 palabras)

El farmacéutico ocupa en la actualidad un papel fundamental como sanitario de primera línea al servicio de la sociedad. Es muy importante que los alumnos de Farmacia adquieran



competencias en comunicación con los pacientes, integrando la información adquirida durante su periodo formativo para poder asesorar de forma correcta a la sociedad. Para ellos son fundamentales los proyectos aprendizaje-servicio, que refuerzan el aprendizaje en materias concretas, en este caso Farmacognosia y Fitoterapia, con el fin de desarrollar estas habilidades de comunicación con los pacientes, despertando en ellos su vocación de servicio a la sociedad. Consideramos que hemos logrado alcanzar las metas propuestas, consiguiendo que los alumnos participantes atendieran de forma correcta y personalizada a cada una de las participantes, mejorando su conocimiento sobre los preparados a base de plantas medicinales disponibles en el mercado y que son más adecuados en cada caso concreto. Además, fueron informadas convenientemente acerca de los posibles efectos adversos e interacciones con su medicación. Así, consideramos que hemos conseguido nuestro principal objetivo, que las participantes logren un conocimiento de los productos fitoterapéuticos, mejorando el cumplimiento y con ello, la efectividad y la seguridad en su uso. Tanto las encuestas de satisfacción de las participantes, como las de los propios alumnos, reflejan que ha sido un proyecto útil, que ha resultado interesante y formativo para todas las partes implicadas.

Además, hemos dado visibilidad al proyecto tanto a través de la página web del ayuntamiento de Coslada donde se colgaron dos notas de prensa referentes a nuestras sesiones como en la propia Universidad Complutense, donde hemos enviado toda la información para que esté disponible para los alumnos en la web del Departamento como en las RRSS de la facultad. Por otro lado, hemos llevado nuestro proyecto en forma de póster al XIII Congreso de Fitoterapia de la Sociedad Española de Fitoterapia que ha tenido lugar los días 10 y 11 de junio tanto de forma presencial en la Ciudad de Oviedo como en formato Online.

Pensamos que, aunque hemos logrado cumplir los objetivos, debemos ser más ambiciosos. Proponemos una posible continuidad del mismo, abordando nuevos objetivos en el que este colectivo nos ha indicado que tiene interés y que puede orientarse dentro de las materias que el equipo docente participante imparte en la UCM. Además, contamos con el apoyo del Ayuntamiento de Coslada, que se ha mostrado muy satisfecho con el desarrollo del actual proyecto, así como nos ha planteado mantener la colaboración en el futuro con esta misma Concejalía de Igualdad y Diversidad.