**MEMORIA ANUAL WEB FAMILIA Y SALUD 2023**

**Miembros equipo editorial:**

* Paloma de la Calle Tejerina
* Margarita Escudero Lirio
* Elena Fernández Segura
* Ana Garach Gómez
* Francisco Javier Garrido Torrecillas
* Ana Mª Lorente García Mauriño
* Carolina Hernández-Carrillo Rodríguez
* Catalina Núñez Jiménez
* Marta Esther Vázquez Fernández
* Jaime Javier Cuervo Valdés (WEBMASTER)
* Mª Esther Serrano Poveda (COORDINACIÓN)

1. **Tareas de mantenimiento y dinamización habituales de la web:**

**- Familia y Salud** sigue creciendo en contenidos. A fecha de 31 de diciembre 2023 cuenta con **1603 artículos** publicados con temas relacionados con la salud infantil. **106 artículos nuevos este año.**

- **Actualización** progresiva de todos los temas con más de 3 años de antigüedad: artículos actualizados en este momento más de **722. 92 actualizaciones este año.**

- Actualización de los artículos sobre novedades en vacunación, seguridad vial, legislación…Se han actualizado cuando ha sido preciso por novedades al respecto.

- Cada vez más artículos incorporan una **infografía (83)** o una presentación **power-point** **(403)** para resaltar los “puntos clave” o mensajes principales del texto. Y algunos se presentan con un **vídeo (80) o audio** **(61)**

- Hasta hoy han participado 646 colaboradores-autores. En activo en la web, creando contenidos, en este momento **537 autores** registrados con diferentes niveles de participación.

- Se ha contactado con pediatras asesores externos al equipo editorial, especializados en algún tema más especial o conflictivo, para supervisarlos antes de su publicación.

- Contamos con 2 colaboradores externos regulares para sección “familias que leen” (profesora y librera de cuentos infantiles) y para “recetas para dietas especiales” (2 dietistas nutricionistas).

- Colaboración estrecha con los grupos de trabajo de la AEPap para el mantenimiento y actualización de los contenidos de la web y nuevas propuestas.

- Revisión y actualización de los enlaces a nuestra web desde los algoritmos AEPap.

- Cada 15 días se renueva la **página principal**, con 3 artículos nuevos y 6 artículos recomendados (actualizados o previos).

- **2 campañas mensuales** sobre temas o eventos relacionados o no con el mes en curso, en las que se difunde de forma exhaustiva los contenidos de nuestra web. Las que realizamos de forma anual y continuada son la campaña de las enfermedades raras en febrero, la del mes de la lectura en abril o la de Navidad en diciembre.

- En **banner principal** destacamos **2 o 3** **noticias o artículos de interés quincenalmente** y damos a conocer las distintas secciones y contenidos de nuestra Web.

- Se van incorporando recursos de interés (videos, documentos, libros, app, webs o blogs externos,…) en nuestra sección [**Recursos**](https://www.familiaysalud.es/recursos) o [**Salud y Escuela**](https://www.familiaysalud.es/salud-y-escuela/recursos-utiles).

- Aumento progresivo de seguidores en ***Redes sociales que generan discreto aumento de entradas a la web desde redes***:

* **Familia y Salud**
* *Facebook*: <https://www.facebook.com/familiaysalud.es> (**9230 seguidores**): **aumento 1.8 %**
* *X (antesTwitter)*: <https://twitter.com/familiaysalud> (**7125 seguidores**): **aumento 5.7 %**
* *Instagram*: <https://www.instagram.com/familiaysaludredsocialaepap/>

(**4762 seguidores**): **aumento 16.5 %**

* *YouTube*: <https://www.youtube.com/channel/UCahAwx04ynlDDqoE_0ILwoA> (**499 suscriptores): aumento 14 %**
* **SALUD JOVEN**
* *Facebook*: <https://facebook.com/familiaysaludjoven/> **(912 seguidores)**
* *X (antesTwitter)*: <https://twitter.com/Salud_Joven> **(1440 seguidores) aumento 2.7 %**
* *Instagram*: <https://www.instagram.com/saludjoven/> **(1410 seguidores): aumento 4%**

- Se pueden compartir PDFs por correo electrónico o a través de las redes sociales y ***whatsapp***).

1. **Novedades y colaboraciones durante el 2023:**

* Se realiza una **nueva campaña de difusión** de la web a los socios de la AEPap a través de la lista de difusión y el tablón de novedades del congreso anual, con el objetivo de difundir sus contenidos, nuevas campañas y ofrecer la colaboración a nuevos autores.
* **Nuevos carteles con código QR**  para difusión disponibles y descargables en:
  + <https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/padres_y_pediatras_al_cuidado_de_la_infancia_y_la_adolescencia.pdf>
  + <https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/salud_joven_con_bidi.pdf>
* Elaboración de un borrador del LIBRO DE ESTILO DE LA WEB FAMILIA Y SALUD. Documento con las recomendaciones de redacción, estilo y diseño de los contenidos de la web, dirigido a los colaboradores-autores. Está en fase final de elaboración.
* Contamos desde hace un año con un colaborador-asesor externo para la corrección formal y gramatical acorde a las normas de la Real Academia de la lengua española (RAE).
* Se han actualizado todos los artículos de nuestra sección SALUD Y ESCUELA con los **contenidos de la Guía de ayuda para centros docentes del grupo de Educación para la salud de la AEPap**, recientemente actualizada en 2023.
* Continúa la colaboración con el **Grupo de Cooperación, inmigración y adopción** con la sección [**“Conoce África a través de sus artistas”**](https://www.familiaysalud.es/temas-sociales/conoce-africa-traves-de-sus-artistas) **y “**[**Diario de un cooperante: experiencias y reflexiones**](https://www.familiaysalud.es/temas-sociales/pediatria-cooperante/diario-de-un-cooperante-experiencias-y-reflexiones)**”** dentro de [**temas sociales**](https://www.familiaysalud.es/temas-sociales)**.**
* Colaboración con el grupo **Evidencias en pediatría:** Difusión en redes sociales de los contenidos de su sección para familias.
* Segundo año en que colaboramos con un Post para la fundación ONCE en el día de la tartamudez. 20/10/2023 (enlace a <https://blog.fundaciononce.es/articulo/2023-10-18/pequenos-tropiezos-en-la-carrera-del-habla>). Esta vez a través de una de nuestras autoras colaboradoras.
* Colaboración con el grupo Gastronutri en la **actualización del decálogo de alimentación** que está pendiente de maquetación y publicación.
* Realización de [**infografía con recomendaciones actualizadas para una alimentación saludable**](https://www.familiaysalud.es/recursos/documentos/cuidados-generales/recomendaciones-para-una-alimentacion-saludable).
* Colaboración con el nuevo grupo creado a nivel nacional para difundir talleres de educación sobre reanimación cardiopulmonar básica para la población general. Nuestra representante es Marga Escudero.
* Se están realizando actividades para la **renovación de la sección Salud Joven** que actualmente están en proceso y se desarrollarán a lo largo de 2024.
* Nuevos proyectos en los que se está trabajando para poner en marcha este año:
  + ***E-book descargable*** desde la web con recetas fáciles y rápidas *"****Recetas sanas para familias ocupadas"***
  + ***“Perlas sobre lactancia materna***”: microvídeos con información y consejos prácticos sobre lactancia materna para difundir en redes y a través de la web.
* Campaña anual de promoción de hábitos saludables y prevención de sobrepeso y obesidad que llamamos “[**Campaña “en marcha hacia una vida sana”**](http://www.familiaysalud.es/en-marcha-hacia-una-vida-sana-unete) y para la que elaboramos un [poster descargable con código QR para las consultas](https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/poster_horario_de_consultas_colorido_violeta_2_0.pdf).

Se desarrolló a través de noticias mensuales en banner principal que proponían diferentes objetivos a conseguir, todos ellos relacionados con hábitos saludables y recomendados y que influyen de alguna manera en la prevención de la obesidad infantil y la mejora de los hábitos familiares.

El objetivo: estimular a las familias a participar a través de comentarios en nuestra web y con una recompensa final para la familia ([diploma de logros conseguidos](https://www.familiaysalud.es/sites/default/files/certificado_de_reconocimiento_campana_2023.pdf))

Resumen y enlaces a los objetivos de la campaña:

1. ***Objetivo enero***: "[**Consume vitaminas de forma natural y sin “pastillas”.**](https://www.familiaysalud.es/vivimos-sanos/alimentacion/vitaminas-y-suplementos/vitaminas-y-minerales)

Sigue una dieta equilibrada, completa y variada, rica en vitaminas y minerales, sin necesidad de suplementos de pastillas.

1. ***Objetivo febrero:*** "[**Comer más legumbres**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-febrero-comer-mas-legumbres)".

Las legumbres son el superalimento de la dieta mediterránea, y existen múltiples formas de consumirlos que puedes consultar en nuestras recetas.

1. ***Objetivo marzo:***"[**Cocinar en familia**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-marzo-cocinar-en-familia)"**.**

Aprovecha, mientras pasas tiempo con tus pequeños, para enseñarles hábitos saludables, que perduren toda su vida, cocinando en familia.

1. ***Objetivo abril:***[**“Conoce el plato saludable”**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-abril-el-plato-saludable).

El plato saludable es una guía realizada por expertos en nutrición que nos enseña como comer de manera saludable, prestando especial atención a la proporción de alimentos que tomamos y a su calidad.

1. ***Objetivo mayo:****"*[**Jugar en la calle y disfrutar del aire libre**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-mayo-jugar-en-la-calle-y-disfrutar-del-aire-libre)".

El juego es una actividad que favorece la salud física y mental, las habilidades mentales, la inteligencia, la afectividad y la sociabilidad. Busca tiempo a diario para jugar con tus hijos al aire libre: parque, urbanización, etc.

1. ***Objetivo junio*: "**[**Limitar el uso de pantallas**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-junio-limitar-las-horas-de-uso-de-pantallas)".

*Es importante que las pantallas no interfieran en la vida normal de los niños, en el tiempo en familia, en el ejercicio o en las horas de sueño. Enséñales a hacer un uso responsable y con conciencia.*

1. ***Objetivo julio:*** "[**Duerme lo que necesitas**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-julio-duerme-lo-que-necesitas)".

El sueño es una necesidad fisiológica, que influye en el desarrollo físico, emocional, cognitivo y social de los niños, pero además as hormonas que se producen mientras duermes ayudan a controlar tu peso. Es una conducta que se puede mejorar creando buenos hábitos.

1. ***Objetivo agosto*: "**[**Un paseo cada día, también en verano**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-agosto-un-paseo-cada-dia-tambien-en-verano)".

El ejercicio aporta múltiples beneficios para la salud. Hay deportes adaptados a cada persona, a sus gustos y sus capacidades físicas. Si ya has encontrado el tuyo sigue con él, pero no pierdas la oportunidad de conocer actividades nuevas.

1. ***Objetivo septiembre:*** [**"Porque yo lo valgo".**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-septiembre-porque-yo-lo-valgo)

Pasar un tiempo de calidad con nuestros hijos jugando ayudará a mejora su autoestimo y confianza, y les enseñará a relacionarse con los demás.

1. ***Objetivo octubre***: **"**[**No me olvido de la leche y los lácteos"**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-octubre-no-me-olvido-de-la-leche-o-los-lacteos).

Entre los productos lácteos incluimos la leche, los quesos, los yogures y el suero de leche. Son muy importantes en la alimentación, por sus nutrientes y por ser la mayor fuente de calcio en la dieta del niño y del adolescente. ***Objetivo noviembre*: "**[**¡A comer frutas y verduras!**](https://www.familiaysalud.es/noticias/objetivo-noviembre-fruta-y-verduras-todos-los-dias)**"**

Las frutas y las verduras deben suponer la mitad de lo que comemos. Comer fruta y verdura previene enfermedades como la [**obesidad**](http://www.familiaysalud.es/sintomas-y-enfermedades/sistema-endocrino/que-hacer-en-caso-de-exceso-de-peso), la [**diabetes**](http://www.familiaysalud.es/salud-joven/problemas-de-salud/problemas-endocrinos/diabetes-tipo-1-de-que-se-trata), la [**hipertensión**](http://www.familiaysalud.es/podemos-prevenir/otras-medidas-preventivas/en-el-escolar-y-adolescente/tendra-mi-hijo-hipertension) o el estreñimiento.

1. ***Objetivo diciembre*:** [**¡Ya habéis llegado! Repasad lo conseguido y mantenedlo.**](https://www.familiaysalud.es/noticias/ultimo-mes-de-nuestra-campana-en-marcha-hacia-una-vida-sana-objetivo-repasar-y-mantener-lo)
2. **Resultados Web a fecha de 31 de diciembre 2023 son:**

Las cifras comparativas para valorar la evolución de la audiencia anual de la web este año son difíciles de extraer por cambios en la versión del google analytics en el mes de abril que no permiten ver el conjunto de datos.

Las tendencias que se mantienen son:

* Aumento progresivo del número de usuarios de la web.
* La audiencia en España y México es similar en número de usuarios.
* La entrada a la web se produce predominantemente desde dispositivos móviles y desde buscadores generales.
* Las entradas a la web a partir de las redes sociales suben progresivamente en nuestras redes más activas (Facebook, twitter, Instagram y youtoube).
* También han aumentado los usuarios de Salud Joven y Salud y Escuela.

1. **PRESENTACIÓN A PREMIOS:**

Durante el 2023 hemos presentado nuestra web a tres convocatorias de premios sobre salud infantil y comunicación en la que no hemos obtenido resultados:

* II Edición premios CSIC- Fundación BBVA de comunicación científica.
* VIII premios medicina y solidaridad DKV
* Premios profesor Barea 2023. Fundación Signo.

Hemos presentado una nueva solicitud a la convocatoria NAOS 2023 pendiente de resolución. (REGISTRO 2/10/2023). Pendiente de resultados.