

Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico

Del 5 al 11 de enero de 2026
Kit de Herramientas para Redes
Sociales





Fecha de publicación: diciembre de 2025

Aviso Legal: Cofinanciado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son únicamente las del autor o los autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni de la Comisión Europea. Ni la Unión Europea ni la autoridad otorgante pueden ser responsabilizadas por ellas.

Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico

Cada enero, la Federación Internacional de Espina Bífida e Hidrocefalia (IF) trabaja junto con sus organizaciones miembro, socios y seguidores para promover la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico como parte de la Iniciativa Global de Prevención de la IF (IFGPI), en el marco de una campaña de prevención para crear conciencia sobre la prevención de los defectos del tubo neural (DTN), como la espina bífida y la hidrocefalia, mediante suplementos de ácido fólico, fortificación de alimentos básicos con ácido fólico o alimentos ricos en folato, la forma natural del ácido fólico.

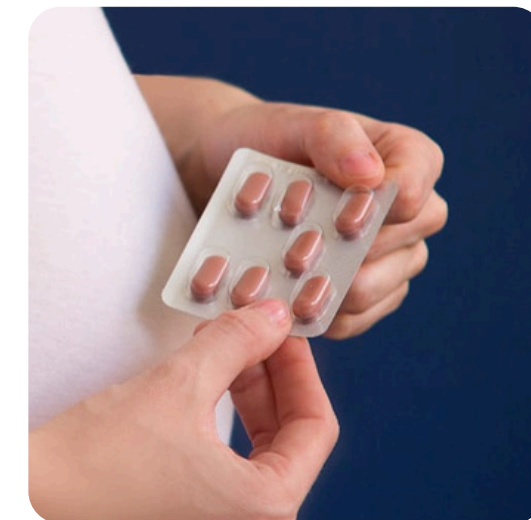
Te invitamos a unirte a la IF para concienciar sobre esta importante preocupación de salud pública global, del 5 al 11 de enero de 2026. Te invitamos especialmente el 6 de enero al **Webinario Global sobre Colaborando para generar impacto: Avanzando en la fortificación de alimentos con ácido fólico en América Latina**, que comenzará a las 17:00 CET (hora de Bruselas) a través de Zoom.

Únete a nosotros compartiendo información clave sobre el ácido fólico y su papel en la prevención durante esta semana tan importante. Comparte conocimientos e información sobre el ácido fólico a través de tus redes sociales y con amigos, colegas y familiares. ¡Anímales a difundir también la concienciación sobre el ácido fólico! **El mensaje es sencillo:** el ácido fólico preconcepcional es clave para la prevención de la mayoría de los DTN.

Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico

La Organización Mundial de la Salud afirma que durante el embarazo, el cuerpo requiere una mayor cantidad de micronutrientes como la vitamina A, el hierro, el yodo y el folato.

Estos son esenciales para el funcionamiento fisiológico normal, el crecimiento y el desarrollo. Las deficiencias de micronutrientes son especialmente comunes durante el embarazo, debido a las mayores necesidades nutricionales de la madre y del bebé en desarrollo. Estas deficiencias pueden afectar negativamente tanto a la madre como a la salud del bebé.



La OMS recomienda tomar un suplemento diario de ácido fólico de 400 mcg durante al menos 12 semanas antes de la concepción.*

*Fuente: OMS [Periconceptional folic acid supplementation to prevent neural tube defects](#) (11 de Nov 2024)

¿Qué es el ácido fólico?

El ácido fólico es una vitamina del grupo B (vitamina B9) que desempeña un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo de las células de nuestro cuerpo y en la formación del ADN.

El ácido fólico es esencial para crear los bloques básicos de la vida, por lo que resulta especialmente importante en los primeros días del embarazo, cuando la división celular es más rápida. Debido a esto, se necesita un aporte adicional de ácido fólico tanto antes de la concepción como durante el inicio del embarazo para apoyar el desarrollo del bebé.

La falta de ácido fólico puede aumentar el riesgo de que los bebés desarrollen defectos del tubo neural (DTN), defectos congénitos del cerebro y la columna, como la espina bífida. Los DTN pueden ocurrir cuando el cerebro y la columna no se forman correctamente durante los primeros 28 días del embarazo, antes de que muchas mujeres incluso se den cuenta de que están embarazadas.*

*Fuente: IFGPI, Folic Acid Leaflet: What every woman needs to know before becoming pregnant, 2020.

La comunidad Global de Espina Bífida e Hidrocefalia está Comprometida con Apoyar a los Estados Miembros de la OMS en la Implementación de una Fortificación de Alimentos Segura y Efectiva

La Federación Internacional de Espina Bífida e Hidrocefalia (IF) da la bienvenida y celebra la adopción de la Resolución WHA 76.19 “Acelerando los esfuerzos para prevenir las deficiencias de micronutrientes y sus consecuencias, incluida la espina bífida y otros defectos del tubo neural, mediante la fortificación segura y eficaz de los alimentos” (aceptada el 29 de mayo de 2023).

Con esta nueva resolución de la WHA, los Estados Miembros de la OMS de todo el mundo reconocen una preocupación de larga data expresada por IF, nuestros miembros y socios: que las acciones nacionales aisladas para reducir el riesgo de que se desarrollen defectos del tubo neural (DTN), incluida la espina bífida, durante el embarazo son lamentablemente insuficientes, lo que resulta en una prevalencia evitablemente alta en todo el mundo.

La adopción de la resolución representa una gran ocasión para la comunidad global de espina bífida y para todos los actores, partes interesadas y responsables de políticas que han trabajado junto a IF para hacer realidad esta acción.

¡Únete al webinar de la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico: Alianzas para el Impacto el 6 de enero de 2026!

La IF se guía por su misión de disminuir la prevalencia de nacimiento de la espina bífida y la hidrocefalia mediante medidas de prevención primaria y de mejorar la calidad de vida de quienes viven con estas discapacidades.

Además, este año la IF quiere aprovechar la oportunidad para transformar la manera en que el mundo aborda el desafío global de la desnutrición y la prevención de los defectos del tubo neural. Con este fin, la IF está organizando el evento **“Colaborando para generar impacto: Avanzando en la fortificación de alimentos con ácido fólico en América Latina”**, con la participación de ponentes de toda la región latinoamericana que compartirán sus perspectivas sobre cómo podemos construir un futuro más inteligente, fuerte y saludable para todos.

Para más información sobre el webinar de la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico 2026 (WFAAW26), visita el sitio web de la IF [aquí](#).



Participa en la Campaña de Concienciación en Redes Sociales WFAAW 2026

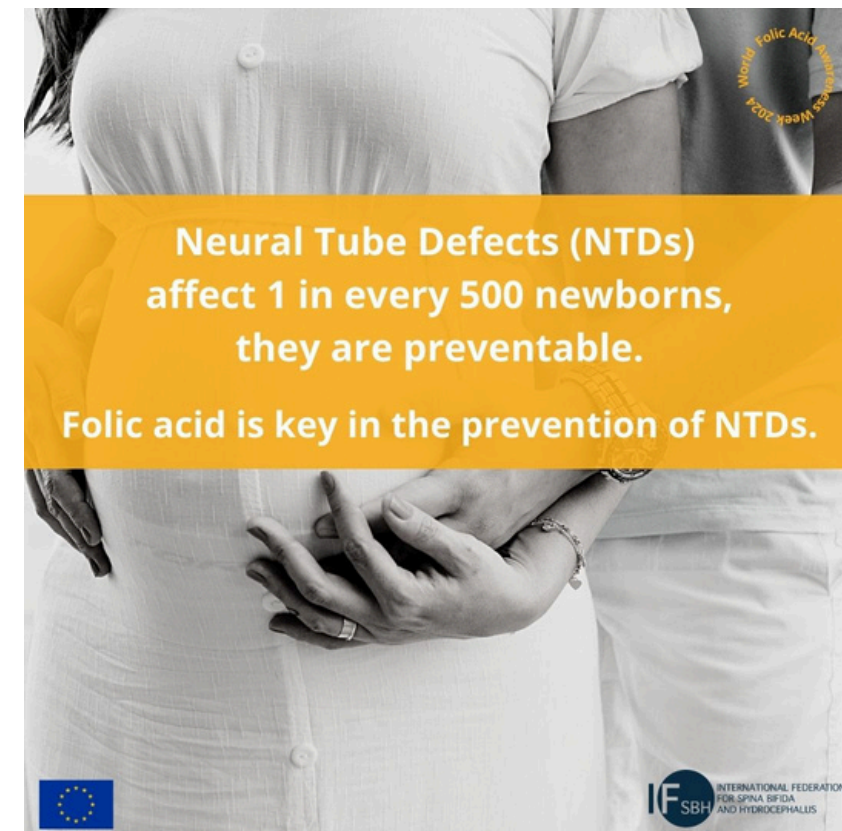
Únete a la IF durante la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico 2026 (WFAAW 2026) para crear conciencia sobre el importante tema de la prevención de la espina bífida y la hidrocefalia.

La IF ha desarrollado un kit de herramientas para redes sociales para que compartas mensajes clave a través de tus canales de comunicación y tu red de contactos.

La prevención es un esfuerzo conjunto.



¡Junto a ti podemos aumentar la conciencia en todo el mundo sobre la importancia del ácido fólico para la prevención de los defectos del tubo neural!



¿Qué contiene este kit de herramientas?

Dentro de este kit de herramientas encontrarás enlaces, hashtags e infografías para descargar, así como mensajes sugeridos para compartir durante la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico (WFAAW) 2026, que se celebrará del 5 al 11 de enero.

Apoya a la IF en difundir información sobre el ácido fólico y en la necesidad de mejorar la prevención global de los defectos del tubo neural (DTN), en particular la espina bífida y la hidrocefalia.

¡Cada publicación compartida es una oportunidad para marcar una verdadera

Únete a la IF, sus miembros y socios durante esta importante semana y aprovecha la oportunidad para crear conciencia a nivel mundial. Puedes contribuir activamente de las siguientes maneras:

- Compartiendo este kit de herramientas con colegas, socios y amigos para mostrar tu apoyo.
- Compartiendo las publicaciones diarias de los canales de redes sociales de la IF (publicaremos pósters diarios con mucha información importante sobre el ácido fólico).
- Siguiendo los canales de redes sociales de la IF, comentando nuestras publicaciones y etiquetándonos cuando lo hagas.
- Usando los hashtags sugeridos, como #WFAAW26, en tus publicaciones.
- Compartiendo tus historias relacionadas con el ácido fólico o la prevención con nosotros.
- Compartiendo cualquier video, foto o póster de tus propias actividades de concienciación.
- Usando el banner de WFAAW y compartiendo los enlaces a nuestros otros recursos en línea que se incluyen en este kit.
- Difundiendo y participando en el Webinar WFAAW 2026.

¿Te gustaría contribuir de otra manera?

¡La IF quiere saber de ti! Para más información sobre la Semana Mundial de Concienciación sobre el Ácido Fólico (WFAAW), por favor contacta al equipo de la IF en info@ifglobal.org

CANALES DE REDES SOCIALES

Para participar con nosotros en la campaña WFAAW, sigue nuestros canales de redes sociales. La IF publicará mensajes y compartirá tus eventos y actividades de la WFAAW a través de nuestros distintos canales.

Hashtags:
#WFAAW26
#FolicAcid
#Prevention
#WHA76

Sigue a IF:



@ifsbh



@ifsbh.bsky.
social



@international-federation-for-
spina-bifida-and-hydrocephalus



@ifsbh

Cuentas a seguir:

@WHO @EU_Health @FFINetwork

@Buhler_Group @NutritionIntl

@MNForum @Nouryon @HellenKellerIntl

@GAINalliance @muehlenchemie

@SternVitamin @WFP @UNICEF @GAPSBIF

World Folic Acid Awareness Week 2024

The WHO recommends taking a daily folic acid supplementation of 400 mcg for at least 12 weeks before conception.

NTDs occur when the brain and spine fail to form properly during the first 28 days of pregnancy, before many women even realise that they are pregnant.

Folic acid is key in the prevention of NTDs.

Most NTDs are preventable.

Parents-to-be can take actions by keeping a healthy lifestyle and balanced diet of foods containing the natural form of folic acid and supplements as well as other micronutrients.

IF SBH INTERNATIONAL FEDERATION FOR SPINA BIFIDA AND HYDROCEPHALUS

Mensajes clave

Siéntete libre de adaptar, usar y compartir los ejemplos de mensajes mostrados a continuación y difundir la información usando #WFAAW26. No olvides etiquetar a la IF a través de @ifsbh.

El ácido fólico es esencial para el correcto cierre del tubo neural del feto dentro de los 28 días posteriores a la concepción. #AcidoFolico #WFAAW26 #Prevencion #WHA76

Es imposible obtener suficiente folato solo de los alimentos. Los suplementos de ácido fólico o los alimentos fortificados con ácido fólico son esenciales. #WFAAW26 #Prevencion #WHA76

En promedio, 1 de cada 500 recién nacidos se ve afectado por DTN (#NTDs). La mayoría de los DTN, como la espina bífida (#SpinaBifida), se pueden prevenir gracias al ácido fólico (#FolicAcid) y a la fortificación de alimentos (#FoodFortification). #WFAAW26 #Prevencion #WHA76

La Organización Mundial de la Salud recomienda tomar un suplemento diario de ácido fólico de 400 mcg durante al menos 12 semanas antes de la concepción. #WFAAW26 #Prevencion #WHA76

Una dieta equilibrada y nutritiva beneficia el crecimiento y desarrollo del bebé y disminuye el riesgo de muchos defectos congénitos (#BirthDefects). #AcidoFolico #WFAAW26 #Prevencion #WHA76

Recursos

- IFGPI Folic Acid Leaflet in [EN](#), [FR](#), [NL](#), [ES](#), [IT](#), [TR](#)
- [Smarter Futures' Fortification Work](#)
- [More about IF work on Prevention](#)
- [Advocacy Tool to Promote the Implementation of Folic Acid Intervention](#)
- [WHO Guidelines on Food Fortification and Micronutrients](#)
- [WHO Recommendations on Maternal Health](#)
- [More information about Folic Acid by the WHO](#)
- [Prevention of neural tube defects in Europe: a public health failure \(EU\)](#)
- [Global Disability Summit Commitments](#)
- [Kuala Lumpur Declaration and its cosignatories](#)



Recursos

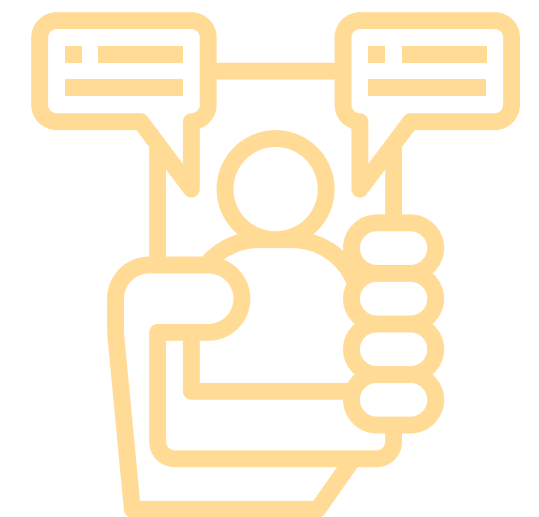
- IF Information Package on Prevention through Food Fortification
- IF Toolkit Steps for an Advocacy Campaign
- Lancet Publication: Preventing birth defects, saving lives, and promoting health equity
- Smarter Futures 15 Years of Impact
- IF Statement: A Call for a Global Action to Reduce the Prevalence of Neural Tube Defects Worldwide
- WHA67.19 Resolution: Accelerating efforts for preventing micronutrient deficiencies and their consequences, including spina bifida and other neural tube defects, through safe and effective food fortification
- Global SBH Community Committed to Support Who Member States in The Implementation of Safe and Effective Food Fortification (Press release)



Material para descargar y compartir



- [Póster WFAAW26](#)
- [Banner “Reserva la fecha” WFAAW26](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 1](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 2](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 3](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 4](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 5](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 6](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 7](#)
- [Visual para redes sociales WFAAW26 8](#)



**GRACIAS A TODOS POR APOYAR LA SEMANA MUNDIAL DE
CONCIENCIACIÓN SOBRE EL ÁCIDO FÓLICO Y POR SEGUIR COMPARTIENDO
MENSAJES IMPORTANTES SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA ESPINA BÍFIDA Y LA
HIDROCEFALIA.**

Tu participación es clave para apoyar a la IF en la concienciación global.

¡ÚNETE A NOSOTROS DE NUEVO EN 2027!

Para más información, por favor contacta a la IF en:

✉ info@ifglobal.org

☎ +32 (0) 471 84 41 54

