



## Mesa Redonda: "Desde la salud escolar hacia las Escuelas Promotoras de Salud"

### MESA REDONDA: "Desde la salud escolar hacia las Escuelas Promotoras de Salud"

PONENCIA: "GRUPO DE  
PARTICIPACIÓN SOCIAL DE  
BENIEL"

25 de junio de 2009

*Celia Marín Pérez – Ayuntamiento de Beniel*



## JUSTIFICACIÓN DENTRO DEL PLAN DE EpS

- **Planteamiento Estratégico:** Estrategia participativa.
- **Estructura del Plan de EpS:** Siendo el Ayuntamiento la pieza de unión entre la administración educativa y la administración sanitaria.
- **Objetivo Específico 3.3.2.:** Puesta en marcha de estructuras de participación social constituidas por representantes de centros docentes, equipos de atención primaria, entidades locales y tejido asociativo.



## Organización y Composición



## OBJETIVO

Proyectar sobre la población de Beniel el **mismo mensaje de educación para la salud** desde las tres administraciones competentes en la misma: centros educativos, Centro de Salud y Ayuntamiento desde la cooperación y la coordinación.



## FUNCIONES DEL GRUPO

- Propuesta y diseño de actividades conjuntas a nivel municipal.
- Foro de intercambio de experiencias de todos los centros, todos aprenden de todos.
- Reflexión sobre los inconvenientes encontrados y los resultados obtenidos en el desarrollo de las actividades en cada centro educativo.

## FUNCIONES DE LOS REFERENTES EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

- Participación en el Grupo de Participación Social.
- Coordinar todas las actividades en torno a la EpS que se desarrollen en el centro escolar.
- Promover en toda la comunidad educativa hábitos de vida saludable.
- Diseñar actividades que desarrollen hábitos de vida saludable en colaboración con el Claustro del centro educativo.
- Recopilar todos los materiales y recursos didácticos relacionados con la EpS.
- Participar en las Jornadas de Intercambio de Experiencias.
- Dar difusión de las actividades realizadas a través de diferentes vías de comunicación.



## FUNCIONES DEL REFERENTE DEL CENTRO DE SALUD

---

- Difusión a los demás profesionales sanitarios del Centro de Salud de los acuerdos alcanzados en el grupo y la colaboración que se debe prestar.
- Entrega de material en la consulta.
- Realizar educación para la salud en la consulta para padres/madres en coherencia con los centros educativos.
- Colaborar en el diseño de actividades y ayudar en el fomento de su divulgación y participación.

## FUNCIONES DEL COORDINADOR EN LA ADMINISTRACIÓN LOCAL

---

1. Coordinación con todos los referentes del Plan de Educación para la Salud.
2. Participar en el Equipo de Participación Social.
3. Colaborar en las investigaciones realizadas sobre aspectos socio-sanitarios.
4. Divulgar y fomentar la participación en el Plan.
5. Realizar propuestas coherentes con el Plan.
6. Realizar actividades conjuntas con los centros.
7. Apoyo en actividades formativas.
8. Coordinación con las Consejerías implicadas en el Plan.



## **1: Coordinación con todos los referentes del Plan de EpS.**

- Contacto semanal o quincenal con cada uno de los coordinadores en los centros educativos.
- Contacto bimensual con el coordinador del Centro de Salud.

## **2: Participar en el Equipo de Participación Social.**

- Dinamizador del encuentro del Grupo.
- Mediación entre la institución educativa y la sanitaria.
  - Facilitar un espacio neutral.
  - Protocolo de Coordinación entre Centros Educativos y Centro de Salud.



### **3: Colaborar en las investigaciones realizadas sobre aspectos socio-sanitarios.**

- Aportación de nuestra opinión en las encuestas diseñadas y pasadas a los padres/madres y al alumnado.
- Reflexión conjunta de los resultados obtenidos.

### **4: Divulgar y fomentar la participación en el Plan EpS.**

- Reuniones con todos los directores/as de los centros educativos a finales del curso 2005/2006 para la motivación a la adhesión.
- Asesoramiento y apoyo para la adhesión.
- Dar participación en el grupo a todas las farmacias del municipio.



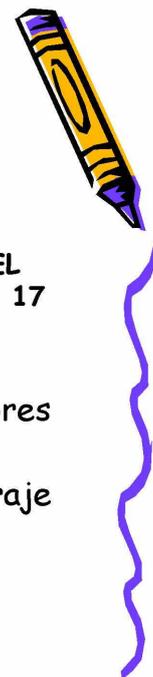
## Mesa Redonda: "Desde la salud escolar hacia las Escuelas Promotoras de Salud"

### 5: Realizar propuestas coherentes con el Plan.

- OTROS SERVICIOS MUNICIPALES
  - "AULA MADRUGA"
  - ESCUELA DE VERANO
  - LUDOTECA
  - ESCUELA INFANTIL MUNICIPAL DE 0 A 3 AÑOS.
- NUEVOS PROYECTOS
  - Solicitud de subvención a la Consejería de Sanidad para programas relacionados con la prevención de diabetes y obesidad mediante la promoción de alimentación saludable y la actividad física.

### ACTIVIDADES MUNICIPALES

- DÍA MUNDIAL DE LA SALUD, 7 DE ABRIL
  - Higiene Bucodental
  - Exposición de imágenes "La salud de mañana, la construimos hoy"
- DÍA MUNICIPAL DEL MEDIO AMBIENTE, 17 DE ENERO
  - Reciclado por colores
  - Bicicletada y senderismo en paraje natural





## 6: Unificación de temas trabajados.

- Higiene y cuidados personales.
- Alimentación.
- Cuidado del medio ambiente.
- Actividad física.

## 7: Colaborar en actividades formativas.

- Apoyo técnico y asesoramiento para la realización de la **Escuela de Madres y Padres** "*Su salud es tu vida. Aprende a cuidarles*" en 2008.



## 8: Coordinación con las Consejerías implicadas en el Plan.

- Contacto directo con los técnicos/as responsables del Plan.
- Recopilación de los materiales y los recursos didácticos publicados gracias al Plan de EpS.

## LO NEGATIVO Y LO POSITIVO

- INCOVENIENTES
  - Dificultades para coordinar la fijación del día y la hora que se reúne el grupo.
  - El cambio de coordinador en los centros educativos y en el Centro de Salud.
  - Llegar a las familias.
- VENTAJAS
  - Trabajo cooperativo.
  - Espacio común de intercambio, trabajo y reflexión a nivel local.
  - Ejemplo a seguir de coordinación interinstitucional.



## Mesa Redonda:

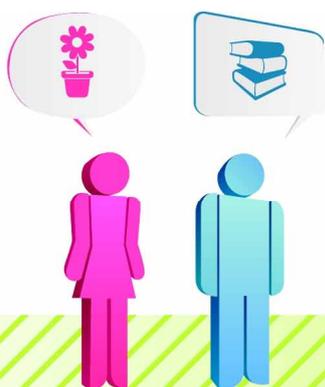
“Desde la salud escolar hacia las Escuelas Promotoras de Salud”

**MUCHAS GRACIAS  
POR VUESTRA  
ATENCIÓN**

Celia Marín Pérez  
Técnica en Educación del Ayuntamiento de  
Beniel  
968 60 05 87  
[celia.marin@beniel.es](mailto:celia.marin@beniel.es)

# Comunicaciones en formato póster





# **Comunicaciones en formato póster**

## Educación Infantil y Primaria



# APRENDEMOS A RECICLAR

**AUTORES:** Miriam Cabrera Núñez, M<sup>a</sup> Lorena Martínez Planillas, M<sup>a</sup> Carmen Roca de Larios, Araceli Tortosa Jiménez, Helena Sánchez López, Elsa Mangut Serrano.

**OBJETIVOS:** - Concienciar a lo alumnos de la necesidad de mantener un entorno limpio, comenzando por el Centro escolar, y participar activamente para conservarlo.

- Informar y concienciar a los padres del trabajo realizado en el colegio para darle continuidad en el ámbito familiar.

- Involucrar a toda la comunidad educativa en la realización de las actividades:

- Realización de material. - El Carnaval del reciclado.



## CARNAVAL

### ED. INFANTIL

Dedicado al reciclaje de papel.



### I CICLO

Dedicado a los residuos orgánicos.

### II CICLO

Dedicado a los residuos del contenedor amarillo.



### III CICLO

Dedicado al reciclaje de vidrio y pilas.



## EXPOSICIÓN DE JUGUETES



C.E.I.P. ALFONSO X EL SABIO

La Unión. Curso: 2008/2009



# Comunicaciones en formato póster

## Educación Infantil y Primaria

### CEIP AL-KAZAR (LOS ALCÁZARES)

**INTRODUCCIÓN:**  
Una vez realizado el análisis de situación y derivado de una serie de conductas que venimos observando en los alumnos, decidimos centrarnos este curso en habilidades sociales y educación en valores.

**OBJETIVOS:**  
1.- A nivel del profesorado, aunar los criterios para valorar las actitudes que presenta el alumnado en su quehacer diario (conflictos, normas de comportamiento...)  
2.- Conseguir que el alumnado aprenda a solucionar los conflictos sin agresividad.  
3.- Plantear las estrategias necesarias que favorezcan la comunicación de los niños y niñas con el resto de los adultos.

**CUENTO LO QUE ME PASA Y SOLUCIONO MIS CONFLICTOS**

**PLANTEAMIENTO DEL TRABAJO A TRES NIVELES**

**PADRES:**  
-Información en la reunión de principio de curso del trabajo en EpS del curso y planteamiento de la necesidad de colaboración.  
-Recogida de datos sobre la forma de actuar en casa en la resolución de conflictos y sobre el diálogo, la confianza con los hijos.  
-Información a las familias sobre habilidades sociales (diálogo y resolución de conflictos).  
-Acuerdos con los padres en el planteamiento y forma de solucionar las actitudes y comportamientos no adecuados de sus hijos.  
-Intercambio de información a través del cuaderno escolar.  
-Charla dirigida a los padres por personal especializado.  
-Informar y alentar a los padres a participar en la Escuela de Padres puesta en marcha en nuestro municipio.

**PROFESORADO:**  
-Acuerdos a nivel de ciclo y posteriormente en claustro para el planteamiento del trabajo ante los padres, así como para preparar la información que se iba a enviar a las familias.  
-Trabajo a nivel de tutoría en las entrevistas con los padres a nivel individual.  
-Acuerdos entre el profesorado de la actuación del mismo a la hora de resolver conflictos y actuar ante determinados comportamientos de los alumnos.

**ALUMNOS:**  
-Actividades de dinámicas específicas.  
-Inclusión de técnicas diferentes para abordar situaciones (debate, puesta en común, implicar a los alumnos en la resolución de conflictos, dialogar, llegar a acuerdos...)  
-Utilización de recursos específicos: libros, películas...  
**PELICULAS**  
-Una foca en mi casa.  
-Todos somos distintos.  
-Babilonia o la difícil convivencia.  
-Prioridad absoluta.  
-Cadena de favores.  
-Billy Elliot.  
-Buscando a Nemo.  
**CUENTOS:**  
-Ferdinando el toro.  
-Arturo y Clementina.  
-Historias de los Bonobos con gafas.  
-Rosa Caramelo.  
-Elmer.  
-Los colores de Mateo.  
-Asmir no quiere pistolas.  
-Palabras de caramelo.

**EVALUACIÓN:**  
-Con respecto al primer objetivo se ha concretado una serie de actuaciones con relación a determinadas conductas, (tarjetas de la patrulla, normas de desplazamiento por clases y pasillos, retrasos en la asistencia, utilización de instalaciones y materiales). No se han concretado todas las previstas.  
-Con respecto al segundo, se ha observado un cambio en la forma de resolver los conflictos de forma menos violenta en algunos niños que presentaban este problema, el objetivo no se ha conseguido totalmente.  
-Con respecto al tercero no hemos podido apreciar en clase un cambio sustancial, pero queda comprobar con los padres en la última reunión de tutoría si ha habido un cambio en la comunicación por parte de estos con sus hijos y viceversa.

**CONCLUSIONES:**  
El trabajo ha sido muy interesante y a la vez muy ambicioso, por lo que no se ha podido concluir como esperábamos, quedamos emplazados para el próximo curso seguir trabajando en esta línea.



### ANÁLISIS EPIDEMIOLÓGICO SOBRE EL ÍNDICE DE MASA CORPORAL DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL COLEGIO "ANTONIO BUITRAGO GÓMEZ" DE CIEZA

MORENO FERNÁNDEZ, A; SÁNCHEZ SÁNCHEZ, A; TORNERO MARÍN, J. (2009)

#### INTRODUCCIÓN

La obesidad infantil incrementa el riesgo de aparición de patologías crónicas en la edad adulta y tiene su origen en una interacción genética y ambiental. Es importante conocer la magnitud de la obesidad de nuestros escolares, con objeto de establecer las medidas preventivas oportunas, dirigidas tanto a la educación nutricional como al incremento de la actividad física.

#### RESULTADOS

Tabla 2. Estudio de sobrepeso y obesidad en nuestro centro

	TOTAL	NIÑOS	NIÑAS
Sobrepeso (IMC ≥ p85-p97)	17,56%	20,23%	14,06%
Obesidad (IMC ≥ p97)	15,87%	14,88%	17,18%

Tabla 3. Datos comparativos del grupo de edad 6-9 años

	Sobrepeso (IMC ≥ p85-p97)	Obesidad (IMC ≥ p97)
Estudio enKid*	14,5%	15,9%
Nuestro estudio	18,65%	15,54%

\*Serra et al (2004). *Obesidad infantil y juvenil en España. Estudio enKid*

Tabla 4. Datos comparativos del grupo de edad 10-12 años

	Sobrepeso (IMC ≥ p85-p97)	Obesidad (IMC ≥ p97)
Estudio enKid*	14,6%	16,6%
Nuestro estudio	15,53%	16,5%

#### CONCLUSIONES

Los datos obtenidos ponen de manifiesto las necesidades de potenciar estrategias de intervención docente donde intervenga toda la comunidad educativa. Es necesario actuar sobre la educación nutricional así como potenciar el incremento de actividad física entre nuestros escolares. Nuestro centro seguirá participando en el Plan de Salud Escolar, siendo pionero en la participación del Plan de Consumo de Fruta en la Escuela.

#### METODOLOGÍA

Estudio epidemiológico observacional de diseño transversal realizado sobre el alumnado de Primaria. Se determinó el peso y la talla a partir de los cuales se calculó el IMC. El peso se estimó mediante báscula Tanita BC-545, la altura mediante tallímetro portátil enrollable modelo Tanita. Se calculó el sobrepeso y la obesidad de acuerdo a los diferentes puntos de corte correspondientes a los percentiles 85 (sobrepeso) y 97 (obesidad) específicos por edad y sexo según los valores de referencia para la tipificación ponderal de la tabla de la Fundación Orbegozo confeccionadas por Sobradillo et al (1991).

Tabla 1. Tamaño de la muestra y distribución por sexos

	TOTAL	NIÑOS	NIÑAS
Alumnado	296	168	128
Porcentaje	100%	56,75%	43,24%



### CONVIVENCIA EN EL C.E.I.P. AVILESES

**ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN**  
Mediante encuestas

**OBJETIVOS**

- Formarnos en aspectos de Salud Mental referidos a convivencia escolar.
- Concretar objetivos relacionados con la EpS.
- Incluir los objetivos en los documentos del Centro.
- Planificar y coordinar las actividades de EpS.
- Evaluar el desarrollo del Proyecto.

**ACTIVIDADES**

**PADRES**

- Participación en las jornadas *Educación en familia* ofertadas desde el Centro.
- Evaluación del Proyecto.

**COLEGIO**

**MAESTROS**

- Seminario *Convivencia en el C.E.I.P. Avileses*.
- Elaboración de encuestas de evaluación del Proyecto.
- Evaluación del Proyecto.

**NORMAS Y REGISTROS DE CONTROL**

**DÍA DE LA PAZ**

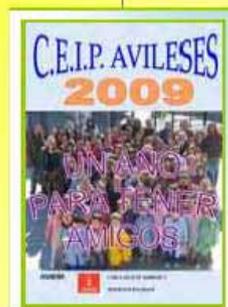


**LLAMAPUERTAS**



**CALENDARIO**

*Un año para tener amigos*



**JUNTA DE DELEGADOS DE CONVIVENCIA**



AUTORES:

M<sup>o</sup> Fuensanta Liso, José Ramón Ballesta, M<sup>o</sup> Begonia González, María Martínez, Pablo Oruña, Moisés Valencia



# Comunicaciones en formato póster

## Educación Infantil y Primaria



### POR FAVOR - GRACIAS HOLA - ADIÓS



#### INTRODUCCIÓN:

El pasado curso 2007- 2008 iniciamos el Plan de Salud para nuestro Centro. Partimos de la creación una Comisión de Salud con el profesorado especialmente interesado en promover hábitos saludables. Analizamos la situación y en un primer momento fueron muchos los temas que pretendimos abordar , pero una vez puestas en marcha diversas actuaciones, relacionadas con higiene, alimentación, hábitos de actividad física, ... se vio la necesidad de acotar el campo de intervención. Observado el escaso uso de normas de cortesía entre el alumnado en las situaciones cotidianas, decidimos priorizar el trabajo de este aspecto e iniciar una serie de actuaciones que fomentaran y estimularan el uso natural de estas normas en las relaciones sociales. El trabajo de este tipo de contenidos hace necesaria una implicación de las familias y demás personas que rodean al niño, pues el ejemplo constituye un elemento básico para la interiorización de este tipo de aprendizajes.

#### OBJETIVOS:

1. Promover el trato afable y cordial entre todos los miembros de la comunidad, potenciando el uso de las normas de cortesía básicas: HOLA, ADIÓS, POR FAVOR Y GRACIAS.
2. Involucrar en esta tarea a los padres y madres.
3. Extender la campaña al barrio donde está ubicado el Centro.

#### CONTENIDOS:

- Pautas de comportamiento y normas básicas de convivencia de la vida cotidiana.
- Saludos, despedidas, agradecimientos.
- Uso contextualizado de las fórmulas de cortesía.
- Valoración de la importancia de la utilización de estas fórmulas como manifestación básica en las relaciones sociales.



#### TEMPORALIZACIÓN

Inicio en el curso 2007/08, analizando la situación, elaborando propuestas de acción y haciendo partícipes a todos los miembros de nuestra Comunidad Educativa.

Continuación en el curso 2008/09, consolidando prácticas iniciadas el curso anterior, implementando otras nuevas y, ampliando al entorno próximo al Centro (barrio).

Ampliación durante el curso 2009/10 a toda la localidad de El Palmar, a través del resto de colegios y AMPAS.



#### RESULTADOS:

- ❖ Desde la Comisión de Salud recogemos las aportaciones de los ciclos en relación a la campaña y se reflejan cambios cualitativos desde educación infantil hasta tercer ciclo de primaria.
- ❖ Observamos un incremento en la utilización natural de las fórmulas de cortesía tanto por los alumnos como las familias y adultos que los acompañan al Centro.
- ❖ El interés manifestado por los vecinos del barrio, la valoración de los comerciantes y su gran aportación como vehículos informativos han hecho que la campaña surta efectos positivos tanto en la población escolar como en los distintos componentes de los sectores sociales del barrio.

#### ACTUACIONES:

##### 2007-2008

Iniciamos el trabajo en las distintas tutorías, partiendo de situaciones cotidianas en las que se visualizara la necesidad de utilizar las normas de cortesía básicas y que estas se convirtieran en hábitos personales.

Constatando la necesidad de hacer partícipes a las familias, utilizamos una campaña de divulgación basada en una chapa metálica que los alumnos/as llevaban a casa y traían puesta al Centro, favoreciendo de ese modo la interacción que pretendíamos con los adultos responsables de ellos.

Se elaboró también un díptico informativo dirigido a las familias, con el objetivo de informar/ sensibilizar a las mismas con el tema.

Se decoró el espacio del Centro con lemas alusivos, murales, logotipos de la campaña en las dependencias así como trabajos del alumnado alusivos al tema.

##### 2008-2009:

Hemos extendido la campaña al barrio donde está ubicado el Colegio con pegatinas y carteles, subvencionados en parte por el AMPA del Centro, que recogen el logotipo de la Campaña. Se han empleado canales de difusión como:

\* Visitas a los comercios del barrio del alumnado de educación infantil, con explicaciones a los vecinos acerca de la importancia de la utilización de estas normas y reparto de pegatinas recordatorias.

\* Toma de contacto de los alumnos de 6º de Primaria que visitaron el Instituto de Educación Secundaria del pueblo, charlaron sobre el tema y regalaron pegatinas entre sus futuros compañeros.

\* Composición artístico-musical, con participación de profesorado, familias y alumnado, basada en una coreografía con una letra adaptada al lema de la Campaña con la base instrumental de una canción de "Status Quo".

\* Trabajo gráfico basado en un cómic con alusión a los distintos aspectos trabajados dentro del Plan de Salud, decorado por el alumnado y distribuido a las familias.

Las actividades complementarias del Centro han estado enmarcadas en este Proyecto, cabe destacar la celebración del DÍA DE LA PAZ con motivo de la realización de un desayuno multicultural en el que convivimos con las distintas costumbres de los países de origen del alumnado del Colegio. Se repartieron pegatinas iguales a las chapas entre todas las personas participantes en la fiesta y se aplicaron en la práctica las normas aprendidas.

##### Previsión de continuidad durante el curso 2009- 2010:

Pretendemos dar un nuevo impulso a la iniciativa ampliándola al resto de la localidad, a través de los distintos colegios y AMPAS utilizando mecanismos atrayentes y novedosos.



En la calle



En el cole

#### CONCLUSIONES:

- \* El análisis de la situación real del Centro nos ha ayudado a enfocar nuestra actuación hacia aquellos aspectos que consideramos más relevantes, entre los múltiples enfoques que nos permite la promoción de la salud.
- \* El grado de satisfacción respecto a la Campaña es elevado pues se observa un cambio cualitativo en las relaciones que se establecen a diario en el Colegio.
- \* Las actividades planteadas han favorecido un aprendizaje significativo y funcional.
- \* La implicación de los padres ha reforzado el vínculo con las familias, avanzando en la consecución de un clima cada vez más cordial entre toda la comunidad.
- \* La difusión en el barrio mediante las pegatinas y carteles ha permitido convertir al Centro en un referente educativo, incidiendo en la población no escolar.
- \* La evolución del Proyecto nos ha permitido ver que el campo de actuación es muy amplio y que hay muchas perspectivas de continuidad.



Es gratis dar las GRACIAS, pedir PERDÓN, decir HOLA y ADIÓS, así que no seas tacaño POR FAVOR.



AUTORAS: Virtudes Muñoz Egas, M<sup>a</sup> Amparo Sánchez Méndez.

AGRADECIMIENTOS: A todo el Claustro del CEIP Ciudad de la Paz y en especial a los miembros de la Comisión de Salud: Marian González López, Antonia Franco López, María Hernández Alarcón, Josefina Molineda Montoya, M<sup>a</sup> Carmen Ruiz Polanco, Laura Ruiz, Paulita Libana García Bertolotto, M<sup>a</sup> Dolores Bastida Márquez.



# “PROFE, ¿Y TÚ QUÉ OPINAS?”

ANA MARTA GÓMEZ SÁNCHEZ  
MARÍA DOLORES PELLICER SOLER  
C.E.I.P. EL MIRADOR, SAN JAVIER



### INTRODUCCION

En este curso, nos propusimos continuar con el trabajo iniciado por la anterior coordinadora y decidimos que, una vez pasadas las encuestas de hábitos de salud a toda la Comunidad Educativa, habia que priorizar y centrarnos en un tema, con el fin de poder trabajarlo a lo largo de todo el curso escolar y que nuestra intervención fuera duradera y sostenible. Paralelamente, este curso se ha continuado trabajando otros aspectos de la salud como el Día de la Fruta, Taller de verdura, Desayunos saludable...



### OBJETIVOS

Así pues, nuestros objetivos fueron:

- Revisar los resultados obtenidos de las encuestas del curso anterior.
- Determinar cuál era el hábito de salud a mejorar en nuestro centro.



### METODOLOGÍA

En primer lugar, se procedió a la revisión de los datos de las encuestas, recogidos en el Plan de Salud del centro, para lo cual formamos, dirigido por la Coordinadora de este año, un Grupo Nominal, compuesto principalmente por los miembros de la Comisión de Coordinación Pedagógica (C.C.P.). Una vez revisados, pasamos a centrarnos en un par de hábitos, los que consideramos como una mayor necesidad para todo el centro y que son: la Higiene personal y la Resolución de conflictos. Finalmente, esos dos hábitos se llevaron a una encuesta sencilla, clara y anónima, que fue pasada a todos los miembros del Claustro.

### RESULTADOS

De los 28 maestros/as del centro encuestados, se obtuvo que:

- 15 (54%), opinaban que el aspecto a trabajar para el próximo curso es: la Higiene personal.
- 13(46%) de ellos consideraban más prioritario tratar: la Resolución de conflictos.



■ HIGIENE PERSONAL  
■ RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

### EVALUACIÓN

El resultado ha sido muy ajustado, ya que ambos temas se muestran como una prioridad clara en nuestro centro.

El proceso de toma de decisiones se ha demorado, pues el análisis y toma de decisiones se empezó a trabajar a partir del 2º Trimestre, coincidiendo con el curso del CPR al que ha asistido la Coordinadora del P.Salud del centro, durante el cual se nos dio orientaciones y una nueva perspectiva de trabajo, evitando actuaciones puntuales y sin continuidad ni cohesión.

La participación del profesorado ha sido muy positiva.

### CONCLUSIONES



### HIGIENE PERSONAL

Este ha sido el aspecto de salud elegido para trabajar el próximo curso. Este último trimestre hemos empezado a revisar distintos Registros de Observación para, en el próximo curso, realizar una evaluación inicial de la situación y así planificar las distintas actuaciones a desarrollar durante todo el curso 09/10 y poder realizar una comparativa de resultados a final de curso.

Con los alumnos del Aula de Acogida nivel 11, ya se ha trabajado la Higiene personal haciéndoles ver que es muy importante ya que nos previene de enfermedades, nos hace estar a gusto con nosotros mismos y con los demás pues evita que nos sintamos rechazados. Por ello es muy importante conocer y aplicar las normas para tener una adecuada higiene corporal y poder tener una buena presencia. Se ha realizado una serie de actividades de manipulación. Se pretende así que les resulte muy agradable su participación, adquieran bien los conceptos y conocimientos y que los recuerden con entusiasmo.

A propuesta del equipo docente, se ha decidido realizar estas actividades y otras relacionadas con la higiene y salud, en la etapa de educación infantil y primaria. Además, debido al interés mostrado por la Resolución de Conflictos, hemos decidido trabajarlo en el curso 10/11.



# Recicla, el planeta lo necesita

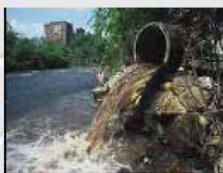


AUTORES: Joaquín Lara, Purificación Martínez, Isabel Marín, María Teresa Ruiz, Ana García y Antonia Salud Fernández

COORDINA: Antonia Salud Fernández

## Reflexión

El planeta necesita ayuda. Cambiar la situación es tarea de todos.



### Análisis de la situación

¿Sabe el alumnado qué es reciclar?  
¿Identifica cada contenedor con el tipo de objetos a introducir en él?  
¿Tenemos conciencia de la capacidad contaminante del hombre?

El Equipo docente de la Comisión de EPS elabora una encuesta que es entregada al alumnado.  
El centro adopta las medidas necesarias para la recogida selectiva.

- ✓ Las aulas carecen de papeleras para la recogida selectiva.
- ✓ En el colegio no hay contenedor para residuos de plástico....
- ✓ Sólo el alumnado del tercer ciclo está concienciado de la importancia de reciclar, aunque confiesa que no todos lo hacen.

### Objetivo

**MEJORAR LA SALUD DEL PLANETA CON NUESTRAS PEQUEÑAS, PERO IMPORTANTES ACCIONES**

### MEDIDAS ADOPTADAS

- Se dota con una papeleras amarilla a todas las aulas.
- Cada aula construye su caja azul.
- Se coloca en el patio un contenedor para los residuos de plástico....
- Se construye el "termómetro ecológico" para la recogida de pilas.



Momento en el que alumnos de primero presentan el termómetro ecológico.

### Evaluación

Durante todo el mes de junio se colocan en el patio los distintos contenedores para la recogida selectiva de basura con el fin de comprobar si el alumnado los usa correctamente mediante la observación del estado en el que queda el recinto escolar.

### Proceso de concienciación

- Visualización de DVDs. sobre reciclaje y posterior análisis.
- Charlas sobre la contaminación que tiene su origen en las pilas.
- Representación de una obra de teatro.
- Recogida selectiva de basura en el centro.
- Los alumnos de primero representan en cada aula "El planeta está triste".

### Conclusión

Sabemos reciclar, aunque debemos insistir en la importancia de que nuestra actitud es muy importante.



# ¡RECICIAMOS EN COLORES!

**Autoras: Muñoz González, Alicia y Artero Sánchez, M<sup>a</sup> Isabel.  
CEIP. Juan Antonio López Alcaraz. Puerto Lumbreras.**

## INTRODUCCIÓN

Partimos del análisis de la situación realizado el curso anterior, en nuestro centro cuyas conclusiones fueron que nuestros alumnos/as arrojaban basura al patio y que no reciclaban. En el presente curso partimos de este análisis para trabajar con ellos y concienciarlos de la importancia de establecer hábitos saludables en nuestro entorno.

## OBJETIVOS

Los objetivos planteados son:

- Iniciar al alumnado en la práctica del reciclaje.
- Concienciar al alumnado sobre la importancia de mantener limpio su entorno.

## METODOLOGÍA

Para dar respuesta a los objetivos que nos hemos marcado se ha trabajado lo siguiente:

- Elaboración de carteles sobre el reciclaje selectivo.
- Dibujos de las mascotas de reciclaje (Plastichín, Cartúnez, Vidriolo y Organicol) en sus correspondientes cartulinas de colores (amarilla, azul, verde y gris).
- Los alumnos/as realizan actividades de recorte de revistas, folletos publicitarios... para pegar en la cartulina/contenedor correspondiente. Los alumnos/as de E.I. pegan objetos reales en cada mural.
- Elaboración de carteles con el mensaje "Punto Verde" en el que aparecen las mascotas diciendo "Ayúdanos a Reciclar".
- Organización de "patrullas verdes" con todos los alumnos del centro.
- Elaboración de medallas con la insignia "patrulla verde" y con los dibujos de las mascotas.
- Enviamos notas informativas a los padres sobre lo realizado pidiendo su colaboración.



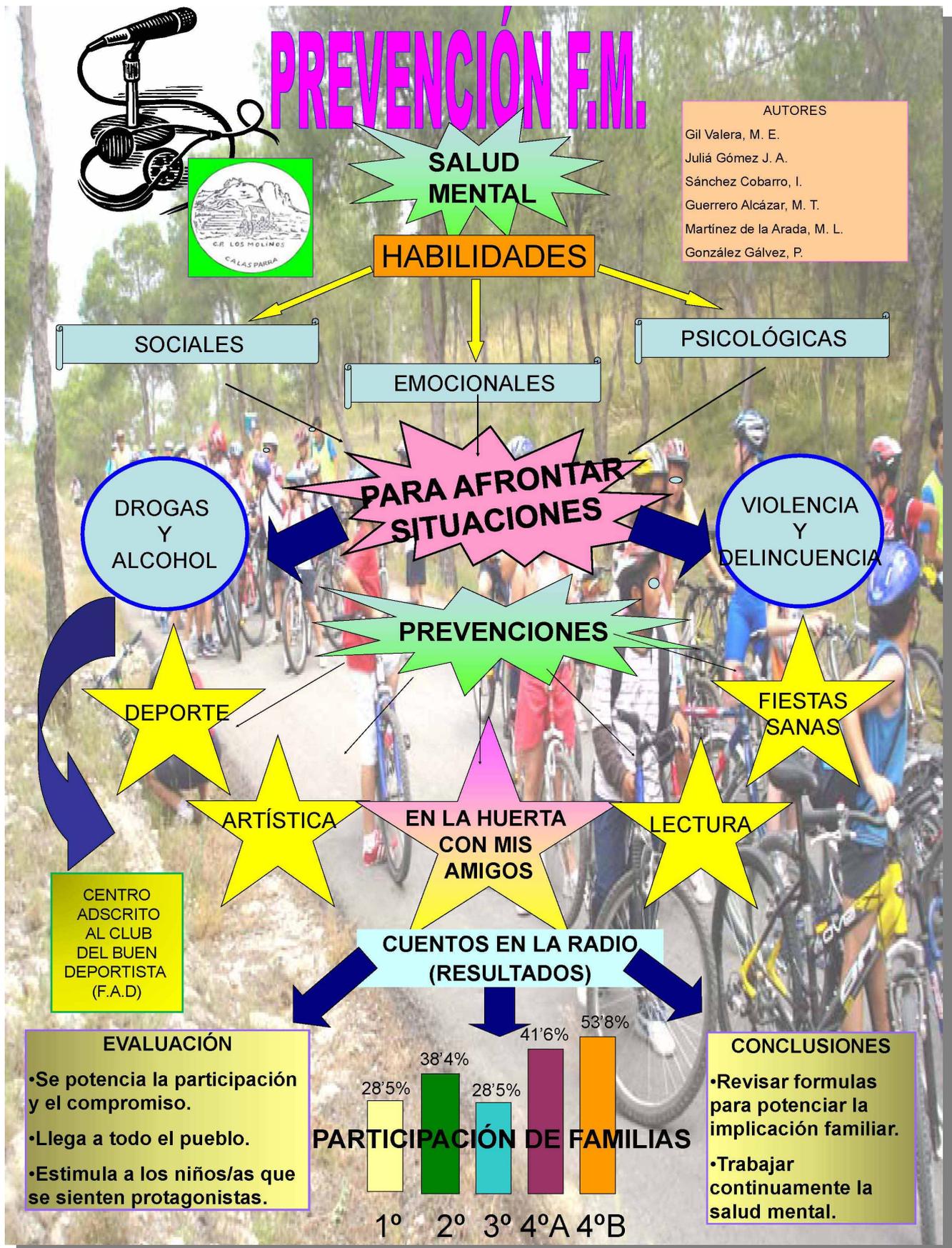
## EVALUACIÓN

Se han cumplido los objetivos que nos habíamos planteado:

- Se ha observado una notable mejoría en el estado de limpieza del patio del centro.
- Los alumnos han sido partícipes del reciclaje tanto dentro de las aulas como en el patio.

## CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos han sido satisfactorios. La implicación de los maestros y de los alumnos/as ha sido total, por todo ello, los objetivos, contenidos y actividades trabajados formarán parte de la vida del centro. El contenido "MEDIO AMBIENTE Y SALUD", los objetivos y las actividades realizadas quedarán reflejadas en nuestras Programaciones Docentes y serán trabajadas en los siguientes cursos escolares.





### CONSEGUIR UN HÁBITO, ¿CUESTIÓN DE ESTÍMULO?

Desde 86/87, estamos trabajando la alimentación.  
**El desayuno del recreo**  
 Es la única comida directamente observable en el centro.



Desde 02/03

Desayuno  
Saludable  
Con fruta



**OBJETIVO:** Saber si:  
 ¿El hábito está suficientemente conseguido?  
 ¿Podemos prescindir de la pegatina? ...

**RECOMPENSA ESTÍMULO**

Pegar una pegatina

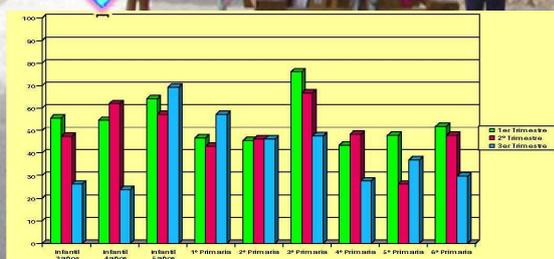
Para el alumnado (directamente).  
 Para las familias (indirectamente).  
 (Se tienen que implicar preparando el desayuno).

#### AUTORES

- Gil Valera, M. E.
- Prieto Reales, E.
- Ciller Martínez, E.
- Sánchez López, J.
- González Gálvez, P.
- Sánchez Cobarro, I.

#### METODOLOGÍA

#### Resultados



#### Primer Trimestre pegatina todos los días

Desayuno saludable con fruta



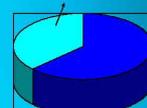
#### Segundo Trimestre pegatina días sin avisar

Desayuno saludable con fruta



#### Tercer Trimestre Sin pegatina

Desayuno saludable con fruta



#### EVALUACIÓN

En la medida en que se va suprimiendo el estímulo que supone la pegatina, generalmente, el consumo de fruta desciende.

#### CONCLUSIONES

- Estímulos y recompensas favorecen la adquisición de hábitos.
- La supresión paulatina de la pegatina, ha disminuido el consumo de fruta.
- La prolongación del trabajo a lo largo del tiempo, afianza los hábitos, pero no podemos bajar la guardia.
- La implicación de las familias, también mantiene relación con el mantenimiento del estímulo/recompensa.



# IT'S TIME TO CHANGE !

CEIP Micaela Sanz Verde -Archena-



### INTRODUCCIÓN

- > Programa de EPS da respuesta a los retos que la sociedad plantea a la escuela.
- > Es un proceso de investigación-acción.
- > Partimos del análisis realizado con las familias y en la escuela
- > Se diseña desde el concepto ecológico de salud
- > Y se desarrolla partiendo de la metodología portfollio, siguiendo las indicaciones incluidas en el marco común europeo de las lenguas.

### OBJETIVOS

- > Utilizar la lengua inglesa como vehículo para desarrollar hábitos saludables
- > Conocer los orígenes, usos, aportaciones y beneficios de algunos alimentos de los países de procedencia del alumnado.
- > Mantener una correcta higiene bucal, realizando el lavado de dientes después de cada comida y usando la técnica correcta.
- > Favorecer una correcta higiene postural en profesores y alumnos.
- > Adquirir hábitos de alimentación equilibrada y variada para asegurar el correcto funcionamiento de todos los órganos del cuerpo.
- > Promover la limpieza del entorno próximo (aula, pupitre, aseos, patio) y no ser ellos la fuente de suciedad.
- > Valorar el buen estado físico como una forma de aumentar la salud, participando activamente en actividades de ocio saludable.
- > Adquirir normas de convivencia básicas que disminuyan la contaminación acústica
- > Crear una Escuela de Padres promotora de hábitos saludables.

### METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

WHAT DO YOU HAVE FOR BREAKFAST ?

BREAKFAST	FROM MONDAY 30th SEPTEMBER TO 31st OCTOBER				
	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
MILK					
TOASTS					
BISCUITS					
FRUIT					
JUICE					
CEREAL					
OTHERS					

PAPER IN THE BIN



YES!

WHEN DO YOU HAVE FRUIT ?



FRUIT DAY	1ST TERM				
	SEP	OCT	NOV	DEC	JAN
Apple					
Banana					
Cherry					
Grape					
Orange					
Pineapple					
Strawberry					
Watermelon					

I LIKE SPORTS!



THIS IS THE WAY WE BRUSH OUR TEETH



After lunch I brush my teeth



I can hop like a rabbit !!

ONE, TWO, THREE, MY SCHOOL, MY FAMILY AND ME



PARENTS AT SCHOOL

SIT DOWN PROPERLY !



OTHERS CULTURES



WHAT WOULD YOU LIKE?  
WATER MELON, PLEASE!  
HERE YOU ARE  
THANK YOU  
YOU'RE WELCOME



**INGREDIENTS:**  
**MARACUYA,**  
**SUGAR,**  
**WATER OR MILK.**  
**IT'S DELICIOUS!**

### RESULTADOS

- > El consumo de fruta y alimentos saludables ha aumentado
- > Los alumnos han adquirido el hábito del lavado de dientes tras el comedor escolar, y en casa
- > El ruido ambiental del centro ha disminuido un poco (aunque se debe seguir haciendo hincapié en la subida y bajada de escaleras)
- > Los alumnos disfrutaron de la actividad física en su tiempo libre
- > Las familias están más implicadas en el fomento de hábitos saludables en sus hijos
- > Se han fomentado los lazos de convivencia entre las distintas culturas y miembros de la comunidad educativa
- > La comunidad educativa ha mostrado interés y motivación hacia la lengua y cultura inglesa presente en todas las actividades.

### EVALUACIÓN

- > Cuestionario de evaluación inicial
- > Cuartiles de registros trimestrales
- > Entrevistas
- > Observación diaria de la comunicación oral y escrita de los alumnos en lengua inglesa

### CONCLUSIÓN

La experiencia ha sido muy positiva, los alumnos han disfrutado con las actividades y el interés de la comunidad educativa ha sido permanente



We had pancakes in the classroom

THANK YOU TO STUDENTS, TEACHERS AND FAMILIES

AUTORES: Dolores Martínez Martínez/María Dolores Andugar García/Dolores Abad Martínez/María Dolores Guillén Pons/Andrés Rosa Guillamón/José Manuel González Beltrán/Antonio José Candel García



### JUEGO LIMPIO

El claustro de profesores del colegio Pintor Pedro Flores acuerda a principios de curso trabajar este año el tema del reciclaje, para tener un colegio limpio y ordenado. La comisión del Plan de Eps, se pone manos a la obra y organizamos:  
© LA BRIGADA VERDE

**METODOLOGÍA PRÁCTICA.**  
• Registro diario  
• Sanciones  
• Premios a actitudes positivas.

**TALLER RECICLADO DE PAPEL**

**IDENTIFICACIÓN DE ÁRBOLES**

**¡OH! LIMPIADA AMBIENTAL**

**TALLER DE RECICLAJE**

**MERCADILLO DE RECICLAJE**

**Y ADEMÁS**

**CONCLUSIÓN:** El hecho de haber dado la responsabilidad mayoritariamente a los alumnos, pone de manifiesto, que éstos han conseguido una mejora notable en el centro, siendo ahora más **saludable**, **Reciclando**, **Respetando** (espacios y personas) y **Dialogando** (en caso de conflictos).

**C.E.I.P. PINTOR PEDRO FLORES (PUENTE TOCINOS)**

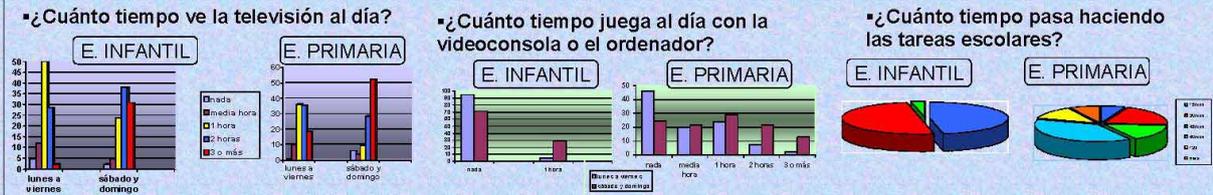


### CIMENTANDO UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD CEIP SAN FÉLIX, ZARANDONA

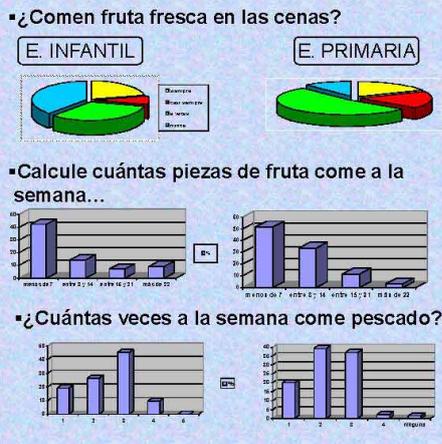
#### ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN INICIAL

Durante este curso hemos pasado un amplio cuestionario a los padres sobre los hábitos de salud de sus hijos sobre estos temas:

#### OCIO Y TIEMPO LIBRE



#### ALIMENTACIÓN SALUDABLE



#### SALUD BUCODENTAL



Desde hace muchos años los profesores vienen insistiendo en la necesidad de unos hábitos de alimentación saludables: prohibición de golosinas en los cumpleaños, de la bollería en los recreos, etc. Desde 2008 incluimos en la P.G.A. que: Los jueves traeremos fruta para almorzar, los mayores también bocadillo.



En tercer ciclo de E. Primaria han trabajado sobre la alimentación saludable. Han hecho pósters con la pirámide de la alimentación y se han hecho ejercicios en inglés y en español

Hemos incluido en la página web del colegio un apartado de Educación para la Salud con consejos para los padres sobre alimentación y ejercicio físico, con el compromiso de actualizar este espacio periódicamente.



Hemos logrado que dentro de las normas del comedor se incluya el traer neceser con cepillo y pasta dental y que las monitoras faciliten el espacio y el tiempo necesario para lavarse los dientes.

Se han repartido muestras de pasta. Se ha repartido folletos informativos a los padres y a los niños de cómo realizar un correcto cepillado dental.

Se ha repartido por dos veces durante el curso una tabla de doble entrada para hacer el seguimiento de las veces que los niños se cepillan los dientes durante un mes. Se ha conseguido que muchos niños se cepillen los dientes tres veces al día. Hemos dado diplomas y hemos sorteado útiles de aseo entre los participantes. Hemos visto que estas tablas son muy motivadoras y han funcionado muy bien y pensamos que se podrían usar el año que viene en otras campañas.

Del análisis de la situación inicial se desprende la necesidad de establecer como objetivos de los próximos años:

- Promover el hábito de comer +fruta +verdura+pescado
- Concienciar de la importancia de un desayuno completo
- Concienciar a padres de la necesidad de organizar el ocio de sus hijos con más actividad física y menos TV/ordenador/videojuegos.
- Concienciarles de la importancia de comentar con sus hijos lo que ven en la tele/ordenador/videojuego.

#### PROPUESTAS DE MEJORA

- Debe haber al menos un representante de cada ciclo en el equipo de Educación para la Salud.
- Se intentará, a ser posible, hacer coincidir las campañas de salud con la temporalización de esos temas en Conocimiento del Medio.
- Se hará una temporalización de Ep a principio de curso para que los profesores la puedan tener en cuenta en sus programaciones anuales.



CEIP SANTO DOMINGO Y SAN MIGUEL MULA Curso 2008/2009

### LA ACCIÓN COORDINADA PARA LA MEJORA DE LA COMPETENCIA SOCIAL Y EMOCIONAL DE LOS ALUMNOS

#### AUTORES:

MAXIMINA SAAVEDRA BERENGUER  
FRANCISCO JAVIER PÉREZ ARAGÓN  
OSCAR MARCELO MORANTE DEL CERRO  
ANTONIO CAMPOS LARA

#### INTRODUCCIÓN:

La evaluación, la investigación y el trabajo en equipo para descubrir y solucionar las dificultades en la comunicación y en la relación personal entre los alumnos y maestros puede ser un punto de partida para un ambiente más saludable.

#### HIPÓTESIS:

La acción coordinada y planificada de los docentes mediante su acción tutorial y magistral puede mejorar las habilidades sociales y las relaciones del alumnado, así como los aspectos de su equilibrio emocional.

#### OBJETIVOS:

- Fomentar la actuación del maestro como modelo.
- Dotar al alumnado de recursos para resolver sus conflictos pacíficamente.
- Orientar a los alumnos en la utilización de su tiempo de ocio de forma lúdica.
- Utilizar estrategias de implicación y de motivación con las familias.

#### AULA DE APOYO FAMILIAR

- Detección temprana
- Información
- Formación
- Prevención

#### CELEBRAMOS EL 50 ANIVERSARIO DEL CENTRO

- Encuentro de antiguos alumnos
- Encuentro entre profesores:
- El claustro un equipo de compañeros
- El libro conmemorativo
- La ilusión de la comunidad educativa

#### TUTORÍA CON MAYÚSCULAS

#### LA TUTORÍA DE PADRES-MADRES

- Información
- Formación, actuar como modelos
- Cuidar ambiente familiar

#### METODOLOGÍA:

- Programando habilidades en todas las áreas a partir de las características del alumnado.
- Trabajo en equipo de los maestros para reducir los conflictos entre alumnos.
- Mantener el juego tradicional y evitar el juego competitivo.

#### RELACIÓN CON EL ENTORNO SOCIAL-CULTURAL

- Salidas
- Excursiones
- Colaboración con el museo
- Los servicios de la comunidad
- La educación vial

#### INCORPORACIÓN DE LAS FAMILIAS AL ENTORNO ESCOLAR

- Blog de aula
- Libro viajero
- Talleres teatro
- Invitados

#### ACTIVIDADES PARA ALUMNADO

- Conocerse a sí mismo
- Ser autónomo
- Aceptarse como es
- Comunicar sentimientos y pensamientos
- Habilidades sociales
- Escuchar con atención y tolerancia
- Resolver conflictos pacíficamente

#### RESULTADO:

El profesorado ha investigado sobre la influencia de los aspectos emocionales en las relaciones personales y su importancia en el desarrollo del currículo, aumentando los recursos didácticos y del docente para reforzar las habilidades social y emocional del alumnado de educación infantil y primaria. La competencia social y emocional forma parte del currículo personal de cada uno de los alumnos de primaria.

#### CONCLUSIONES:

- El profesorado es más consciente de la relevancia de los aspectos socio-emocionales en el desarrollo del alumnado.
- La resolución pacífica de conflictos reduce el nivel de estrés del aula, de los recreos y en las relaciones personales profesor-alumno.
- El trabajo en equipo del profesorado ha favorecido el intercambio de conocimientos y de recursos actualizados.





C  
E  
H  
P  
V  
H  
R  
G  
H  
Z  
H  
A  
P  
E  
R  
E  
N

### OBJETIVOS

- Conocer y expresar los propios sentimientos
- Comprender los sentimientos de los demás
- Enfrentarse con el enfado de otro
- Expresar afecto
- Resolver el miedo y auto recompensarse.

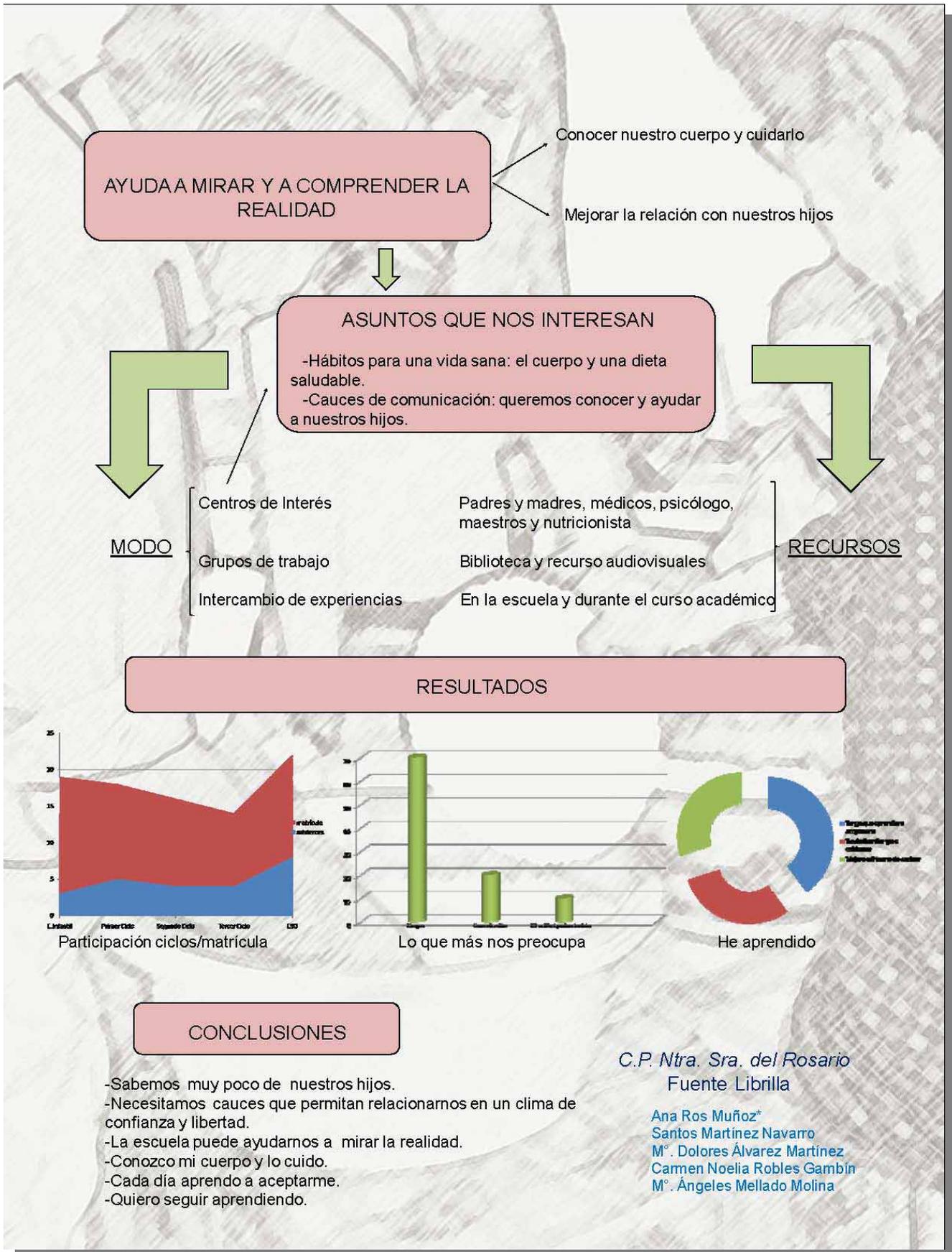


A  
B  
R  
A  
N  
O  
T  
E  
R  
A  
P  
I  
A

### DECALOGO DE LA ABRAZOTERAPIA

- Sea cual sea tu abrazo que brote siempre del corazón, no de la mente.
- Inventate nuevas y variadas formas de abrazar.
- Busca nombre curiosos o divertidos para tus abrazos.
- Conviértete en abrazoterapeuta a tiempo completo.
- Ten siempre un abrazo "a mano" para ofrecérselo a alguien.
- Se observador y prudente con los límites físicos del otro.
- No trates de imponer tu visión o filosofía a nadie.
- Prueba a abrazar del mismo modo, a aquellos que no te caen tan bien, que a los que te resulte más fácil.
- Adereza tus abrazos con sonidos, risas, palabras...
- Aprende a pedir abrazos para ti siempre que los necesites o desees gozar de ellos.
- El alma encuentra muchas formas de expresar lo que uno siente, haz del abrazo una de ellas...

Autora: Carmen María Nicolás Jover





**COLEGIO "DIVINO MAESTRO"**  
**LAS TORRES DE COTILLAS**

# "POR UNA VIDA SALUDABLE"



## METODOLOGÍA

Los alumnos han sido protagonistas activos de las siguientes actividades: tutorías relacionadas con la alimentación, salud buco dental, prevención del consumo de alcohol y drogodependencias, realización de murales, talleres en infantil, participación en concursos como "Yo cuido mi salud" y ¡A comer bien! de Nestlé. Además se ha realizado un tríptico sobre la salud bucodental dirigido tanto a padres como a los alumnos para informarles sobre la importancia de la higiene dental.

## RESULTADOS

El comportamiento respecto a la salud dental se ha abordado preguntando a los jóvenes sobre la frecuencia del lavado de dientes. Los alumnos afirman lavarse los dientes casi siempre después de cenar, en menor medida después de comer y con poca frecuencia después de desayunar.

## CONCLUSIÓN

Seguir el próximo curso con el Plan de Educación para la Salud en toda la comunidad educativa trabajando los objetivos que este curso no se han tratado. Además hay que seguir realizando cuestionarios para poder extraer conclusiones y poder intervenir de una manera positiva

### TRÍPTICO "SALUD BUCAL"



### MURAL "LA SONRISA REFLEJA SALUD"



### DÍA DE LA FRUTA



### PARTICIPACIÓN EN CONCURSOS COMO: "A COMER BIEN" DE NESTLÉ Y "YO CUIDO MI SALUD"

### TALLER INFANTIL "RATONCITO PÉREZ"



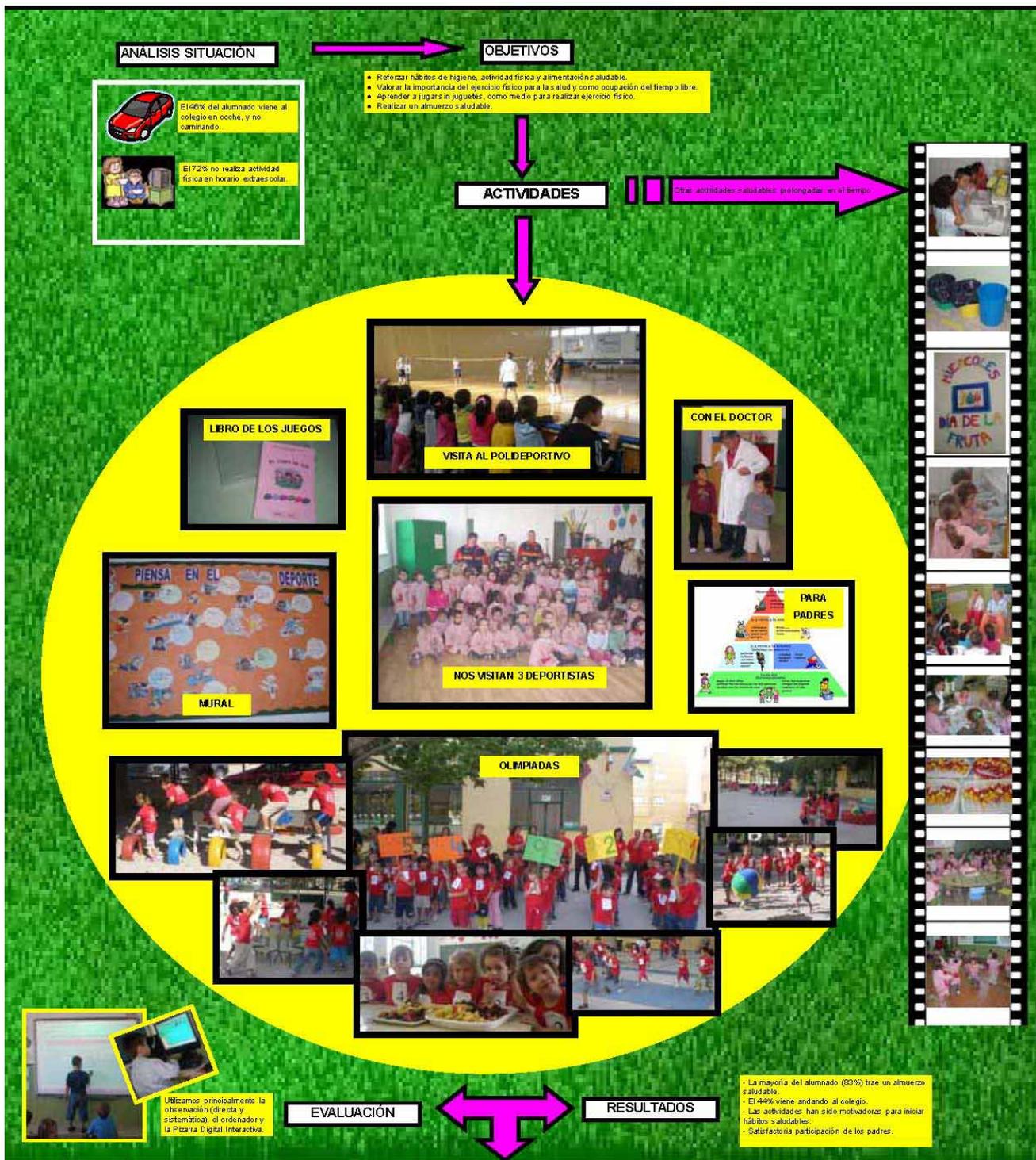
**AUTORES: M<sup>a</sup> PILAR AGUILERA, CRISTINA JORGE, DIEGO RODRÍGUEZ Y CARMEN SÁNCHEZ**



### ¡ PENSAMOS EN EL DEPORTE !

ESCUELA DE EDUCACIÓN INFANTIL Nº 1- SAN PEDRO DEL PINATAR

Autoras: Isabel María Sánchez Lermas, Pilar Amparo Boroa Redón y Rosario Arnau Escribano.





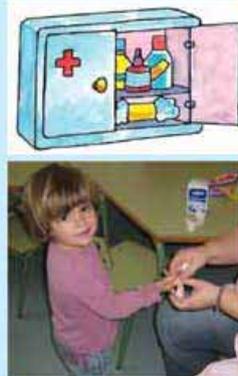
### EN MI ESCUELA JUEGO CON SEGURIDAD

#### INTRODUCCIÓN:

Debido a la corta edad de los niños y los frecuentes pequeños accidentes, caídas, etc., pretendemos que los alumnos y alumnas adquieran hábitos y pautas de comportamiento, así como introducir las máximas medidas de seguridad para que la escuela sea un lugar seguro.

#### AUTORES:

- Lucía Alcaraz Sánchez
- Josefina Asensio Sáez
- María Soledad González Cegarra
- María Elena Méndez Cegarra
- Josefa Meroño Meroño
- Inés Sáez Hernández



#### OBJETIVOS:

##### Del alumnado:

- ♥ Adquirir hábitos posturales correctos.
- ♥ Saber identificar las principales fuentes potenciales de peligro (puertas, punzones, tobogán...)
- ♥ Mantener la calma ante cualquier pequeño percance.

##### De las educadoras:

- ♦ Conocer las medidas básicas de primeros auxilios.
- ♦ Conocer el protocolo de actuación en caso de accidente.
- ♦ Saber utilizar los extintores.

#### CENTRO:

Escuela Infantil Municipal La Unión

#### METODOLOGÍA:

Utilizamos una metodología activa y participativa mediante juegos, dramatización, imitación, canciones, retahílas, etc.

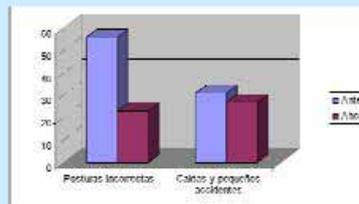
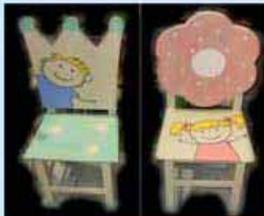
Observación directa de los niños y niñas en las rutinas de la vida cotidiana.

Reuniones periódicas de grupo.



#### RESULTADOS:

Los niños y niñas van progresando paulatinamente en la adquisición de correctos hábitos posturales, adecuada utilización de utensilios escolares y de las instalaciones.



#### CONCLUSIONES:

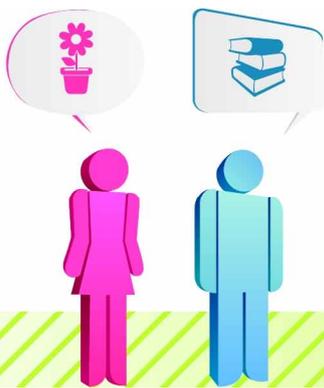
Hemos conseguido mejorar la seguridad en nuestro centro, pero vemos necesario continuar trabajando en esta línea y elaborar el Plan de Evacuación del Centro.

Proponemos realizar distintas actividades programadas de manera sistemática:

- Juegos de dramatización ante pequeños accidentes: golpes, caídas, etc...
- Recoger los juguetes y colgarlos en su sitio (para evitar tropezos, caídas, etc)
- Subir y bajar escaleras agarrados al pasamanos, despacio, sin empujar, sin saltar y con cuidado.
- Tirarse bien por el tobogán imitando a la educadora.
- Fichas individuales: colorear, picar o poner garbets a los elementos más comunes del botiquín como algodón o tiritas.
- Cuentos, canciones, retahílas y poesías relacionadas con el tema.

#### AGRADECIMIENTOS:

Juani Cazorla Cazorla.  
Marta Álvarez Hermógenes.



## **Comunicaciones en formato póster**

Educación Secundaria Obligatoria



# IMPLANTACIÓN DEL PLAN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN EL IES ANTONIO HELLÍN COSTA

Machota Blas, Victoria E.

Paíz Sánchez, Isabel

IES ANTONIO HELLIN COSTA - Puerto de Mazarrón

Dirección de contacto: [vmictoriaeugen6@gmail.com](mailto:vmictoriaeugen6@gmail.com)

## Introducción-Objetivos

Una "Escuela Promotora de Salud" es aquella escuela que se identifica como un espacio saludable para vivir, aprender y trabajar velando por un ambiente favorable a la salud por parte de toda la comunidad educativa. El Plan de Educación para la Salud (EpS) en la Escuela contempla que en cada centro escolar se constituya un equipo que implante este plan con el fin de adaptar los contenidos de EpS a la situación específica de cada escuela. De este modo, el grupo de trabajo objeto de este resumen, se propuso los siguientes objetivos:

- ❖ Determinar y analizar la situación de salud en el centro con el tratamiento de todos los contenidos del Plan de EpS: Higiene y Cuidados personales, Alimentación y nutrición, Medioambiente y salud, Promoción de la seguridad y prevención de accidentes, Educación Vial, Educación para el consumo, influencia de los medios, de comunicación de masas, Salud mental, Prevención de las drogodependencias, Actividad física, ocio y tiempo libre, Sexualidad y afectividad.
- ❖ Definir y priorizar los objetivos de salud para el centro.
- ❖ Dinamizar el Plan de EpS en el centro: implicar y concienciar a la Comunidad Educativa.
- ❖ Incluir las decisiones tomadas con respecto a la salud en la vida del centro.
- ❖ Incorporar los aspectos definidos en el Proyecto Educativo y en las Programaciones Didácticas.
- ❖ Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo del profesorado.

## Metodología

Con objeto de analizar la situación e implantar el plan de EpS en la escuela, se constituyó un equipo de trabajo en la modalidad de seminario de equipo de docente (formación autónoma) asegurando la realización de este análisis, la definición de objetivos y la incorporación real al centro de la filosofía de las escuelas promotoras de salud. El equipo valoró la situación del centro docente con respecto a cada uno de los contenidos de EpS mediante la elaboración y aplicación de un cuestionario para los diferentes miembros de la comunidad educativa: alumnos, profesores y personal de administración y servicios. Estos cuestionarios fueron el resultado de un trabajo cooperativo, de discusión y debate. Tras la recogida de datos y empleando el programa EXCEL se procedió a su resumen e interpretación, obteniendo los resultados que siguen a continuación.

## Resultados

### De los alumnos

- Más del 60 % de los alumnos consideran que en su municipio no existen suficientes alternativas de ocio saludable y el entorno del instituto no es saludable.
- Más del 60 % de los alumnos considera que su clase es ruidosa y no respeta el silencio.
- Más del 40 % de los alumnos considera que hay demasiado ruido en el instituto.
- Más del 50 % de los alumnos compra productos en la cantina con un consumo de golosinas y chucherías de más del 40 %.
- Más del 40 % de los alumnos se pelean y/o les empujan sus compañeros en el intercambio de clase y no esperan al profesor ordenadamente delante de la clase.
- Más del 40 % de los alumnos consideran insuficiente el número de papeleras en el centro.

### De los profesores

- El 52'63% de los profesores consideran que las zonas comunes son ruidosas y no se respeta el silencio.
- El 47'37% de los profesores no considera suficiente el número de papeleras.
- El 86'84% consideran necesario una zona para aparcar bicicletas en el centro.
- El 42'11% considera que el entorno del instituto no es saludable.
- El 55'26% considera que los alumnos no son puntuales en la incorporación al aula.
- El 63'16% de los profesores está satisfecho con las actuaciones del centro con respecto a la resolución de conflictos.
- El 57'89% de los profesores está satisfecho con las actuaciones del centro relativas al mantenimiento de la disciplina escolar.
- El 57'89% de los profesores creen que no hay suficientes alternativas de ocio saludable en el municipio.
- Falta de participación del claustro de profesores en las respuestas al cuestionario (37 respuestas).

### Personal de Administración y Servicios

- El 66'7% del PAS considera que las clases no están limpias y ordenadas.
- El 100% del PAS no considera suficiente el número de papeleras.
- El 83'3% del PAS está satisfecho con las actuaciones del centro relativas al mantenimiento de la disciplina escolar.

## Conclusiones

El trabajo en grupo ha resultado positivo en términos de poner en marcha el plan de EpS favoreciendo la dedicación específica en tiempo y forma de los profesores interesados en la proyección e impulso de este plan. Asimismo, con objeto de progresar y seguir trabajando por un centro promotor de la salud se requiere la continuidad en la implicación explícita del claustro de profesores impulsando esta idea y creando el clima de escuela saludable. Los principales acuerdos y objetivos asumidos en relación con el centro como consecuencia de aplicación del proyecto se resumen en los siguientes:

- ❖ Velar por la venta de productos saludables en la cantina
- ❖ Instalar más papeleras en los diferentes espacios
- ❖ Colocar aparca bicicletas en el centro
- ❖ Hacer más hincapié en la limpieza de todos los espacios del centro
- ❖ Reducir la contaminación acústica en el centro

Palabras clave: Escuela, Salud, Educación Secundaria.



# Comunicaciones en formato póster

## Educación Secundaria Obligatoria

### EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y MEDIO AMBIENTE EN EL IES "FELIPE II" DE MAZARRÓN

López Pérez, José Pedro, Luis Miguel Fernández Calvo y Andrés Piña Blaya

Consejería de Educación y Cultura. Instituto de Educación Secundaria "Felipe II" de Mazarrón. Cód. 30018254. Paraje Cañada del Molino, s/n. 30870 Mazarrón (Murcia)  
Correo electrónico: josepedro.lopez@educarm.es / luismigilgg@educam.es

#### INTRODUCCIÓN

El Programa de Educación para la Salud ha cumplido su tercer año en el centro educativo. En el presente curso académico (2008-2009) se ha intentado, por un lado, dar continuación a la pregunta inicial que nos formulábamos un grupo de profesores sobre la salud nutricional de nuestros alumnos: ¿cómo comen nuestros estudiantes y dónde puede estar la primera problemática de afecciones a edades tan incipientes?, y por otro, contribuir y profundizar en aquellos valores medioambientales de nuestro municipio y de sus gentes.

Para responder a la cuestión enunciada, se ha pedido ayuda a la asociación de madres y padres para que, de manera inmediata, buscara la ayuda pertinente para así comenzar una labor que nos llevará algunos años. En este primer curso, se han fomentado impartir charlas llevadas a cabo por personal especializado en materia de nutrición en los adolescentes, valorando las bondades de la dieta mediterránea y las patologías derivadas (a corto tiempo) si no se siguen unas pautas nutricionales correctas. Las ponencias han ofrecido una parte teórica y unas discusiones finales de modo práctico, incidiendo en los cálculos del índice de masa corporal y porcentaje de grasa corporal. Complementado esta experiencia, y siendo Mazarrón un área recreativa con zonas amplias de playa, los departamentos de Educación Física, Ciencias Naturales y Comercio han dado a conocer entre la comunidad educativa las bondades de controlar las horas de exposición al sol como riesgo de sufrir determinados tipos de afecciones en la piel, incurriendo en la necesidad imperante de utilizar los protectores solares.

Por otro lado, el departamento de Educación Física ha elaborado actividades encaminadas al reciclaje de los diferentes residuos generados en el centro de estudios, haciendo hincapié en técnicas de minimización de los mismos, caso de reducción en el origen y volumen (medida que persigue localizar y eliminar la producción de residuos), así como la reutilización y el reciclado de los materiales que sea posible. Para ello ha sido indispensable la recogida selectiva de residuos, para lo cual se ha dotado al centro de contenedores específicos para tal fin.

Por lo que respecta al medio ambiente en el centro de estudios, los Departamentos de Tecnología, Educación Física y Ciencias Naturales se propusieron la elaboración de un proyecto de repoblación del patio con flora autóctona de nuestro clima. La ayuda fue proporcionada por la Consejería de Agricultura y Agua (Dirección General de Patrimonio Natural y Biodiversidad) aportando los plantones de pinar (*Pinus halepensis*, pino carrasco), y los alumnos y profesores desinteresados las ganas por contribuir a un medio ambiente sostenible.

La presente comunicación quiere dar a conocer los aspectos singulares en materias de salud (nutrición y patología) y medio ambiente que se están llevando a cabo en el centro de estudios dentro de marco del Plan de Educación para la Salud en la Escuela de la Región de Murcia (2005-2010).

#### Una plantación desinteresada por el medio ambiente



El pasado día 30 de enero la Comunidad Educativa del Instituto "Felipe II" de Mazarrón quiso sumarse a ayudar a ese malogrado medioambiente, debilitado con el paso de los años y enfermo, al menos que se tomen las medidas oportunas.  
Con esta iniciativa, los alumnos de primer y cuarto curso de secundaria pusieron un "pequeño granito de arena" en un mundo desprotegido, y frente al que la Región de Murcia debe luchar como consecuencia de las inclemencias de un extremo clima. La desertificación de nuestro entorno es un hecho al que todos debemos proporcionar respuesta inmediata. Los años pasan y la conservación y protección de nuestro medio natural debe ser prioritario. ¡Veiga este esfuerzo para garantizar un futuro feliz!  
A primera hora de la mañana se comenzó "a dar vida y cobijo" a la grandiosa aportación cedida por la Consejería de Agricultura y Agua (Dirección General de Patrimonio Natural y Biodiversidad). El terreno ofreció resistencia pero las ganas superaban las intenciones malogradas del primero. Con picos, azades y legones, sacaron la tierra para mostrar abrigo a 58 cepellones de pino carrasco (*Pinus halepensis*).

#### Contribución al programa de nutrición y salud en el centro



En su tercer año, el Programa de Educación para la Salud en el IES "Felipe II" de Mazarrón está intentando conseguir un proyecto que permita conocer, en primera mano, las bondades de la dieta mediterránea en los alumnos de Educación Secundaria (y su extensión futura para Bachillerato), así como las patologías derivadas de un uso inadecuado en materia de nutrición. Para lo cual, la Asociación de Madres y Padres ha pedido ayuda a profesionales farmacéuticos en materia de nutrición, colaboradores directos del Departamento de Fisiología Animal (Facultad de Biología), para la impartición de charlas-coloquio en nutrición en jóvenes y su repercusión actual en salud y bienestar.

Este curso 2008-2009 ha querido profundizar en los componentes de los alimentos, qué proporcionan y cuáles son las patologías directas (a corto plazo) de su déficit y su repercusión a las edades de 14-16 años. Los resultados han sido esperanzadores, ya que un porcentaje elevado de alumnos sigue una dieta correcta, manteniendo unos índices de masa corporal y porcentaje de grasa corporal dentro de la media estándar que aconsejan los profesionales nutricionistas. No obstante, todavía quedan casos puntuales de alumnos, que no recoge este estudio inicial, y que años pasados ya dábamos la voz alarma con cartones directos a la familia y equipo de orientación del centro, con serios problemas con la obesidad corporal (superando un 30% el IMC), o todo lo contrario, anorexia patológica que precisaba tratamiento médico urgente (con IMC inferior a un 15%).

#### Campaña de protección solar y primeros auxilios



Dado que nuestro centro se encuentra en una zona próxima a la playa, donde los alumnos aparecen en los meses de junio y julio con importantes quemaduras solares en espalda, brazos, piernas y cara, hemos visto la necesidad de incorporar la "Educación Solar" dentro del Plan de Educación para la Salud. Para lo cual, los propios alumnos han elaborado trabajos y defensa posterior pública de los mismos para dar a conocer los efectos negativos de una exposición inadecuada al sol, así como los medios de protección pertinentes.

El Departamento de Comercio proporcionó muestras de protector solar, haciendo hincapié en la venta de un buen producto para ofrecer un excelente resguardo, así como las bondades de uso de un factor elevado para una buena protección frente a radiación UV de longitud de onda corta (las perjudiciales para nuestra salud). La actividad culminó, debidamente protegidos con cremas, disfrutando de un magnífico día en el patio de recreo del centro.

Una de las actividades que más sorpresa produjo fue la maniobra de Heimlich para desobstruir el conducto respiratorio, consistente en presionar el abdomen con fuerza, por debajo del ombligo, con la finalidad de que este músculo se eleva y fuerza a los pulmones para la proyección de una tosa artificial, cuyo aire empujará la comida u objeto extraño de las vías respiratorias; la posición lateral de seguridad para casos de inconsciencia y la reanimación cardiopulmonar (RCP) para las paradas cardiorrespiratorias. En las imágenes se detalla un resumen de las prácticas donde se reflejan las normas básicas a seguir en estos primeros auxilios: (1) situar al paciente con los brazos y piernas estirados, (2) comprobación del pulso con los dedos índice y medio presionando la muñeca o levemente la carótida, (3) realización de compresiones e insuflaciones de aire hasta que llegue la ayuda pertinente o el paciente se recupere...

#### Gymkana saludable

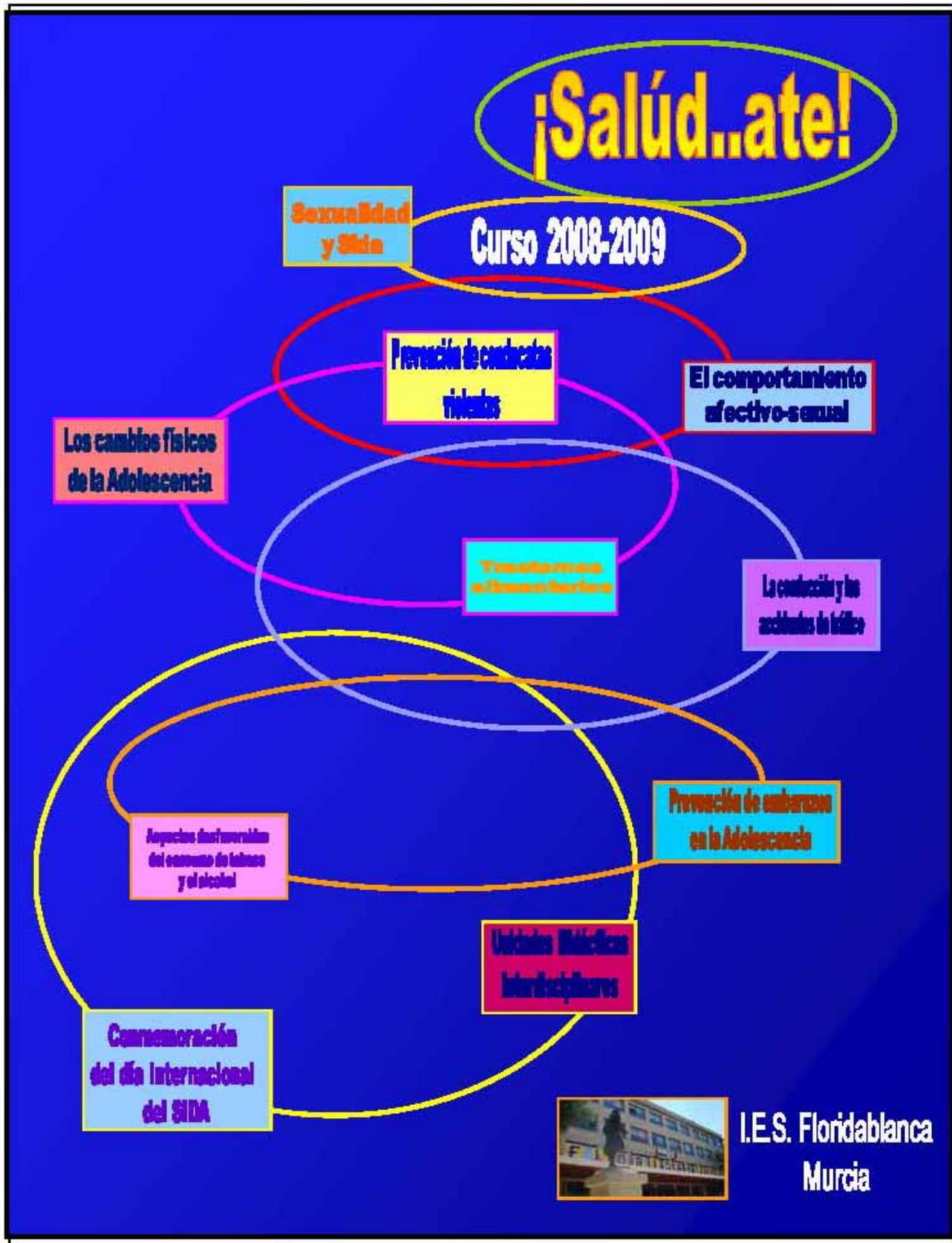


Aprovechando la festividad de Santo Toribio de Aquino, en el centro se realizó como actividad complementaria una gymkana en donde todas las estaciones estaban relacionadas con la salud y el medio ambiente. Interesantes actividades para el alumnado fueron los test relacionados con la visión, con la finalidad de detectar posibles deficiencias ópticas, y actividades donde los estudiantes demostraban su capacidad física.

Aprovechando que el centro se ha equipado con contenedores para reciclar, se realizaron pruebas y cuestionarios donde los alumnos demostraban sus conocimientos sobre el reciclado y sus hábitos en la lucha contra un medio ambiente sostenible (separación de papel, abuso del agua en el enjuague bucal, almuerzo envuelto en aluminio...).

#### AGRADECIMIENTOS

Alumnos y profesores del IES "Felipe II" quieren expresar su más sincero agradecimiento a toda la Comunidad Educativa, en especial a la Asociación de Madres y Padres (AMPA) "Caño del Molino", por ofrecerse en todo momento en la elaboración de las actividades, su financiación y ayuda en la búsqueda de personal externo formado en materia de nutrición y salud. También queremos dar gracias a la Consejería de Agricultura y Agua (Dirección General de Patrimonio Natural y Biodiversidad) por la cesión desinteresada de los cepellones de pinos cedidos para su plantación en el centro. Y, finalmente, a todos aquellos que, de una u otra manera, permiten que este centro marche día tras día pionero en materia medio-ambiental, salud, educación... ¡Gracias!



Autores: Carmen Mira Candel; Fernando Ureña Villanueva; Gloria Bernabé Cano y José Valverde Gea.



## CONOCE TU CORAZÓN

IES INFANTA ELENA (JUMILLA)

AUTORES: Baño Garcerán, M<sup>a</sup> Dolores; Fernández Agulló,  
Manuel Ramón.





# I SEMANA DE SALUD. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.



**INTRODUCCIÓN:** Constatamos tabajando los estilos de vida saludables y tiene estado la alimentación equilibrada como parte fundamental del desarrollo físico, intelectual y emocional del individuo.

**OBJETIVOS:**

- Establecer hábitos de desayuno y alimentación equilibrada mejorando los hábitos y incorporando fruta.
- Conseguir la implicación y participación de todos los miembros de la comunidad educativa en el proyecto de salud del centro.
- Divulgar e implicar al alumnado (eso y facultades) en la realización de actividades.

**Autores:**  
 M<sup>o</sup> Dolores Cascales-Jamney,  
 Candia Berni Oliveros,  
 Nuria Marín Fullana,  
 Carmen Gómez Egea.



Diseño de carteles



Diagnóstico saludable



Globalización de la dieta mediterránea a lo largo de la historia



Primeros auxilios (RCP)



Est de la fruta



Conociendo una ambulancia. 1º de Bachillerato

**Metodología:**  
 La metodología utilizada para la realización de esta actividad es la de carácter participativo y colaborativo, en la que se favorece el aprendizaje activo y el desarrollo de las competencias básicas del alumnado.

**Acreditación:**  
 Este proyecto ha sido reconocido por el IES Juan S. Elcano y el IES Juan S. Elcano, en el marco de la Semana de la Salud y el Bienestar del Centro.

**Conclusiones:**  
 La actividad ha sido muy positiva, ya que ha permitido al alumnado adquirir conocimientos y habilidades que les serán útiles en su vida cotidiana.

**Resultados:**  
 Se ha conseguido un mayor conocimiento de la importancia de la salud y el bienestar, así como de los hábitos saludables que debemos adoptar.



Degustación infusiones saludables

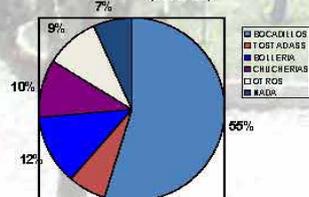


Coffee social sobre la actividad física y la salud. 4º de ESO

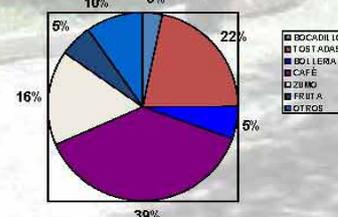


Protoger, Astar, Socorrer

PRODUCTOS QUE CONSUMEN EN EL CENTRO (ALUMNOS)



PRODUCTOS QUE CONSUMEN EN EL CENTRO (PROFESORES)



Nov tamos de vendricimo 2º de ESO



### SI NO FUMAS TENDRÁS: SALUD, DINERO Y ...

- ¡Aire limpio! ¡Ideas claras! ¡No al Tabaco!

- La vida no acaba en la adolescencia, después viene la juventud, la madurez y la 3ª edad. Lo que hagas ahora con tu cuerpo (bueno o malo) con el tiempo llegarán los resultados.

- Si no fumas tendrás: salud, dinero y ...

Los alumnos del I.E.S. Oróspeda te proponemos **Alternativas, con el dinero que ahorres por no fumar** puedes comprar:

algo barato, medio o algo más caro.



- Un anillo
- reloj
- pendientes
- pulsera
- bolígrafo
- estuche de lápices
- bocadillo de jamón
- helado
- bolsa de pipas
- una paella
- libros
- entrada para un partido de fútbol
- balón de fútbol
- pantalones vaqueros
- vestido
- chaquetón
- zapatos de fiesta
- camiseta
- CD de música
- cámara de fotos
- móvil
- vacaciones
- internet
- juego de ordenador
- bicicleta
- perro
- ayudar a niños necesitados
- violín eléctrico



**Autores:**

Antonia Navarro  
Rodríguez, Mª Pastora  
Moya Cabrera, Rosario  
Obón de Castro, Justo  
Torrecillas Behavente,  
María Vera Coello.



Aire limpio en el Noroeste de Caravaca de la Cruz, en Murcia.  
Ven a visitarnos y lo comprobaras



I.E.S. Oróspeda

Pedanzas del I.E.S. Oróspeda:  
Archivel, Barranda



Benablón, Campo Bejar  
Campo de S.Juan,  
Caneja,  
Cañada de la Cruz  
El Calar de la Santa

El Moral,  
El Moralejo, El Sabinar,  
Inazares, La Encarnación  
La Almudema,  
Los Odres,

Los Prados, Los Royos  
Navares,  
Pinilla, Singla,  
Y también de Nerpio

**Introducción y Objetivos:**

- conseguir habilidades de planificación y toma de decisiones, a la hora de decir no al tabaco.
- completar la información: efectos beneficiosos y perjudiciales al fumar.
- identificar alternativas económicas de los alumnos del I.E.S., con el ahorro por no fumar.

**Metodología:**

- Detección de la situación.
- Taller de visualización de los componentes del tabaco.
- Actividades en diferentes materias (biología, química, educación física, ámbito científico, matemáticas...).
- Encuesta a los alumnos: alternativas económicas con el ahorro por no fumar. Información clara y objetiva fomentando el dialogo y las preguntas.
- Utilización de materiales recordatorios (póster, tarjetas, pegatinas).
- Exposición de trabajos, póster y encuesta.

**Resultados:**

- capacidades desarrolladas por los alumnos: habilidades de planificación (recoger información, discernir las causas, habilidades sociales, tomar decisiones...).
- ha aumentado el número de alumnos no fumadores y las alternativas económicas con el ahorro.

**Evaluación:**

- se ha facilitado información y realizado actividades sobre los efectos.
- ha disminuido el número de veces que se ha contactado con las familias ante la sospecha de su consumo.
- se han tomado medidas para asegurar la prohibición absoluta de fumar en el centro y en las actividades.
- se han difundido propuestas alternativas de ocio y económicas.

**Conclusión:**

- es necesario trabajar las habilidades de planificación con los alumnos, para mejorar su toma de decisiones.
- completar su planificación con opciones de tiempo libre y económicas con el ahorro por no fumar.



### I.E.S. Ramón Arcas Meca



AUTORES: P. Marín Parra, C. Fernández Pérez, C. Millán Jiménez y P. Nieto Collado

## HIGIENE POSTURAL: MOCHILAS Y SALUD

*“Que el saber te ocupe la cabeza, no la espalda “*

#### OBJETIVOS:

Comprobar el excesivo peso de las mochilas escolares (no debe superar el 10% del peso corporal). Plantear el problema a diversos organismos y poner en marcha las soluciones propuestas.

#### METODOLOGÍA:

- Toma de muestras (239 alumnos de ESO y Bachillerato).
- Cuestionario personal a los alumnos.
- Puesta en conocimiento del problema enviando cartas a padres, editoriales, colegios e IES de Lorca y Directores Generales del Plan de EpS.
- Minicurso , a los componentes del equipo docente de EpS, sobre higiene postural.

#### RESULTADOS:

#### Proporción entre el peso de la mochila y el peso corporal

¿Como llevas la mochila?

75% incorrectamente

1º ESO	15'1%
2º ESO	16'3%
3º ESO	10%
4º ESO	10%

1º Bachillerato	9'6%
-----------------	------

#### EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES:

El peso de la mochila en el Primer Ciclo es preocupante

Los dolores de espalda en 1º, 2º y 3º aparecen en el 75% de los alumnos. En 4º y 1º de Bachillerato, en el 64%.

#### Soluciones:

- Envío de cartas a diversos estamentos.
- Edición de un folleto informativo.
- Soluciones a nivel de Centro:
  - .troceado de libros
  - .uso de portafolios
  - .Plan de Acción Tutorial





### I.E.S. Ramón Arcas Meca



AUTORES: N. Periago Lorca, J. Navarro Rodríguez, M<sup>a</sup> C. Roldán Conesa, A. D. Ruiz Alcolea y S. Campoy García

## HIGIENE POSTURAL: EL MOBILIARIO ESCOLAR

### “¿Quién se adapta a qué?”

#### OBJETIVOS:

- Comprobar si el tamaño y forma de las mesas y sillas escolares es el adecuado a la talla de nuestros alumnos.

#### METODOLOGÍA:

- Cuestionario personal a 185 alumnos  
- Minicursillo a los componentes del equipo docente de EpS, sobre higiene postural.  
- Puesta en conocimiento del problema y de las soluciones que aportamos.

#### RESULTADOS:

En el Primer Ciclo : el 40% encuentra la mesa o demasiado alta o demasiado baja y el 51%, la silla.  
En el Segundo Ciclo: el 58% encuentra la mesa demasiado baja y el 55%, la silla.  
En 1º de Bachillerato: el 43% encuentran sillas y mesas demasiado bajas.

El 100 % sabe como hay que sentarse correctamente

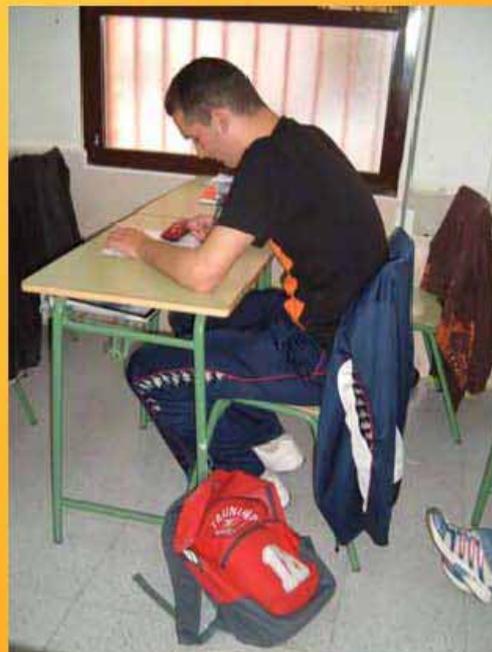
El 61% encuentran el respaldo y la forma de la silla incómodos

#### EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES

Existe un porcentaje elevado de alumnos que, a partir del 2º ciclo, encuentran mesas y sillas demasiado bajas

Los dolores de espalda en 1º, 2º y 3º aparecen en el 75% de los alumnos. En 4º y 1º de Bachillerato, en el 64%.

-Soluciones:  
· Envío de cartas a los Sindicatos de Enseñanza de la Región de Murcia y a los Directores Generales de EpS.  
· Plan de Acción Tutorial





**IESO LIBRILLA**

**VI JORNADA DE INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD**  
Auditorio y Centro de Congresos de la Región de Murcia  
25 JUNIO 2009

**LOS ORÍGENES DE LA DIETA MEDITERRÁNEA**

**Autores:** Victoria Giménez Vicente, Fernando J. Barquero Caballero, Josefa Belchi Sánchez, Dolores Martínez García, Irene Martínez López y Jose Fco. Meoro Avilés

**OBJETIVOS:**

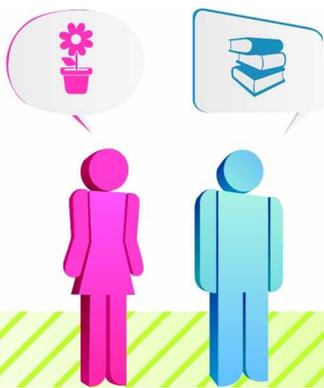
- Los alumnos de Latín y Cultura Clásica trabajaron para conocer el legado de griegos y romanos en nuestra alimentación.
- Comprobar el paralelismo entre la cocina antigua y la dieta mediterránea.
- Conocer y valorar nuestra tradición culinaria.
- Reconocer el legado clásico en nuestras tradiciones.
- Trabajar la alimentación saludable y calidad de los alimentos.
- Implicar a todo el alumnado y profesorado del centro para conseguir dichos objetivos.

**METODOLOGÍA:**

- Han leído textos clásicos con los que han podido recibir de primera mano los consejos para una vida saludable.
- Han realizado un "taller de cocina romana antigua" y "el día del almuerzo saludable" los alumnos de este taller se vistieron de romanos y elaboraron platos con ingredientes de esta cocina.
- Se ha nombrado el viernes como el día del almuerzo de fruta y los alumnos han realizado murales.

**CONCLUSIÓN:**

- Hemos conseguido con todas estas actividades que los alumnos introduzcan en su dieta diaria fruta y verdura.
- Las actividades han tenido buenos resultados y la participación de toda la comunidad educativa ha sido muy positiva.
- Creemos que estamos dentro del camino correcto para conseguir que nuestros alumnos tengan hábitos saludables.



## Comunicaciones en formato póster

Otros



# Hábitos sexuales en adolescentes escolarizados del municipio de Torre Pacheco

María José Moreno Nicolás  
Concejalía de Sanidad – Ayuntamiento de Torre Pacheco



### Introducción

El desarrollo de acciones educativas de prevención relacionadas con los embarazos no deseados y con las enfermedades de transmisión sexual, requiere un conocimiento de la realidad a la que se dirigen. Por tal motivo se ha diseñado un estudio de encuesta sobre los hábitos sexuales en adolescentes del municipio de Torre Pacheco.

### Metodología

#### Muestra

Se procedió a la selección aleatoria (polietápica) de 400 estudiantes de secundaria del municipio de Torre Pacheco, procedentes de 3º y 4º de ESO y primero de bachillerato.

#### Instrumentos

Se confeccionó un cuestionario específico, sobre hábitos sexuales y métodos anticonceptivos, que se administró en fase de prueba a una submuestra de 30 sujetos, a fin de depurar los diferentes ítems. El cuestionario definitivo se administró a la muestra seleccionada.

#### Sujetos

De la muestra seleccionada hubo que descartar 5 cuestionarios, por lo que el estudio se basa en las respuestas de 395 sujetos, 175 chicos (44,3%) y 220 chicas (55,7%). La edad promedio de la muestra fue de 15,8 años (d.t.= 1,5). El 75% de los jóvenes eran de nacionalidad española, el 10,6% marroquí, el 6% ecuatoriana y el 8,2% restante de diversas nacionalidades.

#### Procedimiento

Con la colaboración de los Gabinetes de Orientación de los distintos centros se acordó la administración del cuestionario, que fue aplicado por personal especializado ajeno al centro. Una vez cumplimentados los cuestionarios, los sujetos recibieron una conferencia, impartida por personal médico del Centro de Salud, sobre métodos anticonceptivos y prevención de enfermedades de transmisión sexual, así como información del centro de planificación familiar del municipio de Torre Pacheco.

El tratamiento estadístico de los datos se realizó con el programa SPSS (v. 15).

### Resultados

El 33,7% de los encuestados (39,4% chicos, 29,1% chicas) manifestó haber tenido relaciones sexuales alguna vez (el 27,3% en el último año y el 20% en los últimos 3 meses). Este porcentaje es mayor en adolescentes ecuatorianos (superior al 45%) e inferior (19%) en marroquíes.

De entre los adolescentes que han mantenido alguna relación sexual, cabe destacar:

- La edad promedio de la primera relación se sitúa en los 14,8 años (14,7 chicos; 15 chicas).
- Una falta de planificación de la primera relación: sólo el 15,8% manifestó haberlo decidido días antes.
- En un relevante porcentaje (21,8%), no se utilizó medio anticonceptivo alguno en la primera relación.
- La ausencia de métodos anticonceptivos es significativamente superior en población inmigrante.
- El 35% de estos adolescentes manifiestan haber tenido alguna relación sin protección.
- Casi el 35% admite haber consumido alguna vez drogas o alcohol antes de una relación.
- Y el 18% han requerido (o sus parejas) la píldora del día después, si bien la mayoría son de nacionalidad española.

Todo ello a pesar de que casi el 85% de los adolescentes manifiestan que el preservativo es útil para la prevención de los embarazos no deseados y de enfermedades de transmisión sexual.

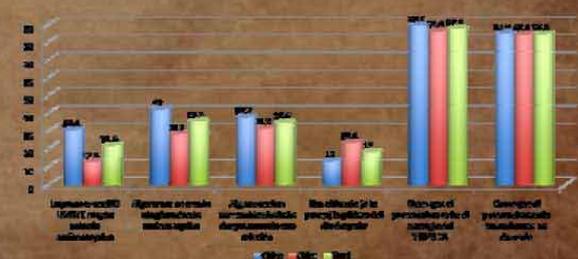
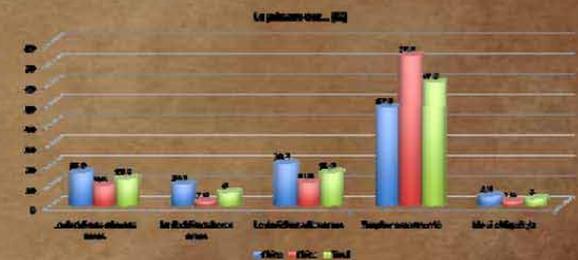
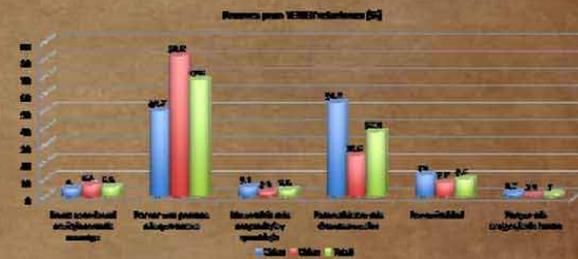
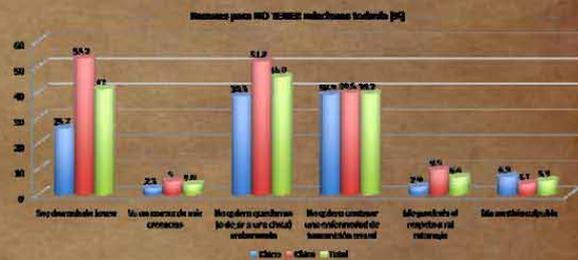
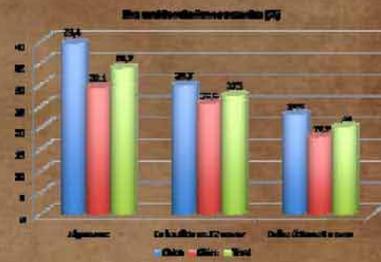
Entre las razones que pueden inducir a una primera relación, las chicas aducen razones sentimentales, mientras que los chicos se decantan por la satisfacción de sus impulsos. Entre las razones que pueden inducir a no tener (todavía) una relación sexual priman la edad y los riesgos de enfermedades y embarazo.

### Conclusiones

Los datos recabados nos aportan información relevante para el desarrollo de acciones educativas de prevención, que creemos deberían desarrollarse como programas específicos de educación afectivo sexual, que:

- Deberían iniciarse, como muy tarde, en 1º de ESO.
- Deben incidir sobre la planificación de las relaciones, cuya ausencia, quizás en algunos casos motivada por la asociación con el alcohol y otras drogas, posiblemente sea uno de los motivos del no uso de métodos anticonceptivos.
- Consideren a los adolescentes de origen iberoamericano y magrebí, en particular, población diana a la que deberían dirigirse recursos informativos sobre el uso de medios anticonceptivos.
- Tendrán a crear una conciencia de que la píldora del día después no es un método anticonceptivo más, sino un recurso de emergencia.

Palabra clave: adolescentes, hábitos sexuales, encuesta





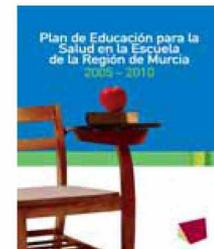
## EFFECTIVIDAD DE LAS INTERVENCIONES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DESDE LA PARTICIPACIÓN

Martínez Moreno, F. (1), Lozano Olivar, A. (1), Gutiérrez García, J.J. (1) López Alegría, C.(2), Martínez Sánchez, E.(1), Torres Chacón, MD. (2), Pagán Martínez, FA.(2),  
 (1)Consejería de Sanidad y Consumo de la Región de Murcia. Dirección General de Salud Pública. Servicio de Promoción y Educación para la Salud. Ronda de Levante, N° 11. 30008 Murcia. E-mail: edusalud@carm.es  
 (2) Consejería de Educación, Formación y Empleo de la Región de Murcia. Dirección General de Promoción educativa e Innovación.

### INTRODUCCIÓN

Para disminuir en un futuro la presión asistencial se ha de formar a los usuarios para que sepan cuidar la salud individual y la colectiva. La escuela es el escenario propicio para comenzar y para ello se precisa que todos los agentes de salud de la comunidad trabajen de manera conjunta.

El Plan de Educación para la Salud en la Escuela de la Región de Murcia contempla en su estrategia participativa la creación de Grupos de Participación Social



### OBJETIVOS

- Conocer las intervenciones y ofertas existentes en el municipio en relación con la promoción de la salud en la escuela.
- Unificar los objetivos de cada una de las instituciones que intervienen, para optimizar recursos y emitir un mensaje coherente desde todas ellas en el ámbito local.
- Planificar coordinadamente las intervenciones de educación para la salud en la escuela a nivel municipal

### METODOLOGÍA

Convocatoria de reuniones, a nivel municipal, en las que se invita a participar a los coordinadores de EpS de los centros docentes, responsables municipales y de los equipos de Atención Primaria, a AMPAS y FAPAS, a la Inspección Educativa y los asesores de los Centros de Profesores y Recursos.

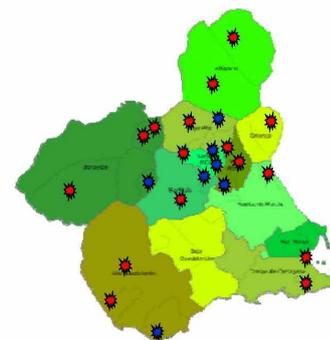
Se realiza un análisis de la situación de salud del municipio, se unifican y priorizan los objetivos y se elabora un manual de salud escolar municipal.



### RESULTADOS

Formación de 17 Grupos de Participación Social y 7 en vías de constitución.

GRUPOS DE PARTICIPACIÓN SOCIAL	
CONSTITUIDOS	EN FASE DE CONSTITUCIÓN
ABANILLA	ÁGUILAS
ABARÁN	BLANCA
BENIEL	BULLAS
CALASPARRA	LORQUÍ
CARAVACA	ARCHENA
CIEZA	YLLANUEVA DE SEGURA
JUMILLA	LAS TORRES DE COTILLAS
LA UNIÓN	
LORCA	
LOSALCAZARES	
MOLINA DE SEGUERA	
PLIEGO	
PUERTO LUMBRERAS	
RICOTE	
YECLA	



Situación de los Grupos de Participación Social por Municipios

### CONCLUSIONES

Los modelos de cooperación y alianzas facilitan la promoción de estilos de vida saludable en los ámbitos escolar, comunitario y de la Atención Primaria, consiguen la optimización de los recursos y la unificación de los mensajes y se han demostrado útiles como una estrategia para empoderar a las comunidades y mejorar la salud y la igualdad en salud.



## PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE OBESIDAD INFANTIL DE MOLINA DE SEGURA. ESTUDIO EPIDEMIOLOGICO.

Cámara Palop J, Quiles Rosillo A, Hernandez Gil M<sup>a</sup>D, Esteras Pérez P, Monso Pérez-Chirinos F., Soler Torroja M.



El Programa de Prevención de Obesidad Infantil de Molina de Segura aplicado en los Centros Educativos del municipio contempla la realización de un estudio epidemiológico que consta de dos fases. La primera fase realizada al inicio del programa, coincidiendo con la introducción de los menús escolares modificados: equilibrados y ajustados por edad y sexo, y basados en los principios de la dieta mediterránea. Esta primera fase nos permitirá conocer la situación de partida en cuanto a obesidad así como hábitos de sedentarismo y ejercicio físico de nuestros escolares.

### OBJETIVOS

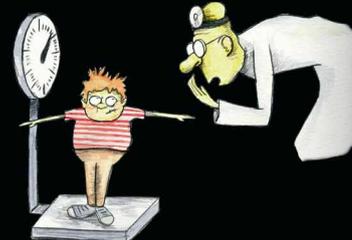
1. Conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad en escolares de 3 a 12 años de nuestro municipio.
2. Conocer los hábitos dietéticos, de sedentarismo, actividad y ejercicio físico en escolares de 5º curso de primaria.

### METODOLOGIA

Ambas fases del estudio constan de la realización de un estudio antropométrico. Durante los meses de Septiembre a Noviembre del año 2007 (curso 07/08) se realizó un control de peso y talla en 6139 niños de 3 a 12 años escolarizados en Molina de Segura. Con los datos de peso y talla se calcula el Índice de



Masa Corporal (IMC) que resulta de dividir el peso por la talla al cuadrado. Dado que el niño está en continuo crecimiento el valor de IMC debe ser comparado con patrones referenciales según edad y sexo. Con los datos obtenidos podremos conocer la prevalencia de sobrepeso y obesidad preintervención en escolares de 3 a 12 años. Para conocer los hábitos dietéticos, de sedentarismo, actividad y ejercicio físico hemos utilizado el cuestionario "Hábitos alimentarios de la Población Escolar para niños de 3º y 4º de Primaria" del programa Perseo. Este cuestionario se aplicó a escolares de 5º curso de primaria durante el mes de Abril de 2008. La segunda fase del estudio epidemiológico se llevará a cabo durante el curso escolar 2010/2011, volviéndose a realizar tanto el estudio antropométrico en escolares de 3 a 12 años como la valoración de hábitos en escolares de 5º curso de primaria, utilizando el mismo cuestionario.



### RESULTADOS

Con los datos de la primera fase del estudio se está realizando el análisis estadístico que nos permitirá conocer cual es la prevalencia de obesidad y sobrepeso en escolares de 3 a 12 años de Molina de Segura, así como conocer los hábitos alimentarios, de sedentarismo, actividad y ejercicio físico en escolares de 5º curso de Primaria.

Una vez realizada la segunda fase del estudio, conoceremos la prevalencia de obesidad y sobrepeso tras tres años de puesta en marcha del programa, lo que nos permitirá comprobar la existencia de posibles cambios y modificaciones en la misma así como en los hábitos dietéticos, de sedentarismo, actividad y ejercicio físico que se puedan haber producido en nuestros escolares.



### EVALUACIÓN

Con los resultados de ambas fases del estudio epidemiológico podremos conocer la situación en cuanto a prevalencia de obesidad, hábitos alimentarios y de ejercicio pre y postimplantación. La comparación de ambos resultados nos permitirá comprobar el impacto del programa.

### CONCLUSIONES

Dada la escasa existencia de estrategias de actuación que se hayan evidenciado eficaces para frenar el creciente avance de la obesidad infantil, consideramos necesario desarrollar y aplicar medidas de intervención que posibiliten y favorezcan la adquisición de hábitos alimentarios saludables y de reducción del sedentarismo en nuestros niños y jóvenes.

BIBLIOGRAFÍA: 1.- Ballabriga A, Carrascosa A. Obesidad en la infancia y adolescencia. Madrid, Ed. Ergon, 2006, p 667-703. 2.- Sobradillo B, et al. Curvas y tablas de crecimiento. Estudio longitudinal y transversal. Fundación Faustino Orbeagozo. Bilbao 2004. 3.- Bueno Lozano et al. Aspectos clínicos-epidemiológicos de la obesidad infantil. An Pediatr 2008 (supl 1): 45-51. 4.- Programa Perseo. Disponible en <http://www.perseo.aesan.msc.es/>

Helena Gómez Cámara



# Comunicaciones Orales





## **Comunicaciones Orales** Educación Infantil y Primaria



### Con música a la escuela

*Felipe Hernández Hernández, Dolores Izquierdo Marco, Mariano Esteban Arredondo, Andrés López Puche, María Isabel Terol Ortiz y Elia Hernández Martínez.*

*EOEP DE MOLINA DE SEGURA*

Entrar con música a la escuela, es una forma saludable de iniciar el día. Relaja a los alumnos y profesores, estableciendo un clima cordial y educativo, lejos de los significados productivos de las sirenas de las fábricas.

Los objetivos del proyecto son tres: 1º el Especialista de Música, debía hacer una planificación mensual de la misma y proporcionarles a los profesores un pequeño esquema de los autores y música, para que estos lo explicaran en clase a sus alumnos/as. 2º Hacer desaparecer las filas para entrar. Al iniciar la música, los alumnos/as van subiendo libremente a sus aulas acompañados por sus profesores/as o estos ya están en el aula. Los profesores/as especialistas o de apoyo, ocupan sitios estratégicos del recorrido hacia las aulas 3º realización de trabajos por aula en las áreas de Lengua, Plástica y/o Música sobre la música escuchada durante el mes. Estos trabajos se expondrán en los pasillos durante un mes para ambientar culturalmente el centro.

La metodología ha tenido varias etapas: La etapa inicial consistió en convencer a los Claustros de profesores de cuatro CEIP, de la bondad del mismo, a lo que se añadía el inconveniente de las infraestructuras, para que la música se oyera en todo el centro y su automatización de inicio y paro en los distintos momentos de su uso (entrada, recreos y salida). La segunda etapa se está llevando a cabo con los alumnos /as para asimilar la idea y verla positiva para mejorar su entorno. La tercera etapa ha sido retomar con tutores y alumnado la idea para que no decayera en el tiempo

Los resultados del Proyecto "Entrar con Música", está teniendo un largo recorrido. Desde hace cinco años que se inició todos los colegios mantienen el sistema de entrada pero con diferente grado de implicación.

La evaluación es positiva, por el clima creado en los centros en momentos que antes solía ser de tensión y ruido. Ha mejorado, pero queda mucho por recorrer.

Concluimos que vale la pena seguir, pero implicando más a todas las partes y motivando a cada colectivo para que vea en la medida una ayuda para facilitar el clima de aprendizajes escolares.



### Escuela de salud en CEIP Los Álamos

*Manuela Sevilla Moreno, Virtudes Sánchez y Pedro Maset Campos.*

*CEIP LOS ÁLAMOS, MURCIA*

#### Objetivos

- 1º) Mejorar las conductas de salud
- 2º) Colaboración entre profesorado, alumnado, padres-madres, profesionales de la medicina y Facultad de Medicina.

#### Metodología

Se decide en octubre del 2008 trabajar en: Salud bucodental para escolares de 3 a 7 años, (110) y en Alimentación sana los de 8 a 12 años (100), con 4 fases:

- 1ª) evaluación de hábitos, actitudes y conocimientos con encuesta pasada por alumnos de medicina;
- 2ª) impartición de la unidad didáctica de dos semanas, colaborando el alumnado de medicina;
- 3ª) repetición de la evaluación para comprobar avances, y
- 4ª) exposición del Informe final a profesores, padres y madres.

#### Unidad Didáctica de Educación para la Salud (EpS)

Del 11 al 21 de noviembre todo el profesorado trabajó los temas de salud, colaborando el alumnado de Medicina (30).

La salud bucodental con los objetivos: conocimiento de las diferentes partes de la boca, adoptar hábitos básicos y regulares de higiene bucodental, causa y repercusiones de la caries y promover la visita al dentista. Las actividades fueron cuentos, poemas, canciones, dibujos, observación de nuestros dientes con un espejo y una clase práctica de cepillado.

La alimentación desde diversas perspectivas:

- a) problemas y operaciones en Matemáticas sobre alimentos (precios, calorías, etc.);
- b) Lengua con poemas, textos, adivinanzas, trabalenguas, noticias o recetas de cocina;



- c) interculturalidad, por convivir alumnado de once nacionalidades;
- d) Conocimiento del Medio estudió la relación entre alimentación y salud;
- e) Educación Física señaló su importancia;
- f) en Inglés y Francés el vocabulario de los alimentos;
- g) en Educación en valores se trabajó el desigual reparto de alimentos en el mundo globalizado. El día 21 de noviembre las madres ofrecieron un “Almuerzo saludable”, y se dio un espectáculo con poesías, canciones y una obra de teatro, “Una gota de vida”.

### Conclusiones

- 1ª) Aumentó la conciencia sobre la relación entre salud individual y colectiva y los hábitos higiénicos.
- 2ª) Mejoraron los hábitos higiénicos en salud bucodental, cepillado tras cada ingesta y conocimiento de la caries.
- 3ª) En higiene de la alimentación buenos resultados, pero más modestos precisando implicar a los familiares.
- 4ª) Buena colaboración entre las cuatro instituciones, escolar, sanitaria, universitaria y administrativa.



### Programa de prevención de obesidad: escuela promotora de salud

*Rosa Pérez Tomás, M<sup>a</sup> Dolores Hernández Gil, Ana Quiles Rosillo, Patricia Esteras Pérez, Juan Antonio Carmona Valera y Juan Francisco Menárguez Puche.*

*CENTRO DE SALUD ANTONIO GARCÍA GARCÍA, MOLINA DE SEGURA*

El medio escolar proporciona una extraordinaria oportunidad para favorecer la adquisición de estilos de vida saludables.

Según datos del Ministerio de Educación y Ciencia durante el curso 06/07 el 20% de la población escolarizada comía en su centro. Hay evidencia de que las intervenciones que incorporan modificaciones en la composición de los menús ofertados en el colegio son efectivas para fomentar hábitos saludables entre los escolares.

La obesidad infantil constituye un problema de salud presente y futuro. Presente por su alta y creciente prevalencia en niños, y futuro porque la obesidad adquirida en la infancia tiende a permanecer en la vida adulta.

Por todo ello en nuestro municipio y a instancias de la Concejalía de Sanidad se forma un grupo de trabajo multidisciplinar, que elabora un programa de prevención de obesidad infantil y juvenil cuya primera medida de actuación sería realizar una valoración de los menús y según los resultados decidir actuaciones.

#### Objetivos

- Ofrecer en los comedores escolares unos menús saludables
- Sensibilizar a los niños de la importancia, tanto de una dieta saludable como del incremento de la actividad y ejercicio físico.
- Favorecer y posibilitar el ejercicio físico, reduciendo el sedentarismo en nuestros escolares.
- Frenar y disminuir el avance de la obesidad infantil en nuestra comunidad.

#### Metodología

Durante el curso 06/07 se realiza una valoración de los menús ofertados en los colegios, comprobándose que resultaban desequilibrados. Se decide elaborar unos menús nuevos basados en la dieta mediterránea: ensalada, guiso tradicional, pan y fruta.



Se celebran reuniones con los directores de los centros escolares con y sin comedor, ofreciéndoles la posibilidad de adhesión (voluntaria) a los nuevos menús. A los centros sin comedor se les invita a participar en el resto de actividades del programa.

Los menús son presentados en los Consejos Escolares para su aprobación.

Se celebran reuniones con los padres en cada colegio para explicarles el porqué de los nuevos menús.

Se inicia el comedor escolar (curso 07/08) con los nuevos menús.

Para reducir el sedentarismo e incrementar la actividad y el ejercicio físico se diseñarán estrategias que lo faciliten y posibiliten. Esta actividad se encuentra en proceso de elaboración.

En la actualidad en casi todos los comedores escolares del municipio se consume fruta y verdura a diario, siendo en general bien aceptado.



### Por una escuela saludable

*García Molina, R.M., Martínez Soler, J.J. y Alcolea Sánchez, P.A.*

*CEIP JUAN XXIII, ABARÁN*

#### Introducción-Objetivos

El proyecto de Educación para la Salud "Por una escuela saludable" se puso en marcha en el curso 2006/2007 y va dirigido a toda la comunidad escolar, está plenamente asumido por el claustro e integrado en la documentación oficial.

"Por una escuela saludable" se basa en cuatro ámbitos de salud ("Alimentación y nutrición", "Higiene y cuidados personales", "Promoción de la seguridad y prevención de accidentes"; y "Educación para el consumo y respeto medioambiental).

Los objetivos generales de este año escolar son:

- Educar a los alumnos en la necesidad de adquirir buenos hábitos alimenticios.
- Motivar el consumo de alimentos beneficios para la salud.
- Promover el cuidado del cuerpo mediante el deporte
- Promover la información y la formación del alumnado en valores esenciales para la convivencia y las relaciones interpersonales.
- Informar y formar a las familias sobre aspectos relacionados con la salud en la infancia.
- Fomentar los conocimientos sobre cómo actuar en situaciones de riesgo en el centro escolar o en lugares de su entorno.
- Dotar al alumnado de las herramientas necesarias para exigir su integridad física y mental tanto en el consumo de alimentos como a la hora de navegar por internet.
- Concienciar al alumnado de sobre la relevancia del Medio Ambiente y su conservación para el ser humano.
- Dar a conocer de manera práctica la problemática medioambiental de la escasez de agua.



### **Metodología**

En este proyecto de Educación para la Salud se ha procurado una metodología activa basada en principios metodológicos recogidos en nuestro actual decreto de currículum. Se ha llevado a cabo mediante actividades en clase, talleres, exposiciones, salidas, aprovechando los recursos y espacios que brinda nuestro centro e Instituciones.

### **Resultados**

Los resultados preliminares en el ámbito de la "Alimentación y nutrición" muestran un aumento del consumo de alimentos saludables en casa, y la disminución significativa en el uso de bollería industrial del almuerzo escolar (sólo un 5 % de nuestro alumnado),

En "Educación para el consumo y respeto medioambiental", la consecución de los objetivos se ha logrado en el 100 % de nuestro alumnado.

En "Higiene y cuidados personales" y "Promoción de la seguridad y prevención de accidentes" continúa el proceso de análisis de datos que concluirá el curso que viene.

### **Evaluación**

La Educación para la Salud está inmersa en el currículum del centro, y como parte de tal, no se hace una evaluación de un hecho específico, de forma aislada, sino de forma global y es reflejada en la memoria del centro. Nuestro proyecto es entendido como un continuo de cuatro años con una evaluación al final del cuarto curso, que coincide con el curso 2009/2010.

### **Conclusión**

Nuestro proyecto de salud busca el compromiso personal y social mediante el conocimiento que nos lleva a la comprensión, que nos conduce a la valoración y termina por pedir la conservación de nuestro propio ser y de todo aquello que nos rodea.



### Intervención de promoción de la salud en la escuela con cuentos cantados del cuerpo humano

*Cánovas Inglés, Alicia Roig Fernández, Rafael Luquin Martínez, Alfonso Piñana López, M<sup>a</sup> Carmen Font Escoda y Ana Belén Salguero Merino.*

*CENTRO SALUD VIRGEN DE LA CARIDAD, CARTAGENA*

#### Introducción

Es conocido la eficacia del canto, como vehículo transmisor de mensajes y sus efectos sobre el conocimiento y actitudes. Además, la voz como instrumento del cuento, motiva e implica emocionalmente a los pequeños. También, propicia un aprendizaje fácil de los mensajes y promueve la participación activa. En definitiva, el canto es un instrumento para el aprendizaje.

#### Objetivos

Utilizar cuentos cantados como herramienta para acercar a los niños al conocimiento integral del cuerpo humano.

#### Metodología

Estudio intervencionista y prospectivo. Ámbito: 3 Colegios Públicos del Área de Salud de Cartagena en los que un Centro de Salud de Cartagena contactó con las Asociaciones de Padres y los profesores (coordinador). Periodo de estudio desde Septiembre de 2007 a Mayo 2008. Variables: Emotividad, atención, aprendizaje, acercamiento y quietud. “La Función” consta de 4 actos e incluye espectáculo musical y canciones, con apoyos de recortables coloreados con acuarela. A través de las canciones –dentro de un relato fantástico- un dragón se transforma en un niño, gracias a la ayuda de los frutos del huerto mágico. Cada órgano del cuerpo humano tiene una canción propia y cantando se enseña la forma, funciones y semejanzas con el cuerpo humano. Al final, evaluamos a los niños con una prueba adaptada a la edad y a los contenidos enseñados (3 Tests de Conocimientos: Unir con Flechas, Sopa de Letras y Ordena Palabras). Análisis Estadístico: Chi cuadrado y distribución de frecuencias por grupos etarios y n° de fallos. Test de Anova (promedio de fallos por grupo etarios).

#### Resultados

Se estudiaron n=94 (49 niñas y 45 niños), entre 7-11 años. No se encontraron diferencias en ningún test entre los niños en el número de fallos analizados. Diferencias significativas de los distintos grupos etarios en los tests: unir con flechas ( $p<0,05$ ); sopa de letras ( $p<0,01$ ) y ordena palabras ( $p<0,05$ ). La mayoría de



los niños (>90%) han reconocido el órgano-fruto-color-función con un posttest de interrelación.

### **Conclusión**

Los niños se emocionan cantando las canciones del cuerpo humano y aprenden las funciones de los órganos vitales. La canción como actividad extraescolar, paralela a la actividad docente, estimula el conocimiento de los niños. El entender la salud y la enfermedad forma parte del futuro de los niños como seres humanos.



### Ahora almorzamos sano

*Isabel M<sup>a</sup> Bárcenas Díaz.*

*CEIP JOSÉ ESCUDERO, VALLADOLISES*

#### **Introducción**

Valoramos el poner en marcha el Programa de Educación para la Salud en el Centro, con la confianza de mejorar hábitos saludables en nuestros alumnos/as.

Detectamos un almuerzo nada saludable y nos proponemos cambiarlo como medida más inmediata, a largo plazo nos proponemos como gran objetivo:

- Concienciar a los alumnos/as de la importancia de una buena alimentación.

#### **Metodología**

Proponemos actividades motivadoras y significativas para los alumnos/as.

Se realizan unos cuestionarios para averiguar hábitos alimenticios y observaremos su almuerzo.

#### **Actividades:**

Trabajo en las aulas a través de las unidades didácticas o como tema transversal: educación para la salud en cada nivel, con sus tutores correspondientes.

A nivel de centro: el consumo de fruta los jueves, que a partir de ahora será el día de la fruta.

Taller a nivel de centro de dulces navideños elaborados por los alumnos/as, rollos de naranja, cordiales, suspiros, mantecados, pastelillos de cabello de ángel...

Charla a nivel de centro con un power point por parte de la Coordinadora de Salud, sobre hábitos alimenticios, aporte de los alimentos, distribución de materiales.

Realización de talleres de alimentación, aprenden poesías, canciones, realizan actividades muy motivadoras impartidas por una monitora.

#### **Resultados**

En la etapa de Infantil el consumo de fruta ha aumentado, casi todos los alumnos/as traen fruta el día establecido e incluso otros días.

En primaria no se ha conseguido tan buen resultado, en cuanto a la fruta, pero en general los almuerzos han mejorado y son más saludables.



En cuanto a los talleres realizados, charlas y trabajo en las distintas unidades y ciclos los alumnos han participado de forma óptima, aprendiendo a realizar recetas sencillas y el gusto por una buena alimentación y su importancia en la salud.

### **Conclusión**

Hemos logrado avanzar en aspectos saludables en alimentación, nos proponemos seguir trabajando en ellos intentando conseguir una mayor implicación y concienciación por parte de las familias.

Después de trabajar el programa de Educación para la Salud, hemos hecho una comparativa con los datos recogidos entre los hábitos alimenticios a la semana de 3º Ciclo de Primaria e Infantil 5 años, en el consumo de carne, pescado, fruta, huevos y verdura. Observando una diferencia abismal entre un nivel y otro. En la etapa de Infantil, tienen en general un mayor consumo de estos alimentos, de lo que se deduce también una mayor implicación de las familias.



# **Comunicaciones Orales**

## Educación Secundaria Obligatoria



### Taller de dieta mediterránea en desayunos saludables

*García Zamora, P., Cifo González, F., González Toval, A., Navarro Esteban, C.M., Ortuño Rosique, M. y Sarrías Rodríguez, J.A.*

*IES RECTOR D. FRANCISCO SABATER, CABEZO DE TORRES*

#### Introducción

La infancia es un período crucial para actuar sobre la conducta en alimentación. Si un niño no desayuna de forma adecuada no puede rendir en la escuela.

#### Objetivos

1. Recuperación de la dieta tradicional.
2. Conocer la dieta mediterránea.
3. Desarrollar trabajo en equipo, imaginación, creatividad, limpieza, higiene e igualdad.

#### Metodología

- 1º Charla audio-visual.
- 2º Formación de equipos (110 alumnos de 1ºESO), preparación de recetas y una encuesta.

#### Resultados

Se realizaron grupos de 5-6 alumnos. Se hicieron fotografías de control para comparar los resultados y, aunque algunos eran deficitarios, la mayoría se ajustaban bien a los consejos dados. Con la encuesta se obtuvieron datos muy interesantes: aunque el 85% de los alumnos confirmaron que desayunan siempre y sabían lo que es una dieta equilibrada (96%), sólo el 42% realizan desayunos abundantes y variados, ya que el resto (58%) toman sólo leche o, como mucho, acompañada de galletas o cereales. El 60% de los alumnos desayunan solos. Después de la actividad, apareció un cambio interesante en la opinión de los alumnos: un 54% de los mismos confirmaron que su desayuno habitual NO era saludable. Al 36% les gustó mucho la actividad por la variedad de alimentos, al 31% por lo sana, al 24% por los sabores y al 10% por la presentación. A la pregunta de por qué no les había gustado, el 42% por la cantidad, el 16% por los sabores y el resto (42%) por otros factores.



### Evaluación

- Grado de consecución de los objetivos: el 1º objetivo es difícil conseguir porque las costumbres son difíciles de cambiar y, además, la publicidad suele confundir. Los otros objetivos se han conseguido con resultados muy aceptables.
- Divulgación de los resultados: en esta Jornada y a los alumnos implicados.
- Control de la mejora de la dieta: se planteará hacer un trabajo sobre la temática expuesta y otra encuesta para ver si han cambiado sus costumbres.

### Conclusiones

1. Las buenas costumbres de nutrición y hábitos saludables deben mantenerse a lo largo de toda la vida.
2. Es necesario fomentar el desayuno adecuado, ya que es una ingesta necesaria para cubrir muchos requerimientos nutricionales y se ha observado que existe relación entre falta de desayuno y obesidad.
3. Es imprescindible que alimentarse sea una actividad placentera y social.
4. Las familias juegan un papel muy importante en la formación de las conductas relacionadas con la salud.
5. Es importante el control de la publicidad e involucrar a los alumnos en la compra, cocina, etc.



### Diez preguntas sobre el sida

*M<sup>a</sup> José Cerezuela Fernández y Salvador Martínez Pérez.*

*IES POLITÉCNICO, CARTAGENA*

#### Introducción y objetivos

De entre las actividades de Educación para la Salud programadas para el curso 08/09 presentamos las realizadas con motivo de la prevención del S.I.D.A.

Pretendíamos:

- Valorar el nivel de información del alumnado sobre la enfermedad.
- Realizar actividades en distintos marcos (tutorías, asignaturas, centro...etc.) encaminadas no sólo a informar sino, también, fomentar actitudes de responsabilidad y solidaridad.
- Evaluar los resultados así como conocer si nuestros alumnos identifican correctamente los métodos para prevenir la transmisión del SIDA.

#### Metodología

El trabajo se realizó en varias fases:

1. Planificación: La Comisión de Salud organiza las actividades a realizar.
2. Actividades: Realizadas en las tutorías y en las distintas asignaturas; concurso de logotipos y elaboración de videos.
3. Conmemoración del día internacional de la lucha contra el SIDA mediante la presentación de los vídeos a los alumnos: Éstos trataban la enfermedad de manera distinta. Uno era una dramatización en la que se representaba el papel de cada uno de los intervinientes en la enfermedad y los otros dos utilizaban el esquema, pregunta-respuestas informales-información correcta.
4. Encuesta de evaluación de los resultados.

#### Resultados

De la encuesta final se desprenden los siguientes resultados:

- Aunque el 50% de los alumnos creen contar con información suficiente, entre los distintos niveles educativos, es en la ESO donde manifiestan tener más dudas.



- Son muy pocos (3%) los que dicen desconocer los mecanismos de transmisión de la enfermedad pero únicamente un 40% parece tener la información completa. A pesar de ello, están mejor informados sobre cómo evitar el contagio (aprox. 66%).
- Mejores son los resultados en lo referente a la posible curación o no (el 72% sabe que actualmente no existe cura) y en las actitudes manifiestas (el 64% no da muestras de rechazo o discriminación) ante los enfermos.

### **Evaluación**

Una valoración cualitativa de lo realizado nos hace pensar que se ha mejorado tanto en el conocimiento que tienen los alumnos sobre los mecanismos de transmisión de la enfermedad como en las formas de evitar el contagio y las actitudes manifiestas hacia los enfermos.

### **Conclusión**

El resultado de la experiencia de este curso nos plantea dos líneas de trabajo:

- Seguir profundizando y diversificando las actividades a realizar.
- Diseñar instrumentos que nos permitan realizar una evaluación y comparación cuantitativa.



### ¿Podría mejorar el incremento de horas de educación física la salud pública? Estudio Edufit (Educando hacia el fitness)

*Navarro Ardoy D., Fernández Rodríguez J.M., Chillón Garzón P., Guirado Escámez C. y Ortega Porcel F.B.*

*IES INGENIERO DE LA CIERVA, PATIÑO*

#### **Introducción**

La ocupación del tiempo libre y de ocio con actividades sedentarias en la sociedad actual está haciendo que la Educación física (EF) sea la única práctica físico-deportiva continua, controlada, moderada e intensa que la mayoría de adolescentes realizan durante la semana. La condición física (CF) ha sido considerada recientemente como un potente marcador del estado de salud de un adolescente. Numerosos estudios ponen de manifiesto que la práctica de actividad física (AF) con cierto volumen e intensidad, provoca mejoras en el nivel de CF y parámetros relacionados con la salud. La pregunta científica surge cuando nos planteamos qué ocurriría si esta AF fuese realizada en las sesiones de EF, incrementando el volumen e intensidad de las mismas, llegando con ello al 100% de los adolescentes y no sólo a aquellos que practican AF extraescolar.

#### **Objetivo**

Determinar los efectos de un programa de intervención de EF centrado en el incremento del volumen (número sesiones EF) e intensidad, sobre diferentes parámetros de salud, incluidos la CF.

#### **Metodología**

Se realizó una valoración de diferentes parámetros de salud antes y después del programa: CF, presión sanguínea, perfil lipídico, entre otros. Se trata de un ensayo controlado de grupos naturales distribuidos aleatoriamente a grupo control (GC); grupo experimental 1 (GE1), en el que se incrementó el volumen de sesiones de EF/semana a cuatro; y grupo experimental (GE2), en el que además de ese incremento del volumen, también se incrementó la intensidad, modificando la metodología.

#### **Resultados**

Duplicar el número de sesiones de EF da lugar a mejoras sustanciales en todos los componentes de la CF, como primeros resultados derivados de este estudio, llegando a mejorar la capacidad cardio-respiratoria un 38% y 50% en GE1 y GE2, respectivamente, por tan sólo un 5% del GC.



Evaluación. Se realizó análisis de valores relativos (postest–pretest/100). Después se analizó por dos factores (grupo x tiempo) mediante ANOVA, ajustando por género (SPSS 16.0).

### **Conclusión**

Aumentar la “dosis” de sesiones de EF podría servir como estrategia para reducir el factor de riesgo cardiovascular, aumentar la densidad mineral ósea y reducir los dolores de espalda, entre otros, asociados al nivel de CF. Los centros educativos son un privilegiado campo de intervención, donde la totalidad de los adolescentes pueden ser intervenidos y están dotados del personal más cualificado para valorar y guiar el desarrollo de la CF en los adolescentes.



### Una aproximación a la problemática de la violencia de género

*Lopesino Vega, C., Gil Bohorquez, M<sup>a</sup> A., Cano Saorín, J.B., Valenciano Palacios, R., Ortuño Rosique, J. M. y Ruiz Martínez, M<sup>a</sup> P.*

*IES RECTOR D. FRANCISCO SABATER GARCÍA, CABEZO DE TORRES*

#### Introducción y objetivos

La salud mental y social forman parte del concepto moderno de salud. Partiendo de esta idea, creímos oportuno desarrollar valores y actitudes positivas que prevengan de la denominada “Violencia de género”.

El proyecto de trabajo fue dirigido a todos los alumnos de nuestro centro educativo.

Con este fin, nos planteamos una serie de objetivos:

1. Identificar los tipos y situaciones de la violencia de género.
2. Descubrir cómo se ejerce.
3. Conocer las repercusiones sociales y las barreras que dificultan la percepción del problema.
4. Desarrollar la capacidad de crítica constructiva de nuestros alumnos.
5. Llevar a cabo una campaña de difusión, concienciación y prevención.

#### Metodología

Para conseguir dichos objetivos empleamos una metodología en la que los alumnos fueron una parte muy activa. Para ello, propusimos el siguiente esquema de trabajo:

- Se contó con la participación de todos los tutores de grupos.
- Los profesores tutores se responsabilizaron de un grupo de alumnos a los que dirigieron y supervisaron el trabajo encargado.
- Las tareas se llevaron a cabo, prioritariamente, en las horas de tutoría y se mantuvieron en el tiempo durante un mes.
- Durante una semana, se procedió a la exposición de los trabajos elaborados y otras actividades.



### Resultados

Se han llevado a cabo muy diversas tareas plasmándose en los siguientes resultados:

- La participación de los alumnos del centro ha sido plena ya que todos los grupos de todos los niveles han participado en las mismas.
- La participación de los profesores fue ejemplar ya que no solamente se han implicado los tutores sino que también lo han hecho la mayoría de los docentes, así como el personal de administración y servicios.
- Los trabajos elaborados han sido expuestos en lugares visibles para que todo el mundo pudiera tener acceso a ellos.
- Conseguimos realizar el 80% de todas las actividades propuestas.

### Evaluación

Se evaluaron los diferentes aspectos:

- Coordinación de los grupos de trabajo.
- Participación de la comunidad educativa.
- Elaboración de trabajos.
- Exposición de los trabajos.

### Conclusión

Creemos que para enseñar y conseguir cambios de actitudes y valores positivos hay que trabajarlos de manera estructurada en las aulas y ser mantenidos en el tiempo ya que dichos cambios son los más difíciles de conseguir. Creemos que hemos conseguido alcanzar los objetivos propuestos.



### Peso excesivo de las mochilas en los escolares del IES Rector D. Francisco Sabater García

*Caballero García J.C., Marín De Oliveira L.M., Moreno Sánchez J.M., Morales López A., Mora Góngora P. y González Toval A.*

*IES RECTOR D. FRANCISCO SABATER GARCÍA, CABEZO DE TORRES*

#### **Introducción y objetivos**

El presente trabajo comprende dos fases. Primera: revisión actual de la situación del centro educativo (se comprobará el peso de la mochila, peso corporal, tipo de transporte de material, aparición de dolores de espalda, etc.) En una segunda fase se pondrán en marcha los mecanismos que puedan solucionar o por lo menos reducir los problemas que acarrea el peso excesivo de las mochilas en los escolares.

Los objetivos son los siguientes:

- Diagnosticar la situación actual del centro en la relación entre el peso de las mochilas y el dolor de espalda.
- Ofrecer un protocolo que posibilite el inicio del tratamiento educativo del cuidado de la espalda.
- Proponer medidas que permitan optimizar el peso que transportan los alumnos.
- Elaborar una guía de recomendaciones para el alumno para combatir los problemas de espalda ocasionados.

#### **Metodología**

La investigación tiene un estudio a través de un cuestionario relacionado con diferentes datos sobre el alumno, el peso de la mochila, incidencia del dolor de espalda, etc. Se tratará de contrastar las diferentes teorías existentes sobre la relación entre los dolores de espalda durante la adolescencia con el transporte de un peso excesivo, adecuando el estudio a nuestro contexto escolar concreto. Para ello se establecerán diferentes grupos de trabajo, incidiendo sobre todo en los dos primeros cursos de la E.S.O.

#### **Resultados**

La media del “Peso Corporal” es: 57.41 kg. El peso medio de la mochila es de 5.810 kg. El % de peso corporal media que representa el transporte de material escolar es



de un 10.6% lo que nos lleva en algunos a encontrar casos en el que el peso de la mochila llega incluso a ser el 19.82% del peso.

El material transportado medio es de 5.14 libros y 4.36 libretas.

El tipo de transporte más utilizado es de la mochila colgada por los dos tirantes seguido por la mochila colgada por un tirante y el carrito.

### **Evaluación**

- Correcta ejecución de las distintas fases del proyecto.
- Comprobar la reducción del peso de transporte por parte de los alumnos.
- Realización de un protocolo de actuación temprana por parte del docente.
- Establecimiento de unas pautas recomendables para los alumnos.

### **Conclusión**

El 72.8% de los alumnos asegura padecer con regularidad dolores de espalda, el 27.2% asegura no haber sufrido nunca dolores de espalda.

Un 61.7% opina que el peso que lleva diariamente en su espalda es excesivo, un 34.6% que le parece normal y un 3.7% poco peso.



### Educación y salud en el IES Ingeniero de la Cierva. Evaluación de la situación actual y propuestas didácticas

*Navarro Ardoy, D. y Velázquez Barnés, M.A.*

*IES INGENIERO DE LA CIERVA, PATIÑO*

#### **Introducción y objetivos**

La experiencia que aquí se presenta es el trabajo llevado a cabo por un grupo de profesores pertenecientes a un seminario de educación para la salud, desarrollado durante el presente curso escolar (2008-2009), y que tiene como principal objetivo promocionar y fomentar estilos de vida saludables entre toda la comunidad educativa mediante una gran variedad de actividades de enseñanza-aprendizaje, complementarias y extraescolares diseñadas y llevadas a cabo por el equipo de profesores participantes, desde los diferentes departamentos didácticos involucrados.

#### **Metodología**

Las actividades en su mayoría están destinadas al alumnado, sin embargo también se han propuesto algunas destinadas a padres y profesores, como conferencias, talleres de risoterapia, relajación y diferentes charlas sobre alimentación, factor de riesgo cardiovascular e higiene postural, entre otras. Hemos evaluado, comparado y analizado la situación actual de nuestros adolescentes en lo que se refiere a estilos de vida, hábitos, composición corporal y nivel de condición física, mediante cuestionario autoadministrado, antropometría y test específicos, respectivamente (3º y 4º ESO). Esta evaluación se ha desarrollado en colaboración con el grupo del Proyecto Comenius también de nuestro centro y otros dos asociados, uno chipriota y otro alemán.

#### **Resultados**

Tras análisis de los resultados, comprobamos la escasa práctica de actividad físico-deportiva que nuestros discentes realizan en horario extraescolar, (66% no practica actividad física lo suficiente) y el bajo nivel de condición física que presentan comparado con los niveles saludables de referencia del estudio nacional AVENA (Análisis y Valoración del Estado Nutricional de los Adolescentes). Como producto final de este trabajo, hemos elaborado una página web en la que se recoge todo el material y propuestas didácticas confeccionadas por los participantes, enlaces, material didáctico y actividades distribuidas por departamentos, tales como el día del desayuno saludable, internet healthy & sain, degustación de crepés saludables, pasapalabra y salud, concursos de póster, videos, cortometrajes y coreografías relacionadas con la salud, entre otras.



### Conclusión y propuestas

El próximo curso escolar, se volverán a evaluar los mismos parámetros estimados durante el presente curso para comprobar la evolución de los hábitos y estilos de vida de nuestros escolares, y al mismo tiempo, evaluar el efecto que este programa de actividades está teniendo.



### Tele patio

*María José Moreno Nicolás y Eusebio Martínez Díaz.*

*CONCEJALÍA DE SANIDAD. AYUNTAMIENTO DE TORRE PACHECO*

#### **Introducción**

En el contexto de los alumnos de ESO, la ocupación del ocio saludable es un aspecto fundamental en la prevención de las drogodependencias, tal y como recoge el objetivo 1.10 del Plan Regional sobre Drogas.

En el marco de las actividades extraescolares, la propuesta de actividades basadas en medios audiovisuales ha mostrado el interés de los destinatarios. Por tal motivo se ha desarrollado la actividad denominada “tele patio” con el siguiente objetivo general:

Contribuir a la educación en valores, promoción de la salud y a la prevención de las drogodependencias en estudiantes de ESO del “IES Luis Manzanares” de Torre Pacheco.

#### **Metodología**

La actividad se lleva a cabo en talleres de 10 horas, destinados a alumnos de ESO, a desarrollar en las instalaciones del propio centro en horario extraescolar. En reuniones previas con el profesorado, se establece el criterio de selección de los asistentes, pudiendo ser a propuesta del profesorado o voluntario. Formados los grupos, el taller se desarrolla durante el tiempo indicado, que debe ser suficiente para elaborar un video completo (cortometraje, spot, etc.). Se propone al profesorado la posibilidad de impartir los talleres, con formación previa, o que sea desarrollado por monitores externos previamente formados.

La actividad del grupo pasa por la toma de contacto con temas de salud, educación en valores,..., la familiarización con los materiales audiovisuales, la propuesta de un guión, ensayos previos, grabación, formación en edición de vídeo digital y confección del vídeo definitivo.

#### **Resultados**

Diversos grupos se han formado con carácter voluntario y han desarrollado la actividad según el protocolo establecido.

#### **Evaluación**

La actividad ha sido valorada positivamente por parte de los asistentes.



### Otra alimentación es posible

*Nadia Abou-hamd Ramos, Antonia Rodríguez Lozano, M<sup>a</sup> Jesús Andujar García-Vaso, Cristóbal García Mendoza, Jesús Baldomero Jiménez Molina y María Peñalver Cortés.*

*IES DR. PEDRO GUILLÉN, ARCHENA*

#### **Introducción**

Teniendo en cuenta que la mayoría de los alumnos que vienen al centro no desayunan correctamente (únicamente un vaso de leche o nada) y que observamos que consumen una gran cantidad de bollería y chucherías en la cantina del centro, decidimos colaborar para solucionar este problema.

#### **Objetivos**

1. Concienciar a toda la comunidad educativa.
2. Procurar la disminución del consumo de alimentos poco saludables.
3. Colaborar estrechamente con otras instituciones.
4. Incluir nuestras preocupaciones en los documentos oficiales del centro.
5. Conseguir la continuidad del proyecto en la vida del centro.

#### **Metodología**

En octubre el grupo de trabajo que quería desarrollar el proyecto nos constituimos como seminario, recibimos formación y decidimos centrarnos en los objetivos mencionados. A partir de los datos obtenidos durante el curso anterior sobre los malos hábitos alimenticios de los alumnos y centrándonos en el primer ciclo de la ESO, hemos desarrollado una semana de la salud con el fin de difundir los objetivos del plan de salud. Para ello se han implicado tutores y alumnos del primer ciclo, profesores y personal de la cantina.

#### **Conclusión**

Estamos contentos con el trabajo realizado pero sabemos que es una mínima aportación. Pues este proyecto debe durar en el tiempo y contar con la colaboración de todos, especialmente de los padres.

#### **Evaluación**

Los alumnos han valorado positivamente el concurso de carteles (los ganadores recibieron un desayuno saludable en la cantina) y el taller de nutrición. Los stands



de fruta tuvieron un éxito rotundo. Por el contrario, han resultado infructuosos los esfuerzos realizados para reducir el consumo de alimentos poco saludables en el centro. Mientras que no se haga realidad el decreto que prohíba su venta en los centros educativos poco se puede hacer, máxime cuando nosotros tenemos además un kiosko que también vende y que está pegado a nuestra valla. Por tanto, debemos centrarnos en objetivos más realistas.

### **Resultados**

Ha habido una buena aceptación por parte de todos los miembros de la comunidad educativa de las actividades realizadas y en los recreos se observa que los alumnos comen más bocadillos y fruta y menos bollería industrial.

# Conclusiones





### **PARTICIPACIÓN:**

En primer lugar el Comité Organizador y el Comité Científico de la VI Jornada de intercambio de experiencias en Educación para la Salud, quieren agradecer la participación de los profesionales convocados a ésta, participación que ha sido muy numerosa, con un total de 300 inscripciones.

Es destacable que entre los profesionales asistentes se encuentran representantes de todos los ámbitos implicados en el desarrollo de la educación para la salud en la escuela:

- Colegios de Educación Infantil y Primaria (CEIP)
- Institutos de Enseñanza Secundaria (IES)
- Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica (EOEP)
- Inspección Educativa
- Equipos de Atención Primaria (EAP)
- Consejerías de Sanidad y Educación y Cultura
- Gerencias de Atención Primaria
- Centros de Profesores y Recursos (CPR)
- Ayuntamientos
- Universidad
- Otras instituciones relacionadas con la Educación para la Salud.

### **COMUNICACIONES PRESENTADAS:**

- 14 Comunicaciones Orales:
  - Educación Infantil y Primaria: 4
  - Educación Secundaria: 7
  - Atención Primaria: 2
  - Ayuntamientos: 1
- 30 Comunicaciones póster:
  - Educación Infantil: 2



- Educación Primaria: 17
- Educación Secundaria: 9
- Ayuntamientos: 1
- Atención Primaria: 1

### PRINCIPALES TEMAS TRATADOS:

- Educación Infantil: alimentación y actividad física y prevención de accidentes.
- Educación Primaria: Habilidades sociales, análisis de la situación de salud, higiene postural, alimentación y ejercicio físico y medio ambiente.
- Educación Secundaria: análisis de la situación de salud, violencia de género, salud mental, educación afectivo-sexual, alimentación, ejercicio físico, etc.

### MESA REDONDA: “Desde la Salud Escolar hacia las Escuelas Promotoras de Salud”

Como decía el folleto de presentación de la Jornada, en los Centros docentes de la Región de Murcia la Educación para la Salud siempre ha estado presente. En los últimos 20 años ha evolucionado y la EpS ya no trata únicamente de ofrecer información, sino de capacitar a las personas para que puedan ejercer su libertad de elegir las pautas de conducta que más le interesen para mejorar su calidad de vida.

### ALGUNAS CONCLUSIONES

Las Jornadas de Intercambio de Experiencias son un instrumento válido para dar a conocer las experiencias de educación para la salud que se están realizando en la Región de Murcia y crear redes de comunicación e intercambio.

Esta VI Jornada de Intercambio de Experiencias es la tercera que se celebra en el marco del Plan de Educación para la Salud en la Escuela de la Región de Murcia, y es importante señalar la alta participación de centros educativos que han realizado o están realizando el análisis de la situación de salud, con el fin de determinar las necesidades propias de cada centro, así como la mayor participación de los



## Conclusión

profesionales de equipos de Atención Primaria y Ayuntamientos. Esto es positivo ya que el aumento en la participación y la multiprofesionalidad incrementan la eficacia de las intervenciones.

La realización del análisis de la situación de salud del centro educativo permite orientar las intervenciones que se realicen para que sean más efectivas.

Se hace necesaria la coordinación de todas las estructuras implicadas en la EpS en la escuela, que debe constituir un objetivo a alcanzar, para optimizar recursos.

La simple transmisión de conocimientos mediante charlas es insuficiente para el desarrollo de la educación para la salud en la escuela.

Francisco Pagán Martínez

Pte. Comité Organizador

Yolanda Royo Barañano

Pta. Comité Científico

# VI JORNADA

DE INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS  
EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD

