

Algunas Experiencias de Educación para la Salud en Extremadura

**JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Dependencia**



Algunas Experiencias de Educación para la Salud en Extremadura

Mérida, octubre 2010

Autor y Coordinador:

Eulalio Ruiz Muñoz

Médico. Jefe de Sección de Educación para la Salud. Máster en Salud Pública. Máster en Sociedad de la Información y del Conocimiento. D. General de Salud Pública. Servicio Extremeño de Salud. Mérida.

Otros autores y colaboradores del proyecto:

Todas las personas que aparecen en los diferentes capítulos.

Edita:

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Sanidad y Dependencia

Servicio Extremeño de Salud

Avda. de las Américas, 2

06800 Mérida

ISBN: 978-84-96958-75-3

Depósito Legal: CC-00146-2011

Imprime: Gráficas Romero. Jaraíz de la Vera

Notas:

- Las opiniones de los/as autores/as no tienen por qué coincidir con las líneas estratégicas de la editora.
- Con la finalidad de respetar al máximo los textos aportados por los/as diferentes autores/as, se ha conservado en lo posible, la presentación y contenido de los mismos y se han reproducido tal y como fueron enviados a esta editora.

Capítulo 1

Salud en Red

Autores

Josefa Fernández Martín
Trinidad Rubio González
Juana Iglesias González
Blas M. Parejo González
Esther López-Sepúlveda García
M^a Jesús Gragera Almirante
Ana Carretero Piedehierro
Ana Libertad Moreira Álvarez
Francisco Trejo Simoes
Joaquín Pajuelo González

Centros de pertenencia

APROSUBA 8
VENTANA DIGITAL COMUNICACIÓN
SERVICIO VETERINARIO.- CENTRO DE SALUD DE MONTIJO
JUNTA LOCAL CONTRA EL CANCER DE MONTIJO
MANCOMUNIDAD DE MONTIJO Y COMARCA
ASOCIACION DE MUJERES PROGRESISTAS "ELVIRA QUINTANA" DE MONTIJO
ASOCIACION DE ESPONDILITIS EXTREMEÑA.- MONTIJO

Localidades

APROSUBA: C/ CTRA DE ESTACION S/N. MONTIJO
VENTANA DIGITAL: C/ HERNANDO DE SOTO, 14. MONTIJO
CENTRO DE SALUD MONTIJO-PUEBLA
JUNTA LOCAL DEL CANCER: C/ SORIA, 7. MONTIJO
MANCOMUNIDAD: AVDA CARMEN AMIGO, S/N PUEBLA DE LA CALZADA
ASOCIACION DE MUJERES PROGRESISTAS: C/ REYES CATOLICOS, 35 MONTIJO
A. ESPONDILITIS EXTREMEÑA: C/ EBRO, 8 MONTIJO

Localidades de realización de la experiencia

MONTIJO Y COMARCA

Salud en Red

■ Fecha de inicio y de finalización de la experiencia

Fecha de inicio: octubre 2005. Fecha de finalización: junio 2010.

■ Nº estimado de personas participantes y ámbito de pertenencia (sanitario, educativo, comunitario)

Aproximadamente 3.500 personas entre: escolares, padres y docentes de la comarca.

Ámbito educativo, sanitario y comunitario.

■ Nombre de los centros educativos, sanitarios y/o entidades de la comunidad (asociaciones, etc.) que han participado

- CCEE PONCE DE LEON.- MONTIJO
- CEIP PRINCIPE DE ASTURIAS.- MONTIJO
- CEIP VIRGEN DE BARBAÑO.- MONTIJO
- CEIP PADRE MANJON.- MONTIJO
- CC SANTO TOMAS DE AQUINO.-MONTIJO
- CC NTRA SRA DEL CARMEN.- PUEBLA DE LA CALZADA
- CC MARIA INMACULADA.- PUEBLA DE LA CALZADA
- CEIP CALZADA ROMANA.- PUEBLA DE LA CALZADA
- CEIP SAN JUAN.- TORREMAYOR
- CEIP SAN JOSÉ. LACARA
- CEIP TORRE AGUILA. BARBAÑO
- CEIP M^a JOSEFA RUBIO. ESPARRAGALEJO
- CEIP SAN JOSÉ. GUADAJIRA
- CEIP SAN ISIDRO. GUADIANA DEL CAUDILLO
- CEIP NTRA. SRA DE LA ASUNCIÓN. LOBÓN
- CEIP NTRA SRA DE LA CARIDAD. LA GARROVILLA
- CEIP NTRA SRA DEL PRADO. LA ROCA DE LA SIERRA

- CEIP SAN ANTONIO. LA NAVA DE SANTIAGO
- CEIP NTRA. SRA. DEL ROSARIO. PUEBLONUEVO DEL GUADIANA
- CEIP SAN JOSÉ. TALAVERA DE LA REAL
- IES EXTREMADURA. MONTIJO
- IES VEGAS BAJAS. MONTIJO
- IES DIEZ CANEDO. PUEBLA DE LA CALZADA
- IES SIERRA DE SAN PEDRO. LA ROCA DE LA SIERRA
- IES DIEGO SANCHEZ. TALAVERA
- IES DULCE CHACON. LA GARROVILLA

■ Temática tratada

Salud en Red es un Proyecto de formación, de responsabilidad del escolar adquiriendo hábitos y actitudes saludables para la defensa y promoción de su salud individual.

■ Introducción

La OMS dice que la Salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no sólo de ausencia de enfermedad o dolencia (1946). También la capacidad de desarrollar el propio potencial personal y responder de forma positiva a los retos del ambiente (1985). Es un proceso de formación y de responsabilización del individuo con la finalidad de que adquiriera los conocimientos, las actitudes y los hábitos básicos para la defensa y la promoción de la salud individual y colectiva.

La salud es un valor y hay que tener en cuenta además de la dimensión personal (cómo sentimos e interpretamos la realidad que nos rodea), la dimensión social, ya que la última finalidad de la educación para la salud es el respeto y adaptación a una sociedad democrática, abierta plural y sana.

Los valores sirven de punto de referencia y por lo tanto marcan la pauta de actuación ante distintas situaciones. Estos valores serán especialmente importantes en la adolescencia, donde se ha de conseguir que la presión de grupo no sea negativa sino positiva.

El proceso de formación de valores es dinámico, sigue las etapas evolutivas de desarrollo personal hasta que llega a formar parte de la identidad

personal y están muy influidos por los procesos de socialización, es por ello que el desarrollo personal puede enmarcarse dentro del desarrollo social.

Se trata de que los jóvenes asuman valores que les sirvan para desarrollar una buena salud mental, y que funcionen como factores de protección para gestionar de una manera saludable situaciones de riesgo. El objetivo último es conseguir desarrollar actitudes asertivas y valores tanto personales como grupales.

¿Quién tiene que transmitir estos valores? La educación y la transmisión de valores es una responsabilidad compartida entre la familia, la escuela y la sociedad. La diferencia está quizás en la intencionalidad.

Es en la escuela donde empieza el proceso de socialización del individuo, donde se transmiten los valores sociales externos a la institución y los internos.

¿En qué momento deben transmitirse? La educación en valores se lleva a cabo en todo momento, aunque puede haber áreas o espacios privilegiados, por eso el papel de la escuela será decisivo ya que es un entorno muy favorable para implicar a toda la comunidad educativa: profesorado, alumnado y familia, con responsabilidades y participación.

■ Justificación y objetivos

Justificación

Los programas de salud escolar, ayudan a canalizar los recursos de los sectores de salud, educación, nutrición y saneamiento, hacia una infraestructura ya existente, sostenible y oblicua: la escuela. Si bien el sistema escolar dista mucho de ser universal, su cobertura suele ser superior a la de los sistemas de salud, además de contar con una extensa y cualificada fuerza de trabajo que ya colabora estrechamente con la comunidad.

El fácil acceso de una gran proporción de escolares y tutores a la Red, junto con las adaptaciones técnicas que precisen los jóvenes que padezcan algún tipo de deficiencia, discapacidad o minusvalía, hacen más efectivo este programa y provoca un beneficio para la salud y un beneficio educativo.

Objetivos

El objetivo fundamental del Proyecto, es que los jóvenes adquiriera hábitos y costumbres saludables para su bienestar físico - mental y el de su entorno social.

Se fijaron seis áreas temáticas sobre las que se trabajará en el Proyecto:

- 1.- Nutrición, consumo responsable y solidario
- 2.- Educación en igualdad de género entre hombres y mujeres
- 3.- Prevención del cáncer
- 4.- Salud y discapacidad
- 5.- Educación para la Salud
- 6.- Salud Medioambiental

1.- Nutrición, consumo responsable y solidario: producción, etiquetado y compra de productos. La influencia de la publicidad y las nuevas tecnologías en el consumo.

Hoy en día, el consumo se ha convertido en mucho más que en la función de satisfacer las necesidades de las personas a través del uso de bienes que comemos, es cierto, pero también somos lo que compramos. Es importante que los padres transmitan a sus hijos una educación para ser conscientes, responsables y solidarios y que les ayude a mantener un bienestar psicológico y material razonable.

La educación de los consumidores en unos buenos hábitos de consumo deriva en la consecución de una buena calidad de vida. Un consumo consciente y responsable está al alcance de todos con algo de voluntad y reflexión en las compras.

La educación del consumidor pretende modificar el comportamiento del mismo, enseñándole a comprar, usar y disponer de bienes y servicios para la satisfacción de sus necesidades haciendo especial énfasis sobre sus derechos y deberes.

A lo largo de la historia, hemos pasado de una producción de autoconsumo, en la que los individuos producían lo necesario para la supervivencia a la producción de la época industrial actual, en la cual, ésta es comercializada por un mercado impersonal y anónimo, guiado por motivos económicos y estimulado por la publicidad. Así mismo, para que el producto llegue

en óptimas condiciones de calidad y seguridad al consumidor, muchos productos se deben transformar y envasar, lo cual dificulta su reconocimiento exterior apareciendo la necesidad del etiquetado.

Por estos motivos, es fundamental enseñar a los alumnos/as desde edades tempranas la importancia que tiene la alimentación en el mantenimiento de la salud, así como el desarrollo emocional y psicosocial ya que los hábitos alimentarios adquiridos en este periodo son decisivos en el comportamiento alimentario en la edad adulta. Y éste a su vez puede incidir en los comportamientos de las siguientes generaciones y tan importantes como la educación alimentaria es la educación como consumidores para hacer de ellos consumidores responsables.

Los objetivos que nos marcamos son:

Seguir trabajando en la aportación de contenidos y herramientas para la asimilación de conocimientos por parte del público diana en los siguientes temas:

- Aprender a interpretar la información de las etiquetas.
- Planificar compras atendiendo a criterios nutricionales y presupuestarios.
- Rechazar aquellos productos que no se ajusten a la normativa como medida de seguridad.
- Conocer los mecanismos que emplea la publicidad en relación a la alimentación.

2.- Educación en igualdad de género entre hombres y mujeres

Violencia de género

El informe de la O.M.S. indica que además de destruir centenares de miles de vida, la violencia contra las mujeres ocasiona afecciones inmediatamente y a largo plazo tales como lesiones físicas, síndromes de dolor crónico, depresión y comportamientos suicidas. La violencia de pareja puede afectar también a los ingresos de la mujer, a su trabajo y a su capacidad para conservar el empleo.

Educar, significa promover el desarrollo integral de las personas, por lo que resulta necesario favorecer ese valor entre el alumnado para superar las limitaciones impuestas por el género a través de un trabajo sistemático de la Comunidad educativa.

Desde la familia y la escuela se proporcionarán modelos de conducta y se imponen comportamientos que los medios de comunicación y el grupo de iguales refuerzan.

Por ello el proceso de coeducación comienza en la familia y en la escuela. Siendo los primeros espacios de socialización desde los cuales se compensan los desajustes de origen diverso, como aquellos que provienen de prejuicios sexistas que pueden incidir en el desarrollo de los niños/as en sus primeros años.

Así pues desde la familia y la escuela deberíamos desarrollar un plan destinado a reforzar los aspectos positivos ya adquiridos por nuestros/as alumnos/as, pero también a que esa teoría sea llevada a la práctica en diferentes contextos.

Objetivos:

Seguir trabajando en la aportación de contenidos y herramientas para la asimilación de conocimientos por parte del público diana en los siguientes temas:

- Educar en la igualdad desde la escuela.
- Favorecer la construcción de la identidad no sexista contraria a la violencia.
- Prevenir la violencia contra las mujeres construyendo la igualdad.
- Fomentar la participación del alumno/a en la organización y desarrollo de las tareas que serán llevadas a cabo en clase, así como aquellas que les sean propuestas en casa.
- Fomentar la autonomía del alumnado, tanto en casa como en el entorno escolar, de modo que sean capaces de realizar tareas cotidianas, evitando desigualdades.
- Potenciar la colaboración familia–escuela en la educación para la igualdad de niños y niñas.

3- Prevención del cáncer

Según el código europeo contra el cáncer, el cáncer es la causa de muerte más frecuente prematura y evitable en la unión europea, constituye un problema importante de salud pública.

Aunque los jóvenes no suelen ser conscientes de la necesidad de cuidar

su salud, la adolescencia es una etapa clave para la prevención de numerosas patologías, entre ellas el cáncer.

La adolescencia es un período crucial en el inicio de hábitos de riesgos para la salud como son el consumo de tabaco, alcohol, dietas desequilibrada, falta de protección solar, etc. Comportamientos que pueden dar lugar a largo plazo a importantes enfermedades, por lo tanto una de las mejores formas de prevenir es la información.

Como explica Plañiol, a estas edades, los jóvenes aún ni se considerarán población de riesgo y consideran que cuidarse es sinónimo de mejorar la apariencia externa, algo que según ellos/as se consigue adelgazando, haciendo gimnasia, yendo a la peluquería o comprando ropa.

La falta de percepción del riesgo asociado, la curiosidad hacia ciertas conductas, aún sabiendo que pueden ser nocivas y la publicidad y fácil acceso a productos como el tabaco o el alcohol son factores que explican la aparición de conductas de riesgo entre los adolescentes.

Objetivos específicos:

Seguir trabajando en la aportación de contenidos y herramientas para la asimilación de conocimientos por parte del público diana en los siguientes temas:

- Hacer ver a los jóvenes que determinadas conductas y costumbres en un principio parecen atractivas e inofensivas, como el consumo del tabaco, pueden terminar siendo muy peligrosas.
- Incidir en la importancia de la alimentación sana.
- Concienciar a los adolescentes de la necesidad de empezar a implicarse en la prevención de este grave problema de salud.

4.- Salud y Discapacidad

Los valores que defiende la Entidad que gestiona el Proyecto, es considerar a las personas con discapacidad intelectual como sujetos de “derechos y deberes” y la importancia del papel de las familias.

El objetivo fundamental de esta Entidad y la misión que se ha marcado es la de “mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y la de sus familias”.

Los **objetivos** específicos para este Proyecto serían:

- 1.- Profundizar en la relación entre salud y discapacidad.
- 2.- Desarrollar acciones de información, captación y atención sobre temáticas de salud y discapacidad.
- 3.- Concienciar de la idea de que todos/as necesitamos apoyos en determinados momentos.
- 4.- Promocionar la salud y prevenir la discapacidad o su agravamiento y sus consecuencias para la calidad de vida de las personas con discapacidad.
- 5.- Concienciar de la importancia de la supresión de todos tipos de barreras (arquitectónicas, actitudinales, de comunicación y comprensión).
- 6.- Promocionar la igualdad de oportunidades, la accesibilidad y la calidad de vida de las personas con discapacidad.
- 7.- Ofrecer información sobre los fenómenos de discapacidad, dependencia, envejecimiento y el estado de salud.
- 8.- Valorar el impacto que los problemas de salud tienen, tanto sobre la calidad de vida de las personas como sobre el uso de los servicios sanitarios.
- 9.- Concienciar sobre el hecho de que la discapacidad no es incapacidad.
- 10.- Despertar el interés de la población por la formación en materia de salud y discapacidad.

5.- Educación para la Salud

El objetivo fundamental de este bloque es promocionar la salud para conseguir el apoyo político, la cooperación intersectorial y la participación ciudadana.

6.- Salud Medioambiental

El objetivo fundamental es mejorar la sanidad medioambiental de nuestros pueblos.

Objetivos específicos:

- Asesorar en materia de medio ambiente.
- Fomentar la educación y promoción de la salud
- Fomentar la educación ambiental.

7. – Asociación Extremeña de Pacientes con Espondilitis

Entre sus fines se encuentra promover y potenciar campañas de educación para la salud.

■ Desarrollo y actividades realizadas

Las actividades realizadas se han desarrollado, entre otros, en los centros escolares, como en el CCEE Ponce de León, Teatro Municipal de Montijo y Puebla, en la Finca “Las Cabezas”, etc.

Algunas actividades realizadas han sido:

- Elaboración de una Unidad Didáctica en la Red por cada una de las Entidades representadas y la temática pertinente.
- Charlas Coloquios con el Claustro de 25 centros escolares presentando el Proyecto y la página web.
- Charlas Coloquios con 17 AMPAS de Centros escolares presentando el Proyecto y la página web.
- Dos Certámenes de Concursos Escolares: Fotografía Salud y Medio Ambiente/Logotipo “Desayunos Saludables” y Cuentos Breves Saludables.
- 2 Cursos de Cocina Saludables para Escolares y AMPAS.
- I Marcha saludable “Esto es Vida” con la participación de 100 escolares de la comarca.

■ Resultados

Los resultados han sido inmejorables como así demuestran los cuestionarios de valoración que han rellenado todo el personal implicado: padres, docentes, escolares, voluntarios, etc.