

PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD 2014-2015

PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO EN LA ESCUELA



INTRODUCCIÓN

- Educar para la salud supone facilitar la adaptación voluntaria de los comportamientos para mejorar la salud de un individuo o colectivo.
- La educación en salud que se realiza en edad escolar es la más eficaz, ya que, niños y adolescentes se muestran receptivos al aprendizaje y a la asimilación de hábitos.



Educación para la salud

INTRODUCCIÓN



- Así, los centros escolares se convierten en un lugar ideal para adquirir determinados conocimientos en prevención de factores que pueden alterar nuestra salud, o asimilación de hábitos saludables en distintos factores de la vida.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- Aportar a los alumnos la **información** necesaria para la **prevención y tratamiento** de determinadas enfermedades.
- Inculcarles las ventajas de determinados **hábitos y costumbres**, haciendo que estos formen parte de su vida de una manera natural.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- Para ello se pretende trabajar en colaboración entre las distintas áreas escolares (departamentos, comedor, enfermería...).
- Además el programa se verá enriquecido por charlas ofrecidas por ponentes de diferentes campos: padres y madres de alumnos, profesionales de la medicina y/o la enfermería, representantes de determinadas asociaciones...

TEMAS PRINCIPALES

Las actividades propuestas para cada tema se estructurarán por cursos teniendo en cuenta criterios como la edad del alumnado y temario del curso académico.

¿QUIÉN PARTICIPA?

- PROFESORADO
 - ENFERMERÍA
 - COMEDOR
 - FAMILIAS
 - PROFESIONALES EXTERNOS



¿QUIÉN PARTICIPA?

- **PROFESORADO**

Desde los diferentes departamentos, cada asignatura incorpora temas y actividades relacionadas con la salud en su temario.

1º A y B Martes 28 de oct. 15:15 a 16:15	“Mi cuerpo me habla” Profesor: Ana R. y Jesús En la biblioteca	4ºB Jueves 13 de nov. 15:15 a 16:15	“Quiero estar sano ¿te enteras?” Profesor: Ana Richarte En el aula
2º A y B Jueves 30 de oct. 15:15 a 16:15	“El tren de los alimentos” Profesores: Toñi y John. En la biblioteca	5ºA Martes 18 de nov. 15:15 a 16:15	“Quererse es cuidarse” Profesor: Bárbara En el aula
3ºA Martes 4 de nov. 15:15 a 16:15	“Cuido de mí mismo” Profesor: Lola En el aula	5ºB Martes 25 de nov. 15:15 a 16:15	“ Quererse es cuidarse” Profesor: Ángela En el aula
3ºB Jueves 6 de nov. 15:15 a 16:15	“Cuido de mí mismo” Profesor: Encarna En el aula	6ºA y B Jueves 27 de nov. 15:15 a 16:15	“Fumar tabaco es quemar dinero” Profesores: Lola y Silvia En la biblioteca
4º A Martes 11 de nov. 15:15 a 16:15	“Quiero estar sano ¿te enteras?” Profesor: Fuensanta En el aula		

“Fumar tabaco es quemar dinero”

- Objetivos: Facilitar a los alumnos un análisis sobre el gasto que supone el consumo de tabaco, conociendo alternativas diferentes para el uso de ese dinero.

“Fumar tabaco es quemar dinero”

- Justificación: la edad de 12 años marca, por un lado el comienzo de la adolescencia, y por otro, la adquisición de comportamientos y estilos de vida, que pueden no ser saludables en algunos casos. Entre los diferentes ritos de iniciación que se suelen producir a estas edades se encuentra el consumo de tabaco, por ello parece conveniente concienciar sobre los riesgos y el costo del tabaco para desarrollar actitudes saludables.



“Fumar tabaco es quemar dinero”



- Recursos materiales:
Anuncio Por una vida sin tabaco (Unión Europea. Campaña Help). Ficha Resolvemos problemas de matemáticas relacionados con el tabaco. Ficha Analizamos, desde casa, alternativas a “quemar dinero”.

A close-up photograph of a hand holding a lit match. The matchstick is a rolled-up banknote, likely a 100 Euro note, which is glowing with a bright orange flame at its tip. The background is dark and out of focus.

**“Fumar tabaco es quemar
dinero”**

- **Contenido/desarrollo:**
En esta actividad se trabaja en la **resolución de problemas**, se propone combinar la formulación de problemas matemáticos (como actividad clave para el desarrollo del **pensamiento lógico-deductivo**) con la **reflexión** sobre un aspecto importante del uso del tabaco, su coste económico, contribuyendo al desarrollo de una actividad personal hacia las drogas.

Cada trimestre se organizan charlas y talleres con todos los cursos organizadas por los profesores y la enfermera del centro

1ºBACHILLERATO A	19 Diciembre 2014 13:25 – 14:20 CMC. Lola Estévez	“¿Qué hacemos este finde?”. Duración 50 minutos aprox.
1ºBACHILLERATO B	16 Diciembre 2014 11:20 -12:15 Imagen y comunicación. Javier Serrano. Francés. Mercedes P. Alemán. Silvia	“¿Qué hacemos este finde?”. Duración 50 minutos aprox.

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE LENGUA CASTELLANA

- En la asignatura de lengua a través de exposiciones, debates, redacciones o trabajos de grupo, se trabaja diversos temas entre los que se incluyen algunos relacionados con la salud.
- Estos trabajos se complementan con la visualización de vídeos de esta temática, reflexionando sobre los mismos, para hacer la redacción escrita después.

Composición de relatos.

Durante este curso los alumnos de la ESO. (1º - 4º) han tomado papel y pluma, mejor dicho, ordenador. Y se han dispuesto a plasmar en los folios todo lo que su imaginación ha dado de sí, opinando acerca del tabaco e inventándose pequeñas historietas, de manera individual o a dúo. Magníficas redacciones dignas de leerse.



¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES

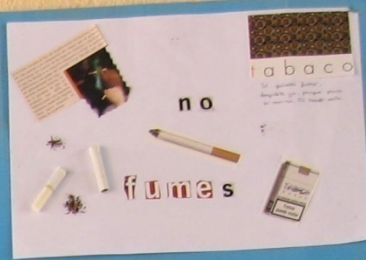
- Elaboración de Murales





PILOTA **tu** **la** **SIN TABACO**
ES LO MEJOR PARA TU
VIDA LA DE LOS
DEMAS

FUMAR MATA



apaga el cigarro
no tu vida

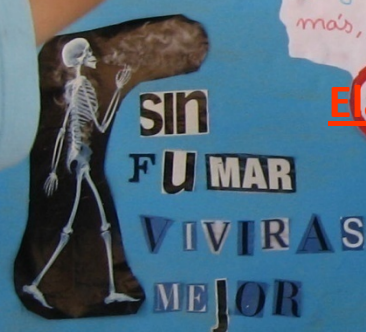


*Por favor no fumes
más, por los demás*

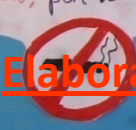
SMOKING
CAN KILL YOU



ESTA NIÑA FUMA
UN PAQUETE AL DÍA



SIN FUMAR
VIVIRAS MEJOR



TABACO



No Fumes
MÁS, QUE
ESTO TE PUEDE PASAR

*No Fumes más
que el tabaco es
perjudicial y lo peor
te puede matar*

FUMAR CAUSA
LA MUERTE

60 A

*Hazlo por los
demás, y por tu vida
Deja de fumar*



FUMAR
puede crear
enfermedades cardíacas
y de pulmón

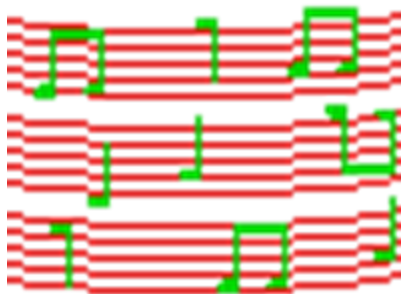




Campaña de recolección de canciones.

Esta idea fue propuesta a los alumnos de secundaria. El fin de esto era encontrar una canción que al alumno le insinuase una forma de dar su opinión acerca del tabaco.

De esta forma estos estudiantes, pueden hacer una crítica, sátira, etc. En definitiva, una forma de expresar lo que piensan acerca del tabaco a su manera.



Mural de graffiti

Los alumnos de Secundaria interesados, han tenido la oportunidad de decir “no al tabaco” de otra forma: pintando un graffiti. Bajo el lema “los jóvenes ante el tabaco”

Una manera divertida y amena de dar su opinión acerca de este tema.

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE LENGUAS EXTRANJERAS

- En las asignaturas de este departamento, en todos los cursos de secundaria, se desarrollan unidades didácticas en torno a temas relacionados con la salud (hábitos diarios, deporte, salud, comida, alimentación, drogas o malos hábitos).
- La unidad didáctica consiste en aprender a expresarse a través del ejercicio del vocabulario y la gramática, leyendo, escuchando, hablando y escribiendo. En la práctica del idioma se ven incluidas preguntas de reflexión u opinión sobre esos temas.

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE LENGUAS EXTRANJERAS

- También se realiza la proyección de películas sobre temática de salud, que desembocan en la reflexión y el comentario de opinión mientras se trabaja el idioma. Se inventan y se cantan canciones.

Compañeros y profesores
del colegio San Jorge,
queremos pedirnos
ayuda en una misión,

Decir a papá y mamá:

PLEASE DON'T SMOKE

HEALTH HEALTH HEALTH

IT'S AN IMPORTANT THING

WE MUST TAKE CARE

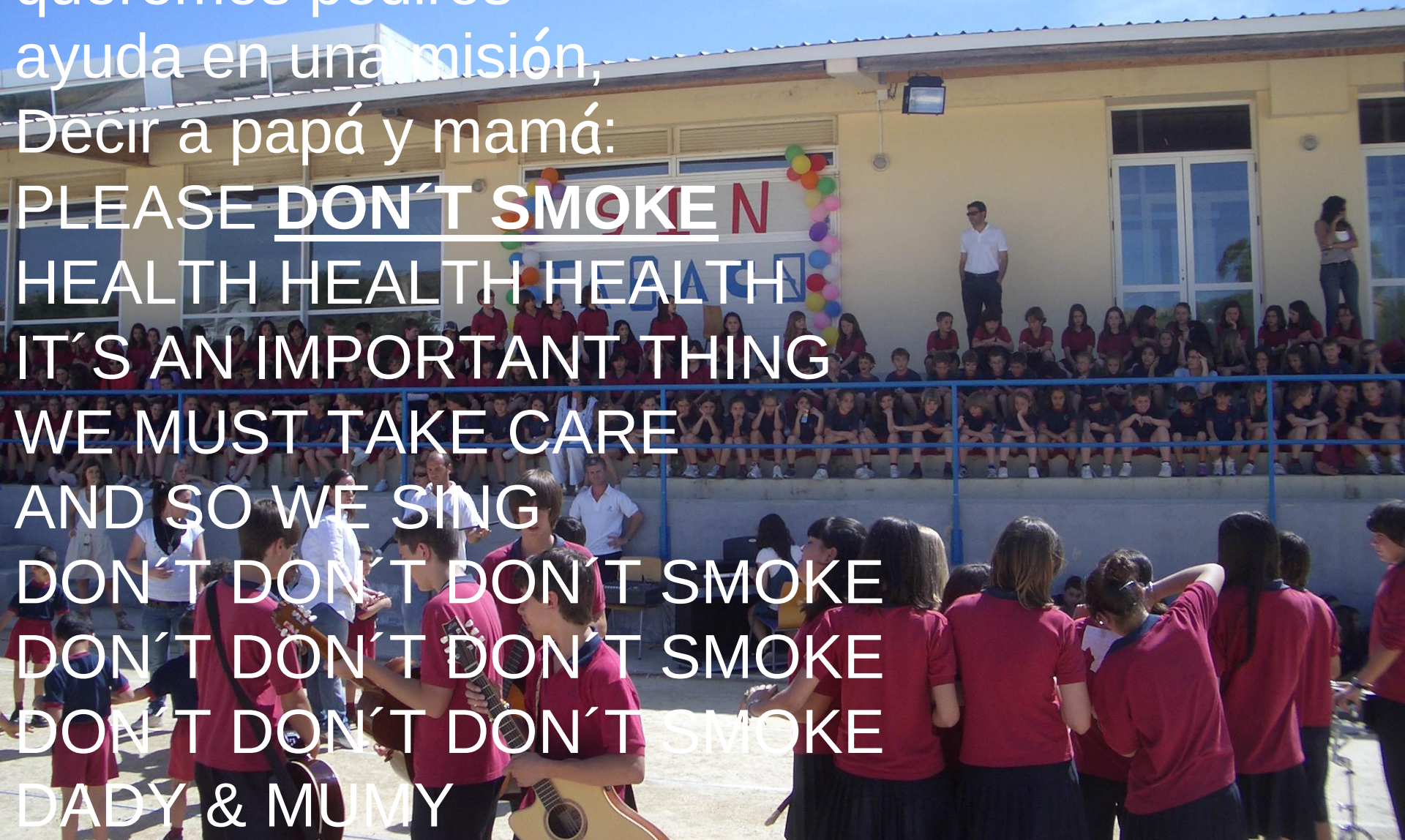
AND SO WE SING

DON'T DON'T DON'T SMOKE

DON'T DON'T DON'T SMOKE

DON'T DON'T DON'T SMOKE

DADY & MUMMY



¿QUIÉN PARTICIPA?

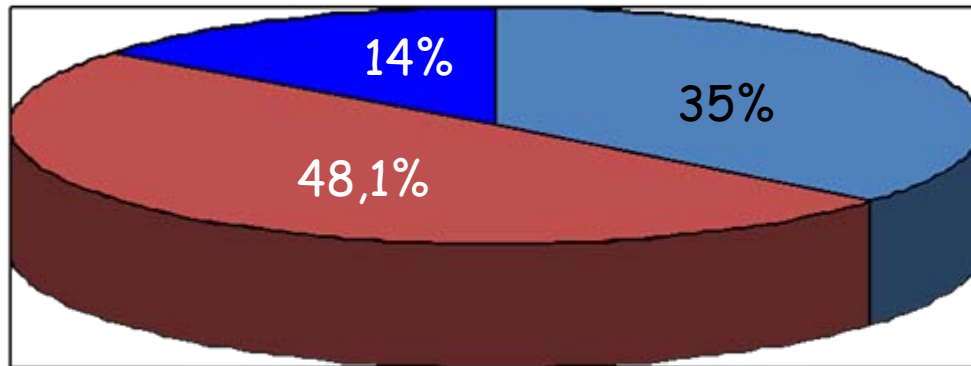
PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS

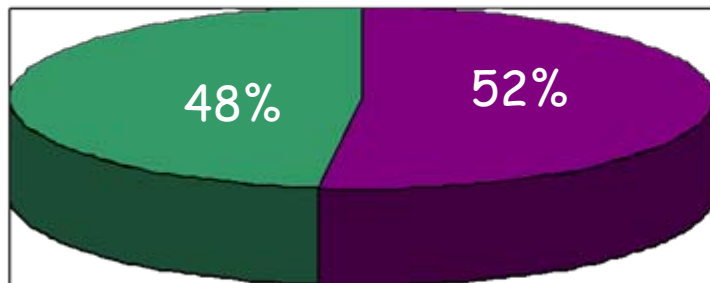
- En asignaturas como **matemáticas**, se proponen estudios estadísticos sobre temas relacionados con la salud: personas que practican deporte semanalmente, revisiones anuales de determinadas enfermedades, personas que consumen más de 2500 calorías al día...

Elaboración de encuestas y tratamiento de datos

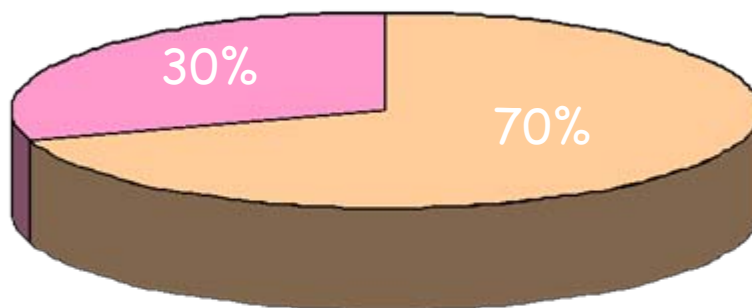
Los alumnos de Primaria han realizado cooximetrías (prueba para conocer el monóxido que tenemos en el organismo, esto determina si una persona fuma, tanto activa como pasivamente).



- **Padres que fuman**
- **Padres y madres que no fuman**
- **Madres que fuman**



- Padres que fuman dentro de casa
- Padres que no fuman dentro de casa



- Madres que fuman dentro de casa
- Madres que no fuman dentro de casa

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS

- En **física y química**, se tratan temas relacionados con hábitos saludables como
- “los efectos de la radiación ultravioleta en la salud humana” en las unidades en las que se estudia “las ondas”.
- Coxiometrías
- **La máquina que fuma**

Cooximetrías

(prueba para conocer el monóxido que tenemos en el organismo, esto determina si una persona fuma, tanto activa como pasivamente).





LA MÁQUINA QUE FUMA







¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS

- **Biología**, por razones obvias, es la asignatura que más se implica con el Programa de Educación para la Salud.
- En su desarrollo están presentes, de manera continua a lo largo de todos los cursos, temas relacionados con las funciones vitales (nutrición, relación y reproducción) y su correcto desarrollo, tratamiento y prevención de diferentes enfermedades, y hábitos saludables posturales, alimenticios...

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESORADO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



- Excursiones, salidas a la naturaleza.
- Competiciones deportivas
- Trial San Jorge Dragon
- Triatlón
- Orientación
- Camino de Santiago

¿QUIÉN PARTICIPA?

ENFERMERÍA

- El colegio San Jorge ofrece este servicio de manera exclusiva en la Región de Murcia.
- Desde la visión de una persona formada y dedicada a los temas sanitarios, nuestro personal de enfermería, realiza charlas y talleres relacionados con la educación para la salud.

¿QUIÉN PARTICIPA?

FAMILIAS

- Los padres y madres de nuestros alumnos participan en el Programa de Educación para la Salud al compartir sus experiencias, aportando diferentes puntos de vista: familias en las que hay algún miembro que padece alguna enfermedad o trastorno, como se llevan a cabo los hábitos saludables en casa, experiencia profesional...

TUS MANOS PUEDEN SALVAR UNA VIDA

GRACIAS A LA RCP

(REANIMACION CARDIO PULMONAR)

Actuar en los primeros 5 minutos
tras un paro cardíaco
eleva la supervivencia hasta un 70%.

Es fácil y está a tu alcance,
aunque no tengas ningún conocimiento sanitario.

Sólo necesitas **10 minutos**.



AULA TALLER
DE
SALUD
"MADRES/PADRES
Y
ABUELAS/ABUELOS"

¡Aprende RCP!

Dirigido a: Familiares de alumnos
del Colegio San Jorge
(Principalmente hijos en edades tempranas 0-6 años)

Fechas: 22 y 24 de Mayo

Horario: 17,00 a 18,30 h.

Lugar: Aulario ESO

Información/Inscripciones:

enfermeria@colegiosanjorge.es

Nota: Inscripciones, hasta el día 17 de mayo.

Coordina: ANA ISABEL LÓPEZ OLIVA
Enfermera Colegio San Jorge

Colabora: AMPA COLEGIO SAN JORGE



Talleres:

- Deshabituación tabáquica
- Primeros auxilios
- Reanimación

¿QUIÉN PARTICIPA?

PROFESIONALES EXTERNOS:

- Médicos, enfermeras, policías, representantes de asociaciones, cocineros, amas de casa...nos ayudan a enriquecer la formación en salud de nuestro alumnos.

Unidad de Salud Medioambiental y Pediátrica de la Arrixaca:

- Entrevista por parte de dos alumnos del centro a Trini y Miguel (Enfermeros del Hospital Virgen de Arrixaca: unidad de Salud Medioambiental y Pediátrica).



Fragmento de la entrevista:

- **Pregunta:** Un sueño
- **Respuesta:** Que la comunidad escolar se libere completamente del tabaco

Charlas de padres



De esta forma, el colegio San Jorge pretende lograr sus objetivos respecto al Programa de Educación para la Salud, integrándolo de manera global en la vida diaria de sus alumnos.

Gracias por su atención

