

PROMOPREVE

Newsletter de Promoción de la Salud y
Prevención de la Enfermedad



Suscripción (alta/baja) en:
edusalud@car.m.es



Edita: Servicio de Promoción y Educación para la Salud
Dirección General de Salud Pública y Adicciones
Consejería de Salud

XII Jornada Intercambio de Experiencias para profesorado- 22 mayo-

"Escuelas generadoras de salud:
cuidando el medioambiente"



EN ESTE NÚMERO:

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

Recomendaciones sobre el consumo de
bebidas energéticas

2 / NOVEDADES PARA PROFESIONALES

Sobre la XII Jornada de Intercambio de
Experiencias en Educación para la Salud en la
Escuela

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

Recomendaciones sobre el consumo de bebidas energéticas

- Evita su consumo en el caso de:
 - _ Niños y niñas, adolescentes, mujeres embarazadas y mujeres en periodo de lactancia.
 - _ Personas con hipertensión o problemas cardiovasculares.
 - _ Personas que padecen alteraciones del sueño.
- No las combines con bebidas alcohólicas.
- No las tomes para rehidratarte tras realizar deporte.
- Si las consumes, hazlo ocasionalmente y eligiendo los formatos de menor tamaño, y consulta con tu médica o médico si tomas alguna medicación de manera habitual.

EN ADOLESCENTES:

- + 200 mililitros** (de bebida energética) = **alteraciones del sueño.**
- + 500 mililitros** = **efectos psicológicos y alteraciones comportamentales y trastornos cardiovasculares.**

[Consulta a través de este enlace la infografía completa elaborada por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición](#)

[Consulta a través de este enlace el vídeo con las recomendaciones elaborado por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición](#)

2 / NOVEDADES PARA PROFESIONALES

Sobre la XII Jornada de Intercambio de Experiencias en Educación para la Salud en la Escuela.

Bajo el lema “**Escuelas generadoras de salud: cuidando el medio ambiente**”, el Centro de Profesores y Recursos (CPR) de la Región de Murcia ha organizado la XII Jornada de Intercambio de Experiencias en Educación para la Salud en la Escuela.

Está diseñada para el profesorado de todos los colegios e institutos de la Región de Murcia.

El objetivo principal es destacar el papel fundamental del profesorado en la enseñanza integral de la educación ambiental en el entorno escolar.

Durante el evento se llevará a cabo una mesa redonda sobre la temática, así como diferentes ponencias, en las que se compartirán experiencias y buenas prácticas desarrolladas en los centros educativos de la Región de Murcia.

Tendrá lugar el próximo **22 de mayo** en el salón de actos del Centro Social Universitario de la Universidad de Murcia (Campus de Espinardo) en horario de mañana y tarde.

El profesorado interesado en participar en esta jornada puede obtener más información a través del CPR de la Región de Murcia:

Código de la actividad formativa 1371

[Acceso a la web del CPR para realizar la inscripción](#)