



Proyecto de Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables



**Junta de
Castilla y León**

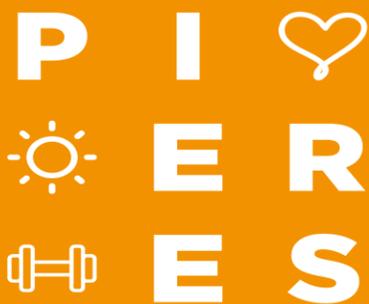
Consejería de Educación

Escuelas Saludables CyL

Proyecto de Innovación
Educativa

Red de ES-CyL

13/04/2023



Proyecto de
Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables

❑ **81%** de la población joven, **no cumplen con las recomendaciones AF**
(77.6% chicos; 84.7% chicas
(Guthold et al., 2020)

❑ **60%** de la población joven utiliza **más de 2h de televisión y uso de pantallas**
(van Sluijs et al., 2021)

75.4% en 2001 y el 71,8% en 2016 son inactivos

(Guthold et al., 2020)



34-39% niños/adolescentes cumplen recomendaciones Tiempo Sedentario
(Aubert et al., 2018)



Radiografía actual

Salud física percibida como buena ha pasado del 86,7%
(2017) al 54,6% (2021) (15-29 años)

El 6,2% reconocía **trastornos mentales** (2017) ha pasado al
15,9% (2021)



Barómetro juvenil 2021.

El 73,9% de los estudiantes de entre 14 y 18 años lo ha
probado alguna vez alguna **sustancia adictiva**

El 70,5% ha **bebido** en el último año (75,9% en 2019) y el
53,6% lo ha hecho en el último mes (58,5% en 2019)

MINISTERIO DE SANIDAD



¿Es el centro escolar un entorno adecuado?





¿Por qué el ámbito educativo es un entorno propicio?

- 1.** Los jóvenes permanecen una gran parte del día en el **colegio o en el instituto** y, además, durante una larga etapa de su vida.
- 2.** Permite atender, de forma **inclusiva**, a grupos prioritarios como el alumnado con un menor estatus socio-económico, o con algún tipo de diversidad funcional,...
- 3.** Intervenir en las primeras etapas de la vida es importante ya que se puede favorecer la **transferencia de hábitos saludables a la etapa adulta**.



➔ Gran parte de la morbilidad y mortalidad entre los niños y los jóvenes es prevenible.

➔ La mayoría de los niños y adolescentes de la Región Europea de la OMS disfrutaban de un alto nivel de salud y bienestar.



➔ Los niños y adolescentes necesitan aire limpio, vivienda segura, alimentos nutritivos, agua limpia y un estilo de vida saludable; Necesitan servicios amigables



Existen múltiples evidencias de esta **estrecha relación entre educación y salud**:

- Los niñ@s con mejores indicadores de salud presentan condiciones más favorables para el aprendizaje y asisten a los centros educativos con mayor regularidad.
- Los niñ@s que acuden a la escuela tienen más probabilidades de estar sanos.
- La promoción activa de la salud en las escuelas puede ayudar a las escuelas y a quienes formulan políticas a alcanzar sus objetivos educativos, sociales y económicos y tener un impacto en la salud de toda la comunidad educativa.
- La promoción activa de la salud tanto del alumnado como del personal del centro educativo puede contribuir a que ellos mismos sean modelos positivos para la comunidad.





Proyecto de
Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables

Ganar salud
en la escuela
Guía para conseguirlo



Qué es una Escuela Saludable?

ES “una escuela que implementa un plan estructurado y sistemático para la salud, el bienestar, y el desarrollo del capital social de todo el alumnado y del personal docente y no docente”

(Marjorita Sormunen en la V Conferencia de la Red SHE, 2019)

Una Escuela Saludable se caracteriza por estar orientada a la acción y a la participación de toda la comunidad educativa, y abierta también a la comunidad local.

Basándose en un **concepto positivo de la salud-Salutogenia**, busca incrementar el grado de bienestar transformando tanto el entorno físico y social como las conductas de vida de quienes integran las mencionadas comunidades.

Ello posibilitará el pleno desarrollo físico, psíquico y social, favoreciendo las buenas relaciones entre todos los miembros de la comunidad educativa y con su entorno.

P **I** 
 **E** **R** Proyecto de
 **E** **S** Educativa Red de
Escuelas Saludables



Schools for Health in Europe, (2019)

El concepto de Escuela Saludable constituye un **enfoque de toda la escuela** que tiene por objetivo **promover la salud y el rendimiento escolar** aprovechando el potencial organizativo de las escuelas para **fomentar las condiciones físicas, socioemocionales y psicológicas** que contribuyen a la salud y a los resultados educativos.

P **I** 
 **E** **R** Proyecto de
 **E** **S** Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables



**Escuelas
Saludables**

**Líneas de
Intervención**

**1. Estilos de vida
saludable: ejercicio
y alimentación**

**2. Medio ambiente
y sostenibilidad**

**3: Educación
emocional**

**4: Prevención
consumo
sustancias
adictivas**

**5: Autocuidados y
accidentalidad**

**6: Uso positivo de
las TIC**

Línea de intervención 1: Estilos de vida saludable: ejercicio y alimentación

Objetivos:

- Promover la práctica de la actividad física y el ejercicio.
- Combatir el sobrepeso y la obesidad infantil y prevenir enfermedades futuras
- Hacer visible que las prácticas de vida saludable mejoran el rendimiento escolar.
- Promover desde el centro una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea, haciendo especial énfasis en el aumento del consumo de frutas y hortalizas y en la disminución del consumo de alimentos ultraprocesados.

Programas:

- **PROGRAMA NUTRIÉRTETE. Entrena tus Hábitos**
- **PROGRAMA ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS, HORTALIZAS Y/O LECHE.** Consejería de Sanidad, Consejería de Educación y Consejería de Agricultura, Ganadería y Desarrollo Rural.
- **“EN MARCHA, por un futuro saludable”.** Asociación Española contra el Cáncer
- **TIEMPOS PARALÍMPICOS.** Federación de Deporte Adaptado
- **DIA DE EF EN LA CALLE.** Colef
- **PREMIOS NAOS.**
- **“SELLO DE VIDA SALUDABLE”**



Línea de intervención 2: Medio ambiente y sostenibilidad

Objetivos:

- Concienciar a los alumnos de los problemas ambientales para mostrarse sensibles ante ellos.
- Fomentar interés en el cuidado del medio y adquirir recursos para preservarlo.
- Ampliar los conocimientos del entorno próximo realizando actividades relativas a la energía, los residuos, el paisaje, el aire, el agua o la vida silvestre.

Programas:

- **SELLO AMBIENTAL. Centro Educativo Sostenible. C^a de Fomento y Medio Ambiente.**
- **PREMIOS A LA ECOINNOVACIÓN. Fundación ENDESA**
- **CONCURSO ESCOLAR CONSUMÓPOLIS 17. Ministerio de Consumo.**



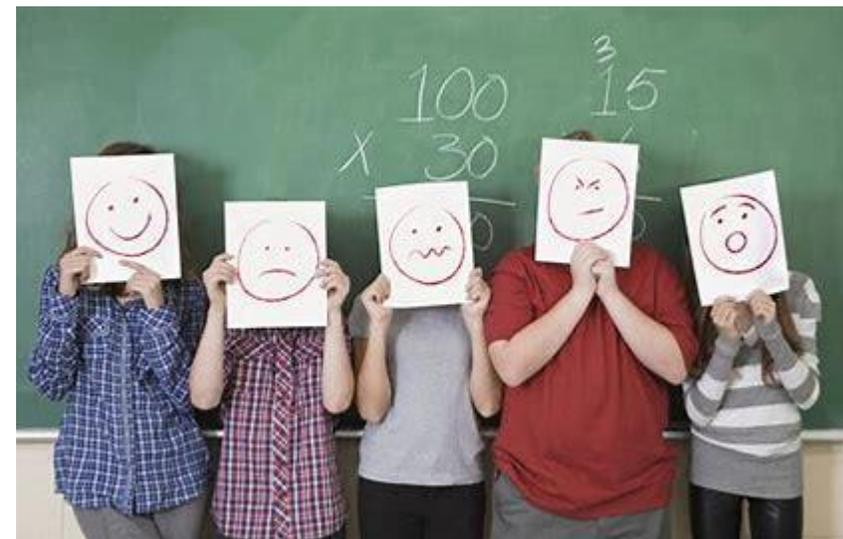
Línea de intervención 3: Educación Emocional

Objetivos:

- Fomentar conductas positivas de aprendizaje y relaciones respetuosas y de apoyo entre el alumnado, el profesorado y las familias.
- Potenciar la capacidad de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo y tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.
- Aumentar la capacidad de adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos del día a día.

Programas:

- Programa “HAZTE UNA ROCA”. FUNDACIÓN EUSEBIO SACRISTÁN
- Programa “EMOCINANTE”. MIGUEL DE LUCAS.
- EDUCACIÓN RESPONSABLE. FUNDACIÓN BOTIN
- Programa “Encuentro Mentes AMI”. Fundación ATRESMEDIA.
- Programa FLUYE. Fundación TRILEMA.



Línea de intervención 4: Prevención de consumo de sustancias adictivas

Objetivos:

- Desarrollar la confianza de las personas en sí mismas, el sentido crítico, la iniciativa personal, el espíritu emprendedor y la capacidad para aprender, planificar, evaluar riesgos, tomar decisiones y asumir responsabilidades.
- Desarrollar actitudes críticas y hábitos relacionados con la salud y el consumo responsable.

Programas:

- **Programa GALILEI. Comisionado Regional para la droga junto con la Consejería de Educación.**
- **Programa DISCOVER. Comisionado Regional para la droga junto con la Consejería de Educación.**
- **Programa CONSTRUYENDO SALUD. Comisionado Regional para la droga junto con la Consejería de Educación.**
- **Programa UNPLUGGED. Comisionado Regional para la droga junto con la Consejería de Educación.**



Línea de intervención 5: Autocuidados y accidentalidad. Educación Vial

Objetivos:

- Promover la adquisición de hábitos de autocuidados como la higiene corporal y postural, entre otros, así como todas aquellas acciones relacionadas con la reducción de la accidentalidad.
- Desarrollar y adquirir hábitos de comportamientos viales correctos.

Programas:

- Programa **SEGURIDAD Y SALUD LABORAL**. C^a de Industria, Comercio y Empleo.
- “**FAST HEROES**”. Fundación Engels.
- **CURSO PRIMEROS AUXILIOS**. Cruz Roja



Línea de intervención 6: Uso positivo de las TIC

Objetivos:

- Concienciar al alumnado sobre el impacto en la salud del uso abusivo de las tecnologías digitales.
- Proponer límites en el uso de las TIC: temporales (tiempo), espaciales (lugares) y comportamiento (valores).
- Abordar y acordar con las familias estrategias para el buen uso de las tecnologías.

Programas:

- **PLAN DIRECTOR PARA LA CONVIVENCIA Y MEJORA DE LA SEGURIDAD EN LOS CENTROS EDUCATIVOS Y SU ENTORNO: RIESGOS DE INTERNET.** Colaboración para la mejora de la seguridad, suscrito por los Ministerios de Educación, Cultura y Deporte y del Interior
- **PLAN DE SEGURIDAD Y CONFIANZA DIGITAL.** C^a de Educación.
- **“CONTROLA TU RED”.** Fundación MAPFRE





Proyecto de Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables

¿?



Escuelas Saludables CyL

Proyecto de Innovación
Educativa

Red de ES-CyL

13/04/2023



**Junta de
Castilla y León**

Consejería de Educación