

EDUCACIÓN EN SALUD

Propuestas para promover hábitos saludables desde la escuela
y garantizar el derecho a la salud de toda la comunidad educativa



EL DERECHO A PODER ELEGIR UNA VIDA SALUDABLE

Cada niño y cada niña tiene derecho a la salud. Desde UNICEF dedicamos gran parte de nuestro trabajo a asegurar este derecho: a través de programas de nutrición, de campañas de vacunación, de proyectos de agua, higiene y saneamiento, de asistencia en emergencias... y también a través de la educación. Porque **la educación es clave para lograr el derecho a la salud de toda la infancia**, tanto en los países más pobres como en los más ricos. Sin el conocimiento necesario para proteger nuestra salud, las personas estamos indefensas frente a los riesgos que nos rodean, sin importar nuestra edad, nuestra riqueza ni nuestra condición: **todos somos iguales frente a la enfermedad**.

La educación no es sólo conocimiento: educar en la salud es más que "saber las partes del cuerpo humano" o "aprender enfermedades". **La educación sobre la salud fortalece el derecho de cada persona** a ser autónoma, a tener un criterio basado en la evidencia científica y a elegir hábitos saludables, no porque se lo digan o porque esté de moda, sino porque considera que es lo mejor para su desarrollo.

Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a **conocer su cuerpo**, cómo funciona y cómo mantenerlo sano. Tienen derecho a **conocer su mente**, cómo sacar lo mejor de ella y cómo utilizarla para poder tomar las decisiones que mejor convienen a su presente y a su futuro. Tienen derecho a **entender sus emociones**, cómo afectan a su día a día y como pueden ayudarles o frenarles en su desarrollo como seres humanos. Tienen derecho a **relacionarse con otras personas**, a vivir en un entorno social saludable, a integrarse en un grupo en igualdad y respeto, a poder distinguir entre las buenas y las malas influencias y a vivir libres de violencia. Por último, pero no menos importante,

tienen derecho a **vivir en un planeta saludable**, donde todas las personas sean conscientes de la importancia del medioambiente en nuestra salud individual y para nuestra supervivencia como especie.

Como contraparte a su derecho a la salud está **nuestra responsabilidad de educarles para que puedan protegerla**. No basta con que aseguremos su nutrición, llevemos su calendario de vacunas o les animemos a moverse: nuestra labor principal consiste en pasarles el testigo para que, a medida que crecen, puedan cuidarse ellos solos: **tenemos que sentar las bases de su derecho a poder elegir una vida saludable**.

En esta guía presentamos algunas de las propuestas que desarrollaremos este curso para poder fortalecer el derecho a la salud desde la escuela y para contribuir desde las aulas a un mundo donde el acceso a la salud, a la higiene, al desarrollo y a un medioambiente saludable es una realidad para todos. A lo largo del curso se verán ampliadas en www.unicef.es/educa/salud ¡No te las pierdas!





¿Qué supone promover el derecho a la salud desde el centro educativo?

Una escuela promotora de la salud se compromete con el derecho a la salud de toda la comunidad educativa a través de acciones concretas:

1. Involucra a toda la comunidad educativa en la promoción de la salud.
2. Se esfuerza por proporcionar un ambiente seguro y saludable.
3. Propone una educación de la salud teórico-práctica y fortalece hábitos saludables.
4. Facilita el acceso a servicios de salud.
5. Implementa una normativa interna y prácticas que promueven la salud.
6. Contribuye a la salud de toda la comunidad.

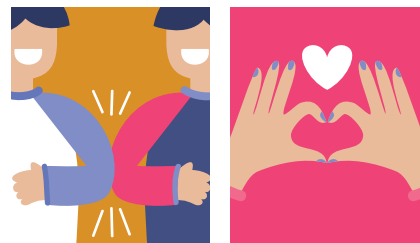
EN RESUMEN: una escuela promotora de la salud utiliza todo su potencial organizativo para promover la salud entre los estudiantes, el personal, las familias y los miembros de la comunidad.

1er TRIMESTRE

Este año damos la bienvenida a un curso un poco especial, en el que las incertidumbres parece que pesan más que las certezas. Pero eso no puede detener la educación ni el derecho a la salud de toda la comunidad educativa. ¡Nos ponemos en marcha para un curso diferente y lleno de solidaridad!

Saludos sin contacto

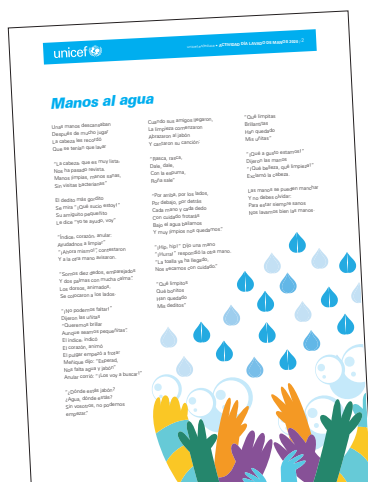
El saludo es un símbolo de bienvenida, respeto y aprecio por la gente que nos rodea. ¡Que mantengamos las distancias no significa que debamos perderlo! Explorar en el aula las alternativas que tenemos para saludarnos en tiempos de COVID-19 y decidir entre todos cuál va a ser nuestra elección y por qué elegimos ese saludo, puede ser una buena forma de iniciar el curso.



¡Manos al agua!

El Día de Lavado de Manos (15 de octubre) nos recuerda la importancia de lavarnos las manos para prevenir enfermedades, pero ¿cómo hay que hacerlo? Este poema, que podemos transformar en

canción, da a los más pequeños algunas claves para poder hacerlo bien. ¡Para estar siempre sanos, nos lavamos bien las manos!



1er TRIMESTRE (cont.)

Los patógenos más buscados

Toda la investigación que se está desarrollando acerca del virus SARS-CoV-2 (COVID-19) nos ayuda a entender algo más sobre el trabajo necesario para prevenir y tratar las enfermedades infecciosas que cada año ponen en peligro la salud y las vidas de millones de personas en todo el mundo. Esta actividad nos presenta algunas de ellas y nos anima a poner nuestros conocimientos y nuestra creatividad en marcha para informar a otras personas sobre la prevención en la salud.



ILUSTRACIÓN: LEANDRO LAMAS

Contagio

A través de este cuento de María Solar, Leticia Costas y Fran Alonso podemos reflexionar sobre la relación entre enfermedad y discriminación. Muchas enfermedades suponen un estigma para quien las padece, lo que supone un sufrimiento adicional para personas en momentos en los que más necesitan el apoyo de otros. Las aventuras de la palabra "Contagio" a través del diccionario nos acercan a esta realidad.

1er TRIMESTRE (cont.)



¡Quítate el mute!



El Día de la Infancia es una fecha en la que todos estamos invitados a reflexionar sobre los derechos de la infancia, los niños, niñas y adolescentes los primeros: ¡No pueden ni deben permanecer en silencio ese día! Hay muchos temas que les afectan directamente y que forman parte de sus preocupaciones diarias pero sus voces quedan “en mute” porque damos prioridad a las opiniones de los adultos: el derecho a un medioambiente saludable, el cambio climático y sus inquietudes sobre las enfermedades del futuro son algunos de ellos.

Proponemos las fechas entre el Día de la Infancia (20 de noviembre) y el Día de la Radio y la Televisión a favor de la Infancia (12 de diciembre) para que tomen la palabra y que desarrollen proyectos de comunicación para informar, sensibilizar, movilizar o entretener acerca de un tema relacionado con el derecho a la salud. A través de la actividad podrán reforzar sus competencias comunicativas, expresarse sobre los derechos de la infancia y entender mejor la libertad de expresión como derecho y como responsabilidad. ¡Es hora de quitarse el mute!

Participa en: www.unicef.es/educa/desmutea

1er TRIMESTRE (cont.)



Cerramos un año de solidaridad



Justo antes de que acabe el trimestre, el 20 de diciembre, celebramos el Día de la Solidaridad Humana, que este año cobra un significado muy especial. Desde que se conoció en enero la pandemia por COVID-19, millones de personas han mostrado su solidaridad con los demás de maneras muy diferentes. ¿Somos capaces de identificar esos actos pequeños y grandes de solidaridad? ¿Por qué son importantes? Las conclusiones a las que lleguemos nos pueden ayudar para ir preparando el Día de la Paz, el 30 de enero.

#GotasUNICEF

No hay salud sin agua, higiene y saneamiento. En todo el mundo, tanto en los países en desarrollo como en nuestro entorno cercano, la higiene es clave para protegernos de enfermedades y para vivir en un entorno saludable. Las distintas propuestas de este curso pueden servir como base a vuestra campaña escolar a favor de Gotas, ya sea una carrera u otro tipo de evento o actividad. ¡Anima a toda la comunidad educativa a poner su gota!

www.unicef.es/educa/gotas



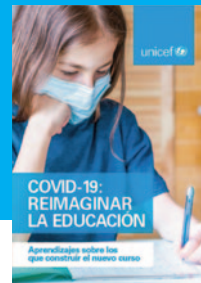
La educación no puede detenerse

Frenar la pandemia por COVID-19 no puede suponer un coste para el derecho a la educación de millones de estudiantes. Por eso, en los últimos meses hemos planteado algunas propuestas que pueden servir de base para diseñar entre todos soluciones adaptadas a los retos que plantea esta emergencia educativa:

- La educación frente al COVID-19.
- COVID-19: Proteger la salud en las aulas.
- COVID-19: Reimaginar la educación.

Más información:

www.unicef.es/educa/covid-19



2º TRIMESTRE

En este trimestre, seguiremos reforzando algunas ideas sobre la protección de la salud en la escuela, incidiendo especialmente en aspectos relacionados con la seguridad on-line. También abordaremos algunas cuestiones relacionadas con la alimentación saludable. Es además en este momento cuando da comienzo la convocatoria anual de reconocimientos a centros referentes en educación en derechos de infancia.



Centros referentes

Durante el segundo trimestre del curso se publicarán las bases de la 4ª edición de los reconocimientos, que fue aplazada en 2020 por el cierre de los centros educativos. En esta ocasión la convocatoria incluirá las modificaciones necesarias para adaptarse a la posibilidad de que la modalidad de enseñanza-aprendizaje no sea totalmente presencial y abarcará las actividades realizadas por el centro en el periodo comprendido entre septiembre de 2019 y la presentación de la solicitud.

Las bases serán publicadas en:
www.unicef.es/educa/centros-referentes



Día de la Paz

En este día recogeremos el testigo de las reflexiones de solidaridad que hicimos antes de las vacaciones y las transformaremos en compromisos para 2021. ¿Lograremos cumplirlos? Eso lo sabremos cuando acabe el año...



2º TRIMESTRE (cont.)

El uso de las TIC en la adolescencia



El curso 2019-2020 fue, sin esperarlo, el año de la educación on-line. De la experiencia han surgido aprendizajes tanto positivos como negativos, pero, sobre todo, la certeza de que ya no es posible concebir un proyecto educativo que no incluya las TIC no sólo como tema de estudio, sino como herramienta y como entorno de trabajo. En febrero celebramos el Día de Internet Segura y aprovecharemos para reflexionar sobre algunos aspectos éticos, sociales y de bienestar emocional ligados al incremento del uso de las pantallas entre los más jóvenes.

Día de la Justicia Social



El 20 de febrero se celebra este día, que nos recuerda que no puede haber derechos para todos si pasamos por alto la justicia social. En esta ocasión, casi un año después de que la COVID-19 fuera declarada pandemia, vamos a dedicarle este día a todas las personas que anónimamente han contribuido a proteger a las personas más vulnerables durante la emergencia.

Para ello desarrollaremos la actividad Pasaporte de Humanidad, celebrando los gestos de compromiso y humanidad que miles de profesionales y voluntarios han tenido para con los demás. ¿A quién incluirás en tu pasaporte? Esta actividad puede ligarse a la campaña de #GotasUNICEF de tu centro educativo.



Día del agua



El 22 de marzo es el día de referencia para dar relevancia a todos los esfuerzos que hemos hecho a lo largo del curso en favor de un mundo donde el acceso al agua, a la higiene, al saneamiento y a un medioambiente saludable para todos sea una realidad. Tradicionalmente, en estas fechas el buen tiempo lleva las carreras de gotas a todos los centros educativos. ¡Pon tu gota!

www.unicef.es/educa/gotas

3er TRIMESTRE

Reservamos el último trimestre a actividades relacionadas con el deporte y la concienciación sobre la salud en nuestro entorno. En estos meses, varios días mundiales relacionados con el agua, la salud, el deporte y el medio ambiente nos ofrecen la oportunidad de reflexionar y celebrar. Además, prestaremos especial atención a cuestiones relacionadas con el bienestar emocional, el buen clima escolar y la protección de la salud mental.



Presentación de candidaturas a los reconocimientos

Antes de que finalice el curso se cerrará el proceso de presentación de candidaturas de la 4ª edición de los reconocimientos a centros referentes en educación en derechos y ciudadanía global. Si tu centro tiene interés en esta convocatoria, presta atención a las actualizaciones de la convocatoria que llegarán a lo largo del curso para que podáis presentar la documentación a tiempo.



Exposición de Gotas

En este curso estará disponible una exposición itinerante de la campaña Gotas dirigida a centros educativos. Se trata de una serie de paneles educativos que combinan fotografía y datos sobre agua, higiene y saneamiento, en relación con el Objetivo 6 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Los centros referentes y escuelas amigas que estén interesados en albergarla, podrán solicitarlo al comité autonómico de UNICEF correspondiente.



Formación del profesorado

¿Te interesa profundizar más sobre la educación en derechos de infancia, la ciudadanía global y los objetivos de desarrollo sostenible? Este curso tenemos varias propuestas de formación que se irán desplegando a lo largo de los próximos meses: educación en derechos de infancia y ciudadanía global, la participación infantil y la equidad de género en los Objetivos de Desarrollo Sostenible, el derecho a la protección en los centros educativos.... ¡Anótalos en tu agenda!

Más información: www.unicef.es/educa/educacion-derechos

¡NOS DESPEDIMOS DEL CURSO!

En junio nos despediremos de las clases haciendo un repaso de los avances que hemos logrado en materia de protección de la salud y de promoción de los hábitos saludables a lo largo

del curso. El reto de educar en el derecho a la salud es grande y puede ser necesario desplegar una agenda de actuación que continúe en los próximos cursos.



Edición

UNICEF Comité Español
www.unicef.es/educa

Diseño gráfico: Rex Media SL

Ilustraciones: Las ilustraciones de las páginas 4, 6 y 8 han sido adaptadas de originales

Los materiales educativos, recursos y actividades sobre derechos de infancia, desarrollo sostenible y ciudadanía global forman parte del trabajo en Educación en Derechos y Ciudadanía Global de UNICEF Comité Español.

Este material ha sido producido en el marco del proyecto de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID) "Promover el cumplimiento de los ODS desde el ámbito educativo, por y con los niños, niñas y adolescentes." El contenido de esta publicación no refleja necesariamente la opinión de la AECID.

UNICEF promueve los derechos y el bienestar de todos los niños y niñas en todo lo que hacemos. Junto a nuestros aliados, trabajamos en 190 países y territorios para transformar este compromiso en acciones prácticas, centrandos especialmente nuestros esfuerzos en llegar a los niños más vulnerables y excluidos para el beneficio de todos los niños, en todas partes.

Esta publicación ha sido creada bajo una licencia Creative Commons Atribución- NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional, salvo para aquellos contenidos en los que expresamente se define otro tipo de licencia.



FINANCIA:



COLABORA:

