

P007 – EDUCACIÓN PARA LA SALUD MEDIOAMBIENTAL: PILOTAJE DE UN PROGRAMA EN CENTROS EDUCATIVOS DE SECUNDARIA

Olivo Pérez, María Dolores; Sánchez Palomares, José Carlos. Enfermera/o del CS Beniaján. Área VII. Murcia.

Palabras Clave

Salud ambiental, Educación para la Salud, Huella ecológica.

Introducción

El programa "RECONNECTATE" se está pilotando en el curso 2021/2022, con 259 alumnos/as de la ZBS de Beniaján.

Metodología

El programa se desarrolla a través de cinco sesiones activas y participativas, impartidas por dos profesionales de enfermería.

Objetivos

- ⇒ Conseguir una alimentación equilibrada y respetuosa con el medio ambiente, basada en la dieta mediterránea, y consumiendo productos de proximidad y de temporada.
- ⇒ Promover una mejor salud física, potenciando la actividad en espacios verdes.
- ⇒ Mejorar la salud mental, ofreciendo alternativas de ocio activo, manejo del estrés y mejora del descanso.
- ⇒ Fomentar el cuidado del medio ambiente, reduciendo y compensando la huella ecológica.
- ⇒ Conseguir una reconexión con la naturaleza.

Esta intervención de Salud Comunitaria concientiza y sensibiliza al alumnado sobre el medioambiente y el beneficio de cambio de hábitos para su salud. A través de la educación en valores ambientales, trabaja el empoderamiento, la participación y la responsabilidad de cada persona.

Sesión 1

- Dirigida a las familias.
- Información sobre el cambio climático, sus repercusiones en la salud, y las herramientas para minimizar ese impacto.

Sesión 2

- Evaluación de conocimientos previos del alumnado y nivel de conexión con la naturaleza.
- Explicación de los conceptos de cambio climático, efectos sobre la salud y huella ecológica, y cálculo de dicha huella.

Sesión 3

- Con el alumnado, en un espacio al aire libre del centro educativo.
- Reducción y compensación de la huella ecológica, en las siguientes áreas: alimentación, movilidad, naturaleza y ciudades, vivienda y consumo.

Sesión 4

- Salida a un espacio natural cercano, con un agente comunitario, que muestra la biodiversidad de la zona.
- Se realiza un análisis del almuerzo que llevan, así como de su embalaje. Se refuerzan los beneficios de la conexión a la naturaleza y del ejercicio en un entorno verde.

Sesión 5

- Evaluación de los conocimientos adquiridos, de los profesionales implicados y del programa en sí.
- Entrega de un diploma acreditativo.