

Salud y Escuela

Autor: Hernández González, Mónica del Mar (Maestro. Especialidad en Educación Infantil).

Público: Maestros, educadores y familias. **Materia:** Educación para la salud. **Idioma:** Español.

Título: Salud y Escuela.

Resumen

A lo largo de este artículo se destaca la importancia de la acción educativa para trabajar la promoción de la salud con los niños/as. España se encuentra a la cabeza en obesidad infantil, y junto con las familias debemos actuar para erradicar esta problemática en la que nos vemos inmersos. A modo de ejemplo detallo una serie de actividades a trabajar con cada uno de los grupos de Infantil y Primaria, no sin antes recibir como maestros una formación adecuada que nos ayude a trabajar de manera más competencial este tema.

Palabras clave: Salud, obesidad infantil, promoción de salud, infantil y primaria, formación, actividades.

Title: Health and school.

Abstract

Throughout this article the importance of educational action stands for working health promotion with children / as. Spain is at the head in childhood obesity, and together with families must act to eradicate this problem in which we are immersed. As an example I detail a series of activities to work with each of the groups of elementary and primary, but not before receiving proper training as teachers to help us work more competential way this issue.

Keywords: Health, childhood obesity, health promotion, nursery and primary schools, training, activities.

Recibido 2016-11-04; Aceptado 2016-11-11; Publicado 2016-12-25; Código PD: 078017

La importancia de la promoción de la salud en nuestra sociedad, se hace cada vez más patente dado los datos que revelan que España se encuentra a la cabeza en obesidad infantil.

Familias y escuela son los agentes principales para acabar con esta situación, ya que los niños/as tienen como primeros referentes a estos entornos, por lo que lo que ofrezca el contexto será clave a la hora de paliar esta problemática.

Los centros educativos, junto con el hogar, son los ámbitos socializadores clave donde tiene lugar el desarrollo de las personas en sus estadios más tempranos, ejerciendo un importante papel en la configuración de la conducta y los valores personales y sociales de la infancia y la adolescencia (Salvador y Suelves, 2009).

Los procesos de enseñanza-aprendizaje donde la familia y la escuela trabajan en una misma línea, se ven enormemente favorecido en los resultados. Este hecho destaca la importancia de que como maestros propiciemos una relación estrecha entre las familias, el centro y el alumnado.

La colaboración en actividades dentro del centro o la realización de convivencias son dos ejemplos de actividades que pretenden crear y afianzar vínculos entre estos dos agentes educativos. Este hecho posibilita conocer al niño, y a su familia más allá del entorno escolar, observar actitudes que no son posibles dentro del aula, y lo que también es importante; aprender todos de todos.

Es por ello que a través de dinámicas, y actividades grupales propiciemos la iniciación, o afianzamiento (según los diferentes casos) en la educación para la salud.

Aspectos como la realización de recetas, uso exclusivo de alimentos saludables e iniciación al deporte, pueden servir al maestro/a para trabajar con las familias la promoción de la salud.

Actualmente existen numerosas Escuelas Promotoras de Salud que cuentan con los siguientes objetivos a cumplir:

- Generar condiciones que afiancen los centros educativos como espacios seguros, inclusivos y promotores activos de la salud.
- Promover un entorno y un clima social positivo en todas las comunidades educativas.
- Promover comportamientos, hábitos y estilos de vida saludables, a partir de un enfoque de trabajo cooperativo.

- Promover en la Comunidad Educativa el sentido de la responsabilidad individual, familiar y social relacionada con la salud.

Potenciar la integración curricular de la Educación para la Salud desde un enfoque competencial y significativo

Debemos tener presente que somos un referente para el alumnado, y que nuestra acción servirá de ejemplo a la hora de adquirir todo tipo de conocimientos, incluidos, los relacionados con hábitos de vida saludables.

Tras ello, planteo a continuación una serie de actividades enfocadas a cada uno de los cursos de la Educación Infantil, Primaria y al profesorado:

- Profesorado: Asistencia durante el horario de exclusiva a unas charlas formativas sobre la promoción de la salud en los centros educativos, impartida por una especialista en el sector.
- Educación Infantil: Los diferentes grupos de infantil trabajarán los distintos alimentos a través de actividades de manipulación y experimentación, y se encargarán de la decoración de los pasillos del centro.
- Educación Primaria (1º y 2º curso): elaborarán conjuntamente, los menús de desayuno que consideren saludables, con ayuda del maestro/a, y serán los que deban seguir cada uno de los grupos.

Educación Primaria (3º, 4º, 5º, y 6º curso): El alumnado de 4º y 5º elaborarán distintas recetas saludables y las expondrán al alumnado de 5º y 6º curso, los cuales deberán ejecutar en pequeños grupos dichas recetas y serán posteriormente degustadas por todo el centro.

•