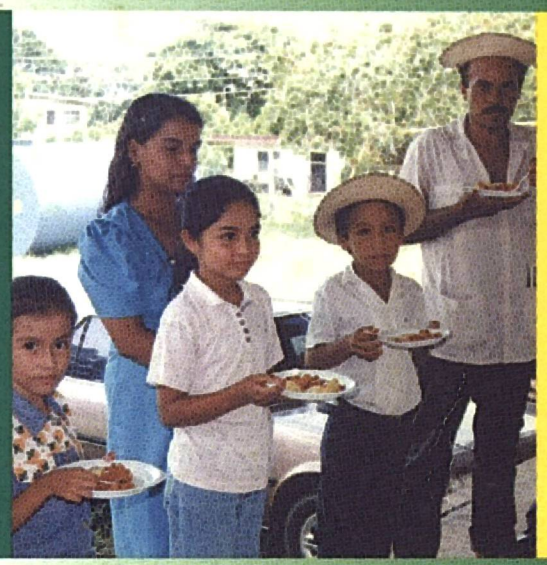
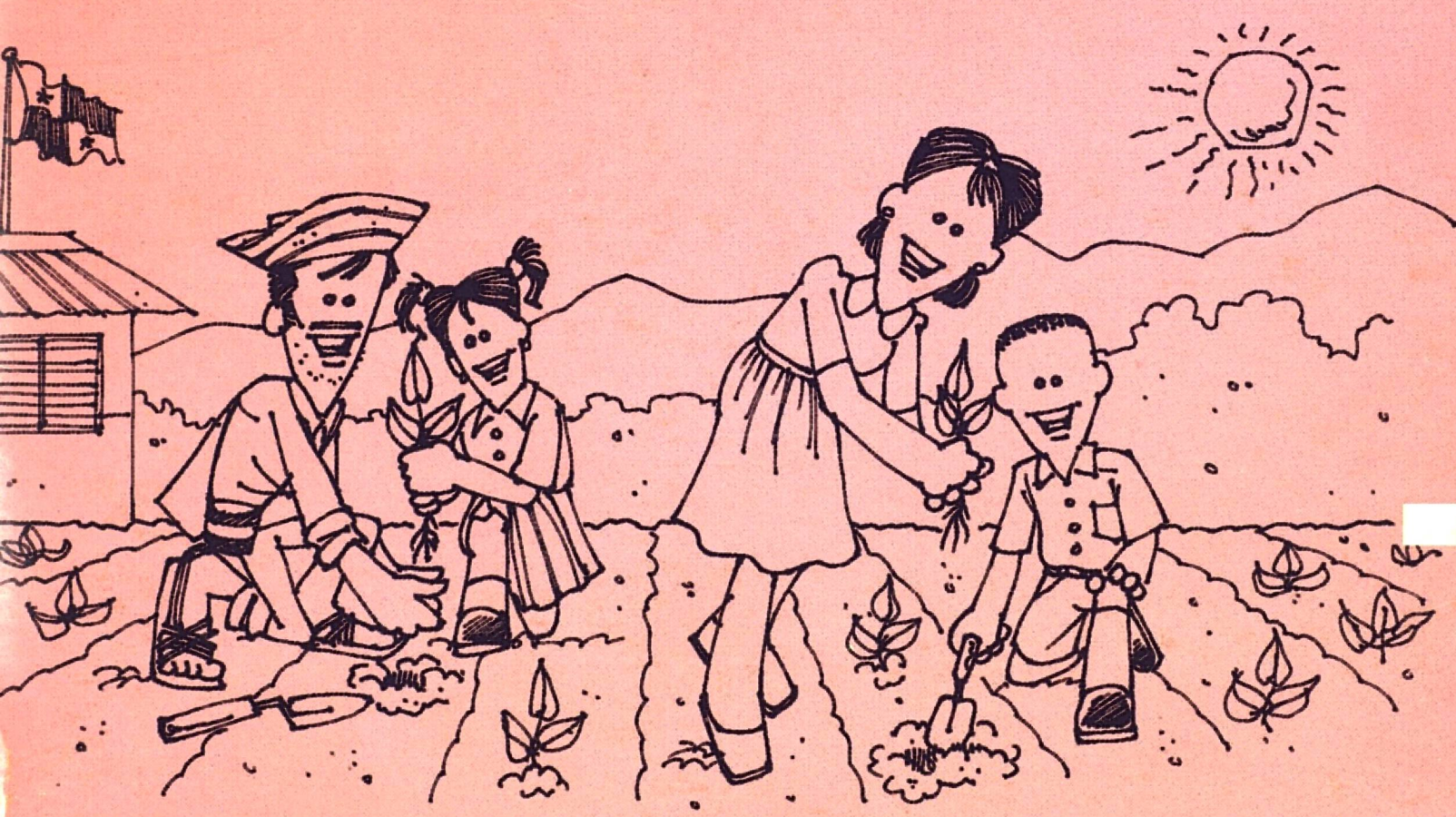


INCAP
MDE
128
MOD. 5

Curso de Educación a Distancia Alimentación y Nutrición

Módulo No. 5

Escuela Promotora de Salud



Ministerio de Salud
Panamá, República de Panamá
Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá INCAP/OPS

Curso de Educación a Distancia

Alimentación y Nutrición

Módulo 5

ESCUELA PROMOTORA DE SALUD

Panamá, República de Panamá

Generadores Responsables del Curso.

Autores

Lic. Victoria E. Valdés

Lic. Leonel Gallardo

Lic. Veronika Molina de Palma

INCAP/OPS

Revisión de Enfoque de Escuela Promotora de Salud

Profesora María Elena Corrales

Educadora para la Salud

Ministerio de Salud

Revisión Enfoque de Género

Programa Mujer, Salud y Desarrollo

MINSA/OPS

Panamá, 2001

3ª Edición

Ministerio de Salud de Panamá
Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá
(INCAP/OPS)

372.37

Es19 Escuela promotora de salud: módulo No. 5
Panamá: Ministerio de Salud, Instituto de Nutrición de
Centroamérica y Panamá, 2001
52p.; 28 cm. - Serie Alimentación y nutrición.

ISBN 9962-621-01-1 (Obra completa)
ISBN 9962-621-06-2

1. SALUD ESCOLAR-PANAMA 2. SITUACIÓN
NUTRICIONAL-PANAMÁ I. Título

Impreso en los talleres de **Impresora Pacífico, S.A.**
Diseño de Portadas e interiores **Clave 2, S.A.**
Agosto 2001

TABLA DE CONTENIDO

I.	INTRODUCCIÓN.	1
II.	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	3
III.	ANTECEDENTES	4
	A. Municipios Siglo XXI	4
	B. Escuelas saludables, una iniciativa mundial.	4
IV.	QUE ES UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.	6
V.	ORGANIZACIÓN PARA TRABAJAR EN ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD.	15
VI.	EVALUACIÓN DE UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.	17
VII.	CINCO PASOS PARA EL ÉXITO.	20
VIII.	EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICION	26
IX.	BIBLIOGRAFIA	29
X.	EJERCICIOS INTRATEXTO	30
XI.	ANEXO	34
XII.	AUTOEVALUACIÓN.	45

I. INTRODUCCION A LA UNIDAD

Los jóvenes representan el futuro de nuestro país y la responsabilidad de su educación y salud compete a todos los miembros de una comunidad y no solo al maestro. La escuela nos permite aplicar lo aprendido en el curso para lograr mejorar los conocimientos y practicas de los estudiantes.

Promover la Salud implica estimular el desarrollo de habilidades a la población para la toma de decisiones en salud haciéndose responsable de su propia salud, adquiera y promueva hábitos de vida sanos partiendo de los recursos disponibles en la comunidad.

El objetivo principal de la estrategia de Escuelas Promotoras de Salud es que los escolares y demás personas que integran una comunidad escolar gocen de un buen estado de salud física, mental y social en un ambiente de bienestar institucional, comunitario y ambiental.

Es necesario que todos los protagonistas de esta iniciativa se compenetren profundamente

con algunos conceptos claves y evidencias: una escuela saludable está inmersa en los procesos de desarrollo local, tales como: Municipios Saludable, desarrollo comunitario, estilos de vida saludables y otros que tienen relación con el quehacer de la escuela, dentro del ámbito de apoyo educativo adecuado.

En esta unidad se presenta información sobre la estrategia de los Municipios Saludables que se desarrollan en algunos distritos de nuestro país así como la iniciativa de las Escuelas Promotoras de Salud. Se presentan además medidas prácticas para iniciar el proceso de lograr que las Escuelas de la comunidad sean Promotoras de la Salud.

Enfatizando el área de Nutrición, se presentan los problemas más frecuentes en las escuelas y algunas ideas para el desarrollo de planes de acción, incluyendo el área de Comunicación/ Educación en Alimentación y Nutrición.

II. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Que al completar esta unidad, el participante pueda:

- 1- Definir los conceptos: Municipio Saludable, estilo de vida saludable, Escuela Promotora de Salud.
- 2- Enumerar y describir los pasos que se deben seguir para la organización y desarrollo del proceso de Escuela Promotora de Salud.
- 3- Identificar las principales habilidades para vivir.
- 4- Identificar los problemas que afectan la salud en una escuela y proponer soluciones.
- 5- Elaborar un plan de acción para promover la salud en la escuela de su comunidad.



III. ANTECEDENTES

A. MUNICIPIOS SALUDABLES, SU DESARROLLO EN PANAMÁ.

El 7 de abril de 1995, Día Mundial de la Salud, se realiza el Primer Encuentro de Alcaldes por la Salud que consistió en una reunión de negociación entre las autoridades del Ministerio de Salud con la participación del Gobierno Central, Gabinete Social, la Presidencia de la República y los Alcaldes, Gobernadores, Intendentes, Presidentes de los Consejos Municipales de las Provincias y Distritos del país.

Producto de esta reunión se emitió el documento Acuerdo de Veraguas, mediante el cual las autoridades locales refrendaron públicamente en presencia del Señor Presidente de la República, la Primera dama de la Nación, los Ministros de Estado, Directores de Instituciones del Gabinete Social y la Representación de OPS / OMS, su compromiso de apoyar la iniciativa para el desarrollo de los Municipios Saludables enmarcados dentro del proceso de descentralización de la salud.

El apoyo y compromiso político alcanzado con las autoridades nacionales y civiles durante el encuentro Veraguas y las coordinaciones intersectoriales realizadas a raíz de la misma, facilitó el espacio para ampliar la visión del desarrollo local hacia un enfoque de desarrollo multisectorial de los municipios; razón por la cual, la iniciativa de Municipios Saludables fue redimensionada como el programa oficial del gobierno para el desarrollo de los municipios y para el combate contra la pobreza, ubicándose a nivel del Despacho de la Primera Dama del país la coordinación nacional y multisectorial del programa denominado: "Municipios Siglo XXI: por un Desarrollo Sostenible".

La metodología está dirigida a facilitar a la gente del municipio su participación en la toma de decisiones que contribuyan a un desarrollo humano sostenible, individual, familiar y comunitario, así como a la consolidación de la democracia a través de la ejercitación de los derechos y deberes humanos.

El programa se fundamenta en el conocimiento de las realidades locales y la participación organizada de la comunidad en la toma de decisiones políticas sobre programas y proyectos de desarrollo humano y comunitario.

La esencia del Programa Municipio Siglo XXI es la identificación en cada municipio de los recursos y potencialidades locales, que permitan una movilización de actores y recursos para ejecutar proyectos integrales que apunten hacia el desarrollo humano sostenible. Todo este proceso será ejecutado promoviendo la participación social, la solidaridad humana, el respeto a los valores y derechos, el fortalecimiento de una cultura de paz, el afianzamiento de la identidad y cultura nacional, respetando la diversidad, en fin impulsando un cambio de actitud en las comunidades, basado en el fortalecimiento de la autoestima individual y comunitaria, y el sentido de pertenencia.

De igual modo, procura fortalecer los gobiernos locales y promover la ruptura de los lazos de dependencia y su sustitución por procesos de autogestión. Los proyectos que se promuevan deben constituirse en factores de desarrollo, por lo tanto deben estar orientados a grandes componentes que promuevan un desarrollo integral y

sostenible tales como: programas productivos, capacitación para el trabajo, desarrollo de la capacidad gerencial, infraestructura productiva, introducción de tecnología apropiada, acceso y administración del crédito, apoyo a la comercialización y muchas otras líneas más.

La política de Salud actual prioriza la Promoción de la Salud como un eje fundamental para el logro de la equidad en salud y dentro de ésta se impulsa el fortalecimiento de las comunidades sanas y los municipios saludables.

B. ESCUELAS SALUDABLES, UNA INICIATIVA MUNDIAL.

En la última década ha tomado fuerza un movimiento mundial para la promoción de la salud escolar, considerando que las escuelas no deben ser solamente lugares de aprendizaje de la ciencia y la cultura, sino que sean instancias promotoras del desarrollo saludable de niños y adolescentes, hecho que puede aumentar el rendimiento de las inversiones que se hacen en educación, ya que está comprobado que la capacidad de aprendizaje de los niños está influenciada por sus condiciones de salud y el estado nutricional.

Nunca antes en la historia de la humanidad habían asistido tantos niños a la escuela. En los países en desarrollo, más del 70% de los niños completan un mínimo de cuatro años de estudios. En la actualidad, hay mil millones de jóvenes entre 10 y 19 años de edad, de los cuales a la gran mayoría (84%) viven en los países en desarrollo. En solo seis años más, habrá dos mil millones de adolescentes en el planeta, los que vivirán principalmente en África, Asia y América Latina, y serán el recurso más importante en cada país. Si se les forma adecuadamente, su potencial para crear un mundo mejor, es incalculable.

Hace algunas décadas el mundo centró su atención en la supervivencia infantil y todos aprendimos a ayudar a los niños a sobrevivir más allá de su nacimiento. Ahora, ha llegado el momento de concentrarnos en el desarrollo de la mente y el cuerpo de los niños y adolescentes.

Hoy día sabemos que la promoción de la salud en las escuelas, es una de las maneras más eficientes y eficaces de mejorar la vida de nuestros niños.

La iniciativa de Escuelas Saludables ha venido gestándose desde mediados de la década de los 80, alcanzado un hito importante en 1990 en la Conferencia Europea sobre Promoción de la Educación para la Salud. Este esfuerzo recibió el apoyo de la OMS y del Consejo de Ministro de la Comunidad Europea, propiciando la conformación de la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud, la cual cuenta en la actualidad con miles de escuelas participantes en 27 países de ese continente.

Por su parte la Organización Panamericana de la Salud (OPS), oficina regional de la OMS para las Américas, ha estado también apoyando el movimiento de Escuelas Saludables promoviendo la Conformación de una Red Latinoamericana, la cual pretende alcanzar objetivos similares a los de su congénere europea.

En Centro América, en el mes de octubre de 1996 en El Salvador, en la XVI Reunión Ordinaria de la Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC), los Ministros de Educación y Jefes de Delegación emitieron una resolución en favor de impulsar la iniciativa de Escuelas Saludables y la promoción de la Seguridad Alimentaria Nutricional en las escuelas.

En noviembre del mismo año, en Costa Rica, se realizó la primera reunión y Asamblea Consultiva de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud, con la participación de representantes de los países de la Región, de OPS/OMS y del INCAP. El grupo coincidió en señalar que la red es una estrategia intersectorial para la promoción de la salud y el desarrollo de niños y adolescentes. En abril de 1998 se efectúa la 1ª Reunión de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de salud donde se reafirma la necesidad de extender la iniciativa participativa de los padres de familia y de la comunidad.

En Panamá este proyecto se está ejecutando con el apoyo del Despacho de la Primera Dama en Municipios Siglo XXI con el lema de Escuela Promotora de Salud: Formando para la vida. Esta iniciativa se enmarca dentro de las políticas sociales que impulsan los Gobiernos de las Américas y que mediante acciones concretas apoyan las Primeras Damas a favor de los grupos más vulnerables y de riesgo en las Américas como son la niñez y la adolescencia cuyo objetivo es contribuir al mejoramiento de la Salud integral y calidad de vida de la niñez con un modelo de actividades desarrolladas en los recintos escolares, con participación comunitaria.

La Promoción de la Salud en nuestras escuelas es responsabilidad de todos, no solo del maestro.

IV. QUE ES UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.

ESCUELA PROMOTORA DE SALUD se refiere a un centro educativo, en el cual los alumnos logran un armonioso desarrollo biológico, emocional y social, en un ambiente de bienestar institucional y comunal, desarrollando estilos de vida saludables; que conlleven a la conservación y mejoramiento de su salud, así como su seguridad física y ambiental, favoreciendo su aprendizaje; lo cual se logra con participación de las familias, los maestros, el personal de las escuela y la comunidad

En una escuela Promotora de Salud, cuatro son los componentes fundamentales:

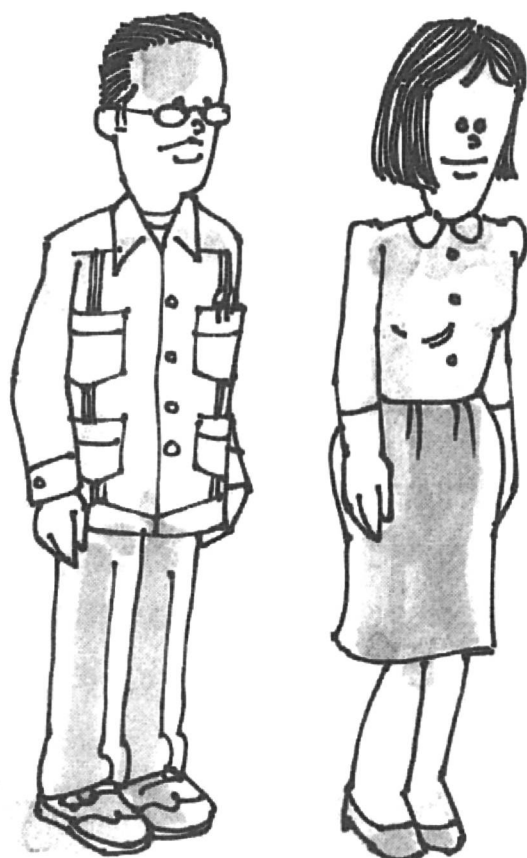
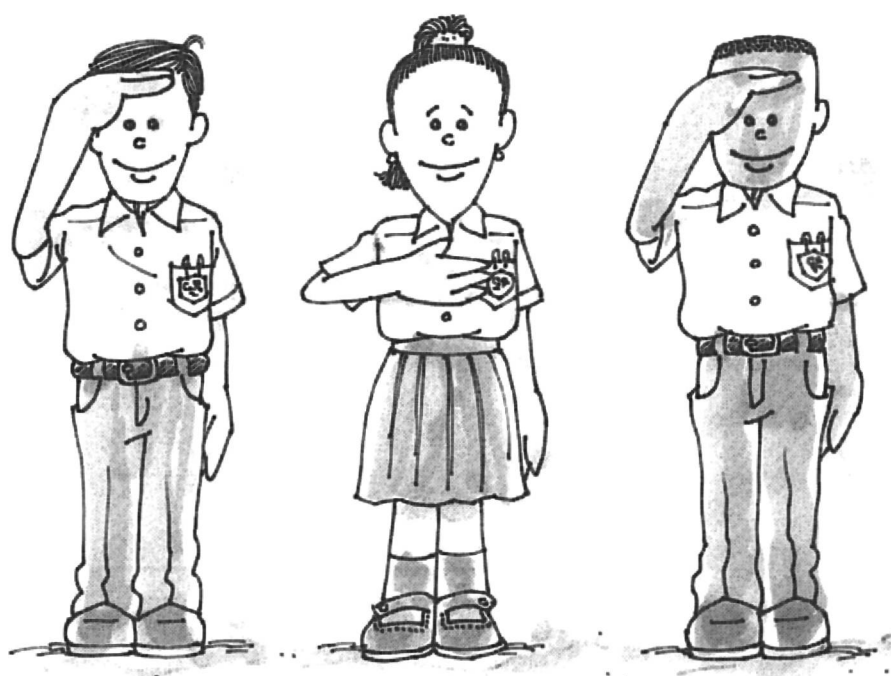
- Los alumnos aprenden estilos de vida saludables y habilidades básicas para vivir.
- Participan las familias, los maestros y maestras y la comunidad.
- Existe un ambiente seguro y agradable.
- Se desarrollan actividades de Promoción y Protección de la Salud de los alumnos y del ambiente escolar y comunitario.

A. PROTAGONISTAS DE UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.

Tres son los protagonistas fundamentales en una comunidad escolar, todos los cuales son responsables de hacer realidad el concepto de escuela saludable: **los alumnos, los maestros y las familias**, entendidas estas últimas como integrantes de una comunidad.

LOS ALUMNOS:

Su formación integral es el objetivo principal del sistema escolar. Ellos son los responsables de aprender los estilos de vida saludables, participando activamente en tareas, orientados por sus maestros y sus familias.



LOS MAESTROS:

Los maestros no solamente proveerán conocimientos a través de las asignaturas, sino que estimularán en los alumnos la formación de **HABILIDADES PARA VIVIR**, cuyo aprendizaje es trascendental para que los niños estén en condiciones de asumir una vida responsable en una sociedad libre, con espíritu de comprensión, paz, tolerancia, igualdad de sexos y amistad entre los pueblos.

Son los responsables de conducir el proceso educativo y formador de manera sistemática, creando las condiciones para que se logre el aprendizaje de estilos de vida saludables en sus alumnos.

LA PRACTICA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES POR LOS PROPIOS MAESTROS, ES UN BUEN EJEMPLO PARA LOS NIÑOS.

LAS FAMILIAS:

Tradicionalmente gran parte de las responsabilidades en la formación del niño se le han asignado a los maestros. Actualmente se reconoce que esta responsabilidad debe ser compartida por las familias y grupos sociales que integran la comunidad escolar.

La enseñanza de estilos de vida saludables es sistematizada por los maestros, pero se aprenden y refuerzan en todo momento, motivo por el cual las familias deben participar en las actividades conducentes al logro de una escuela saludable.



LA PRACTICA DE ESTILOS DE VIDA POR LAS PROPIAS FAMILIAS Y COMUNIDADES ES UN BUEN EJEMPLO PARA LOS NIÑOS. ESTE HECHO REFUERZA LA IDEA DE QUE LAS ESCUELAS DEBEN EXTENDER SUS MENSAJES EDUCATIVOS A LA COMUNIDAD.

B. DIEZ CARACTERÍSTICAS DE UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.

Desde un punto de vista teórico se podrían enumerar y describir múltiples características o proponer enfoques y clasificaciones sobre escuelas promotoras de salud, sin embargo, hemos preferido revisar las concepciones prácticas que en la mayoría de los países coinciden al referirse al tema o el presentar experiencias. Tales características podrán reformularse o asignarles énfasis diferentes de acuerdo a factores de índole social, económico, científico o cultural.

Se resumen así:

1. Los niños adquieren aptitudes y capacidades para afrontar los retos y problemas de la vida diaria, entre otros, la aptitud para practicar estilos de vida saludables que fomenten y protejan su propia salud y bienestar.
2. Es un lugar seguro, libre de violencia (física, psicológica, verbal), libre de tóxicos, con agua potable, instalaciones sanitarias, adecuada iluminación y ventilación y un ambiente psicológico positivo para el aprendizaje.
3. La currícula escolar expone con claridad los contenidos básicos para la enseñanza de la salud y los métodos que sugieren son esencialmente participativos para asegurar el éxito, no solo del aprendizaje, sino en la adquisición de las aptitudes para la vida.

4. En la gestión de una escuela promotora de salud, participan en forma organizada y responsable: los alumnos, maestros y personal de la escuela, las familias, instituciones públicas y privadas, representantes de las municipalidades y comunidades.
5. La escuela promueve la cultura sanitaria y el mejoramiento de las condiciones del medio ambiente de la comunidad de la cual es parte integrante.
6. Se ejecutan con instituciones de salud y desarrollo programas permanentes de protección de la salud del niño en edad escolar previniendo enfermedades y asegurando que crezcan sanos.
7. Se educa y se promueve la seguridad alimentaria nutricional del escolar y su familia, promoviendo medidas para asegurar la disponibilidad, accesibilidad, consumo y buena utilización biológica de los alimentos.
8. En una escuela promotora de salud los niños tienen plena participación educacional en todos los programas y actividades de promoción de la salud, sin discriminaciones.
9. Los maestros se capacitan en forma continúa para promover la salud en la escuela y la comunidad.
10. Los maestros y el personal escolar son debidamente valorados y se les brinda el apoyo necesario para que puedan promocionar la salud.

C. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

La connotación plural del término estilos de vida sugiere que pueden existir múltiples estilos de vida, lo cual puede estar condicionado por factores de variada naturaleza: cultural, social, étnico, así como por factores del medio ambiente y aún de las condiciones biológicas de la persona. Sin embargo, trataremos de llegar a un concepto general que involucre la vida mental y biológica, presentando dos ejemplos.

“un día en la vida saludable de Juanita Martínez”



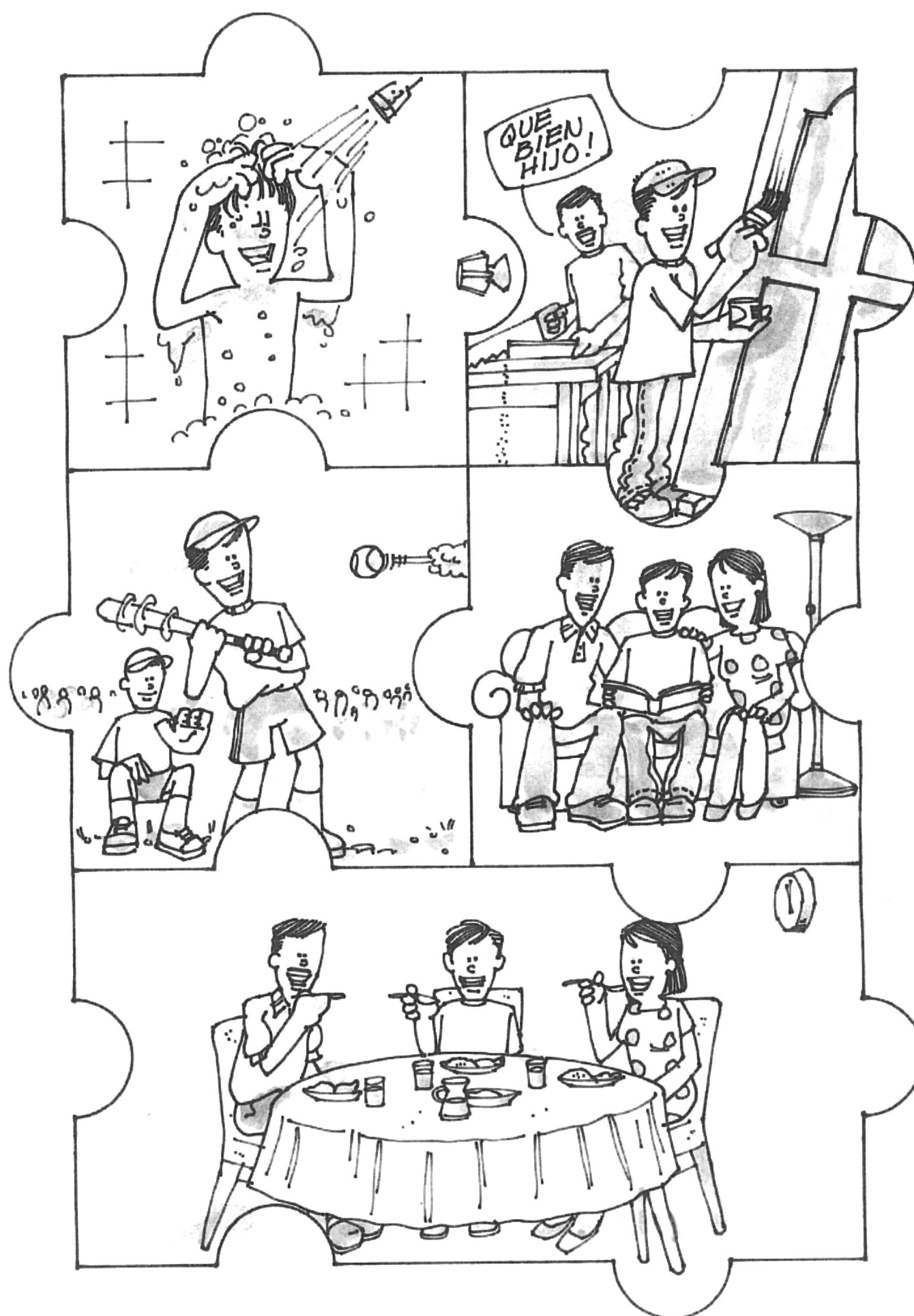
Juanita Martínez es una muchacha de doce años de edad que cursa el 5o. grado en una escuela de su comunidad. En esa escuela, tanto los maestros como las familias y alumnos se preocupan por su escuela para que ésta sea saludable, a la vez que aprenden estilos de vida saludables.

Ellos saben que un estilo de vida saludable se refiere al comportamiento que deben tener las personas para promover un buen estado de salud, prevenir las enfermedades, procurar el bienestar psicológico y evitar riesgos del ambiente.

Pese a su corta edad Juanita ha aprendido bastante sobre estilos de vida saludables como se puede observar estudiando lo que hace ella durante un día de su vida.

“un día en la vida saludable de Luis Ramón Pérez”

Luis Ramón es un muchacho de 13 años que cursa el 6o. grado de primaria en una escuela suburbana, cercana a la capital. Su familia es de escasos recursos, a pesar de lo cual tratan de vivir de manera sana y progresista. El comportamiento de Luis, que le han inculcado sus padres y maestros de la escuela, es el de un niño alegre, estudioso, correcto y esforzado por ser “algo más en la vida”, como le ha oído decir a su madre repetidas veces. Veamos, por ejemplo, en qué consiste un día sábado saludable en la vida de Luis Ramón:



D. HABILIDADES Y CAPACIDADES PARA VIVIR

Con estos dos términos que pueden tener diferencias sutiles entre sí y con otros similares * se ha estado denominando en los últimos años a un conjunto de condiciones o aptitudes necesarias para que los individuos tengan un comportamiento adecuado y positivo que les permita enfrentar con éxito las exigencias y retos de la vida diaria.

La Organización Mundial de la Salud, con la participación de expertos en Salud Mental y Desarrollo Psicosocial de Niños y Adolescentes, publicó en 1993 y posteriormente ha estado promoviendo, la enseñanza en las escuelas de las **habilidades para vivir** en niños y adolescentes.

Reconocen que tales habilidades pueden ser numerosas y aún podrían variar en su naturaleza y definición en distintos medios y culturas. Sin embargo se estableció que existe un grupo esencial de habilidades para vivir en las áreas de la promoción de la salud y del bienestar de niños y adolescentes

Las habilidades para vivir promocionadas son las siguientes:

- *CAPACIDAD PARA TOMAR DECISIONES*

Durante toda la vida las personas están expuestas a tener que tomar decisiones en forma activa respecto a los comportamientos relacionados con la salud, debiendo saber evaluar las alternativas y efectos que estas podrían tener, para manejar constructivamente las decisiones respecto a sus vidas.



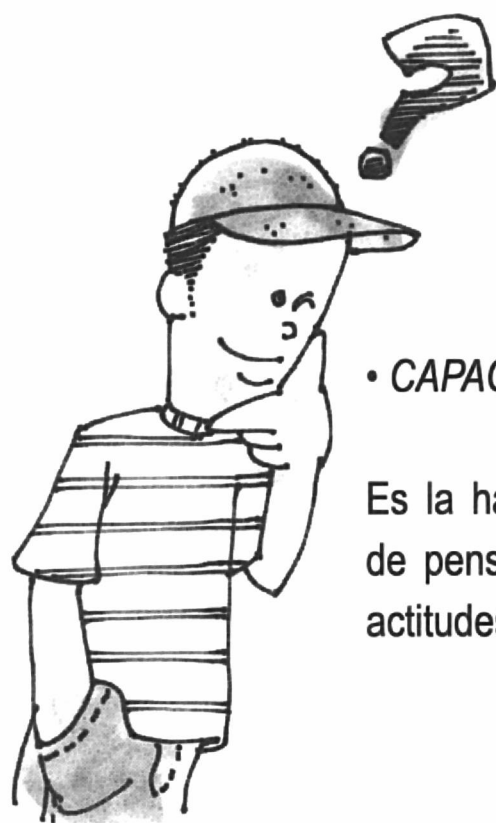
- *HABILIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS*

Esta habilidad le permite al individuo enfrentar en forma constructiva los problemas de su vida.

- *CAPACIDAD PARA PENSAR EN FORMA CREATIVA*

Lo cual le permite explorar las opciones disponibles y las consecuencias de nuestras acciones, respondiendo de manera adaptativa y flexible con las situaciones que se presentan en la vida cotidiana.





- *CAPACIDAD PARA PENSAR EN FORMA CRITICA*

Es la habilidad para analizar información y experiencias de manera objetiva. Este tipo de pensamiento contribuye a reconocer y evaluar los factores que influyen en nuestras actitudes y comportamiento saludable.

- *HABILIDAD PARA COMUNICARSE CON LOS DEMAS EN FORMA EFECTIVA*

Tiene que ver con nuestra capacidad de expresarnos en forma verbal o no-verbal y en forma apropiada con nuestra cultura y situaciones que se enfrentan.



- *HABILIDAD PARA ESTABLECER RELACIONES INTERPERSONALES POSITIVAS*

Esta habilidad nos ayuda a relacionarnos con las demás personas y grupos en forma positiva, lo cual tiene relevancia para nuestro bienestar mental y social.

- *HABILIDAD PARA CONOCERSE A SÍ MISMO Y DESARROLLAR LA AUTOESTIMA*

Es el reconocimiento de nosotros mismos, de nuestro carácter y debilidades, gustos y disgustos. El desarrollo de esta habilidad nos permite concluir que debemos en primer lugar respetarnos y cuidar de nosotros mismos, ya que si esto no funciona lo más probable es que no funcionen bien ninguno de los demás comportamientos.



• HABILIDAD PARA ESTABLECER EMPATIA

Esta es la capacidad para imaginar como es la vida para otra persona, lo que nos ayudará a comprender y aceptar a personas diferentes a nosotros, o que se encuentren en situaciones de discapacidad, mental, social, cultural o económica.



• HABILIDAD PARA MANEJAR LAS PROPIAS EMOCIONES

Nos ayuda a reconocer nuestras emociones y las de otros, a ser conscientes de cómo las emociones influyen en nuestro comportamiento y responder a ellas en forma apropiada.

E. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LAS HABILIDADES PARA VIVIR

Investigaciones en el campo de la inteligencia y el comportamiento han llegado a determinar que la inteligencia representa solo el 20% de los factores que determinan el éxito de un individuo en su vida. El 80% restante constituido por un conjunto de cinco factores los cuales constituyen la INTELIGENCIA EMOCIONAL y son los siguientes:

- Conciencia de uno mismo (Autoestima)
- Equilibrio emocional
- Motivación positiva
- Control de los impulsos
- Sociabilidad

V. ORGANIZACIÓN PARA TRABAJAR EN ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD.

Los maestros deben organizarse para hacer realidad los estudios y proyectos relacionados con escuelas saludables. Se recomienda para ello tener presente las situaciones siguientes:

- **NORMATIVAS ESCOLARES**

Hay que averiguar con los supervisores o autoridades superiores del sistema escolar si se han dictado normas, directrices o algunas instrucciones respecto a la estrategia de escuelas saludables.

- **COORDINACION INTRAESCUELA**

El director, maestros y supervisores deben reunirse y ponerse de acuerdo en los aspectos conceptuales de escuela Promotora de salud, seguridad alimentaria, normas dictadas y otros aspectos, además de explorar y definir hasta donde sea posible la factibilidad en el logro de una escuela promotora de salud.

En escuelas grandes que tienen personal administrativo, éste también debe involucrarse en las reuniones y asumir responsabilidades de acuerdo a sus funciones.

- **COMITE DE ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.**

Es conveniente organizar este Comité o Comisión, que será el responsable de planificar y ejecutar proyectos y actividades en pro de una escuela promotora de salud. Deben participar en él personas representativas como las siguientes:

1. El Director de la Escuela
2. Los maestros, sin son pocos. Si son muchos, nombrar uno o dos representantes.
3. Representantes de los padres de Familia.
4. Representantes de organizaciones comunales aledañas a la escuela.
5. Representante del Centro de Salud más cercano.
6. Representantes de instituciones, de gobierno u organizaciones no gubernamentales, que están relacionadas con la seguridad alimentaria y la salud.
7. Representantes de los alumnos
8. Otros que se estime convenientes, como líderes religiosos o personas de espíritu altruista en la comunidad.

El Comité debe tener un Presidente, un Secretario de actas, algunos vocales, quienes fungirán como una Junta Directiva, así como las comisiones de trabajo respectivas.

Para funcionar se recomienda tener presente lo siguiente:

- a. Fijar lugar y fecha de reuniones periódicas, cuidando de que esas sean en días y horas convenientes, que el local sea apropiado y accesible y que no sean muy extensas en el tiempo.
- b. El Presidente debe moderar las participaciones y conducir las reuniones de modo concreto y productivo.
- c. Deben ponerse de acuerdo en los objetivos de la escuela saludable y los resultados del diagnóstico o evaluación donde se especifican y describen los problemas encontrados, sus causas y soluciones factibles.
- d. Un Plan de Trabajo, anual o semestral, pudiendo dividir éste en proyectos o actividades específicas con responsables y fechas de ejecución.
- e. Organizar comisiones que se responsabilicen de los proyectos. Esta definición gerencial es muy importante, pues estas personas serán quienes programen cada proyecto y lo ejecuten. Se debe nombrar un coordinador del proyecto quien mantendrá informado al Comité de Escuela Promotora de Salud.
- f. Evaluar de manera permanente, con fines educativos y formativos los participantes y escolares, para vigilar que las actividades se están ejecutando bien o tomar medidas correctivas.



VI. EVALUACION DE UNA ESCUELA PROMOTORA DE SALUD.

A. EL DIAGNOSTICO: IDENTIFICACION DE PROBLEMAS Y ANALISIS DE CAUSAS

Las maestras y demás protagonistas deben determinar en qué grado o medida su escuela es saludable, es decir, si cumple los requisitos ambientales y estructurales para una vida escolar saludable y si los alumnos gozan o no de esta condición.

Los planificadores comúnmente utilizan el término diagnosticar cuando se refieren al estudio de las características, magnitud y causas de un problema. Es como el caso de un médico que diagnostica o estudia cual es la enfermedad de su paciente y las causas o factores que la condicionan. Después le prescribe el tratamiento o aplica la solución.

En el caso de la escuela se diagnostican o determinan los problemas para después definir las soluciones. Para ello básicamente se utiliza la observación visual y en ciertos casos se hacen mediciones o algún tipo de exámenes como veremos.

Los instrumentos para registrar los datos son los cuestionarios o formularios. La información recabada se puede resumir en tablas de análisis o en algunos casos reducir las cifras a porcentajes, lo cual facilita el análisis de la situación encontrada y la definición de soluciones.

También a veces y para algunos problemas se hace necesario describir brevemente en qué consisten los problemas. Otras veces deberá recurrir a personal de instituciones especializadas, como el centro de salud para determinar, por ejemplo, el parasitismo intestinal o la prevalencia de anemia en los escolares.

Sin ser exhaustivos, se sugiere a modo de ejemplo un cuestionario para escuela promotora de salud (Anexo), conteniendo un conjunto de preguntas y observaciones agrupadas en los numerales siguientes:

1. **Información general**
2. **Características de la planta escolar**
3. **Seguridad Alimentario Nutricional**
4. **Salud del escolar**
5. **Riesgos del medio ambiente**
6. **Participación de la comunidad**
7. **Otros aspectos**

Si el sistema educativo dispone ya de instrumentos y procedimientos para el diagnóstico escolar, aproveche la información existente. Si fuera parcial, complete sólo los datos que falten.

B. ANALISIS Y UTILIZACION DE LA INFORMACION.

El objetivo principal del estudio evaluativo de Escuela Saludable es definir en qué medida es o no saludable la escuela, identificando los problemas de salud y Seguridad Alimentario Nutricional, y las causas y riesgos a que están expuestos los integrantes de la comunidad escolar.

Esta información será indispensable para motivar a los participantes, definir los problemas, elaborar y ejecutar proyectos de solución, como veremos en los numerales que siguen.

• PROCESAMIENTO Y PRESENTACION DE LA INFORMACION

Si a nivel municipal se hace el estudio abarcando a numerosas escuelas, será útil sumar los datos y elaborar tablas o cuadros de análisis presentando el número y porcentaje de escuelas con situaciones saludables o no saludables. Esta información proveerá los antecedentes para proyectar y calcular recursos para planes de desarrollo local.

Sin embargo, a nivel individual de una escuela será muy útil la información descriptiva, en la cual se puntualiza las características del problema. A continuación, se presentan varios ejemplos de como describir un problema en forma sencilla y clara:

- Se necesitan tres servicios sanitarios para niñas y tres para niños. Los existentes tienen deterioradas las casetas y los fosos están casi colmados. Además, hay alumnos que siguen prefiriendo ir al monte, lo que hace necesario que sus padres refuercen los hábitos correctos. El sector donde pueden construirse nuevos servicios es rocoso y hay que diseñar un sistema apropiado.
- El estudio de hábitos alimentarios reveló que 28 de los 184 alumnos llegan sin haber consumido un desayuno mínimo necesario, por lo que se necesita complementarles la alimentación con una merienda nutritiva. Al momento, no hay un local ni utensilios para preparar alimentos. Hay que hacer un plan para fortalecer el programa de merienda escolar que beneficie al mayor número posible de escolares.
- No se cultiva el huerto escolar y los niños no reciben enseñanzas en esta materia. la escuela carece de un pedazo de terreno apropiado, no hay herramientas y otros insumos agrícolas y los maestros necesitan ayuda técnica de personas entendidas.

Toda la información recabada se puede presentar al Comité de Escuela Promotora de Salud y divulgarla en reuniones comunales.

La información, recogida será indispensable en el proceso completo de solución de los problemas en razón de que:

- a. Se necesita en primer lugar identificar bien los problemas.
- b. Identificar las soluciones y recursos que se necesitarán
- c. La información facilitará la toma de decisiones al establecer prioridades, o sea ponerse de acuerdo sobre qué proyectos ejecutar.
- d. Un proyecto bien diseñado requiere definir metas, recursos, plazos y responsables. La información debe proveer los antecedentes para dichas definiciones.
- e. Por último, la información del diagnóstico es necesaria para evaluar el Plan del Comité de Escuela Promotora de Salud pues ayuda a determinar la "situación actual" o línea de base que deseamos cambiar, para posteriormente determinar cuánto y cuán bien hemos logrado nuestros objetivos.

Los datos presentados ilustrarán sobre la GRAVEDAD DE CADA PROBLEMA Y LA POSIBILIDAD DE RESOLVERLOS. Conociendo la ACTITUD DE LA COMUNIDAD se tendrán los 3 criterios suficientes para decidir.

VII. CINCO PASOS PARA EL ÉXITO

1. IDENTIFICAR LOS PROBLEMAS Y SUS CAUSAS
2. DEFINIR LAS TECNOLOGÍAS Y RECURSOS PARA RESOLVERLOS
3. ESTABLECER PRIORIDADES, TOMANDO DECISIONES RACIONALES
4. FORMULAR Y EJECUTAR UN PLAN DE TRABAJO CON OBJETIVOS, METAS, RECURSOS, RESPONSABLES, FECHAS DE CUMPLIMIENTO Y TAREAS ESPECÍFICAS
5. EVALUAR SIEMPRE, POR PERÍODOS Y AL FINAL

PASO No. 1

¿Cuáles son los problemas de salud de nuestra comunidad escolar?

Lo primero es reflexionar sobre esta pregunta. Es la búsqueda y definición de las necesidades reales, a veces no coincidentes con aquellas sentidas por la gente. La reflexión se hace con los grupos organizados y representativos de la escuela y la comunidad.



Los estudios realizados en escuelas de Centro América señalan que problemas frecuentes en escuelas no saludables son los siguientes:

Desnutrición u obesidad del niño escolar

Niños que llegan sin desayunar o con hambre

Niños enfermos con diarrea o parásitos intestinales

Niños con anemia por deficiencia de hierro

Niños infectados con piojos.

Problemas de salud oral, como caries, infecciones bucales, dientes deformes y otros

Infecciones Respiratorias Agudas (IRA)

Niños que son víctimas de violencia en el hogar, abuso sexual, explotación o malos tratos

Adicción temprana a alcohol y drogas

Niños con trastornos en el aprendizaje, agresividad y otros problemas mentales

Niñas con embarazos de alto riesgo para su salud, debido a su corta edad

Otros problemas

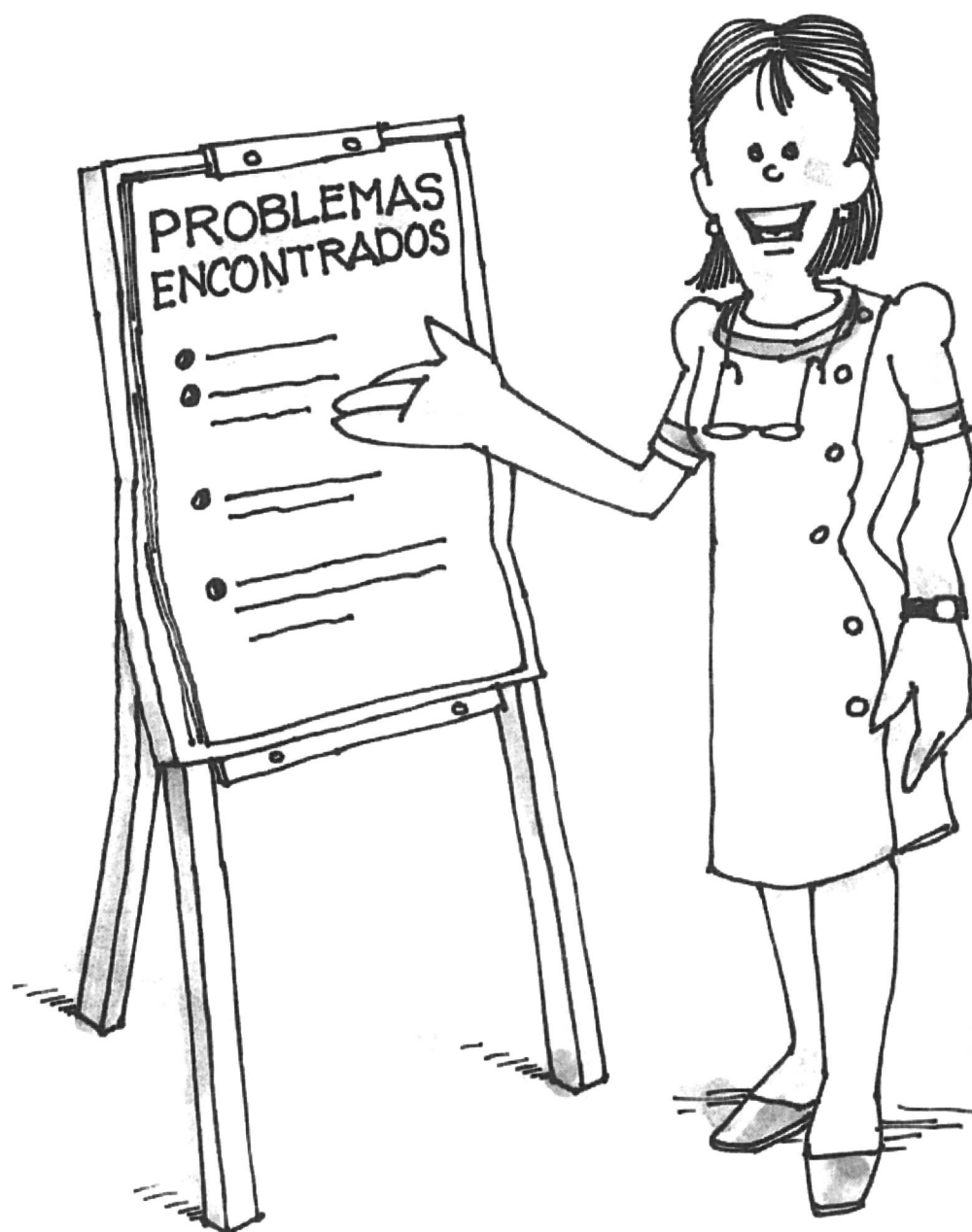
EL PRIMER PASO, es identificar los problemas con los integrantes del Comité de Escuela y definir la magnitud y las consecuencias que puede tener NO HACER NADA.

PASO No. 2

¿Cómo se solucionan los problemas para lograr una escuela promotora de salud?

Hasta aquí se ha dado un paso importante en la reflexión, pues se espera que se hayan identificado las necesidades o problemas reales; los planificadores llaman a esto la magnitud del daño, lo cual confrontan con la posibilidad de abordarlo, dos elementos que serán claves más adelante cuando haya que establecer prioridades.

Por el momento, nos interesa expresar en términos comprensibles el concepto de posibilidad de abordarlo. Este 2do. Paso se plantea entonces con la pregunta: Qué recursos necesitamos para solucionarlos?



Puede seguir la técnica siguiente:

Tener a la vista del Comité de Escuela Promotora de Salud láminas con la lista de problemas encontrados y anotar frente a cada uno lo que debe hacerse para solucionarlos. En este paso es importante el apoyo de personal agropecuario, de salud u otras áreas del desarrollo que ayuden en la búsqueda de soluciones. Al final el cuadro puede quedar de la forma siguiente:

PROBLEMAS FRECUENTES QUE AFECTAN LA SALUD DE LOS ESCOLARES Y SUS SOLUCIONES

PROBLEMAS	ACCIONES ESPECIFICAS DE SOLUCIÓN
Desnutrición del niño en grados variables	• Educación alimentaria nutricional del niño, la familia y la comunidad, con ayuda de instituciones. • Evaluar el estado nutricional de los niños. • Promover el incremento en la disponibilidad y consumo de alimentos de alto valor nutritivo: - Organizar merienda o almuerzo escolar. - Promover el consumo de galletas nutritivas, cremas, harinas. - Enseñar menús seleccionados. - Huertos: escolar, familiar y comunal. - Huertos hidropónicos. - Enseñar formas de conservación de alimentos. - Crianza de animales. • Preparar material educativo y de comunicación referente a las soluciones propuestas. Otras:
Enfermedades diarreicas y parásitismo intestinal	• Promover el consumo de agua segura (potable) • Higiene de alimentos • Plan de agua y jabón. • Servicios sanitarios en buen estado. • Plan de basura sin riesgo. • Cocina y local de refacción higiénicos. • Tratamientos antiparásitarios colectivos. • Controles en Centro de Salud.
Anemia por deficiencia de hierro	• Promover el consumo de alimentos ricos en hierro. • Distribuir dosis semanales de hierro. • Promover consumo de frutas cítricas con las comidas.
Ectoparásitos (piojos, ácaros u otros)	• Identificar las características y magnitud del problema. • Compartir decisiones y responsabilidades con las familias y personal de salud. • Aplicar tratamientos colectivos a escolares y sus familias.
Deficiente salud oral:	• caries, caída de dientes, maloclusión dentaria, etc. • Identificar con ayuda del Centro de Salud las características y magnitud del problema. • Programar acciones preventivas y de reparación de daños orales. • Promover el uso del cepillo de diente o hilo dental.
Inseguridad ante accidentes e intoxicaciones	• Identificar en la escuela y lugares aledaños los riesgos de accidentes o intoxicaciones producidas por mal uso de plaguicidas o residuos industriales. • Programar acciones preventivas y correctivas con autoridades del sistema

PASO No. 3

¿Cuáles son nuestras decisiones?

Cuando se tienen identificados los problemas y las formas de solución de cada uno de ellos debe confrontarse la magnitud del daño con la posibilidad de solucionarlo, procediendo a establecer prioridades, es decir ponerlos en orden. En este momento es importante considerar otro factor que es la actitud de la comunidad expresada a través del Comité, quienes al decidir con plena conciencia están de hecho asumiendo responsabilidades.

En este TERCER PASO se sugiere aplicar los siguientes procedimientos:

1. Colocar ante el Comité, en un lugar visible, las láminas conteniendo la lista de problemas.
2. Reflexionar sobre las prioridades asignando a cada problema un número correlativo desde 1 que corresponde a aquel daño cuya magnitud es elevada, que es posible resolver a corto plazo y que tiene el apoyo consciente de una mayoría.
3. En el proceso de reflexión debe solicitarse a los integrantes comunitarios que expresen sus puntos de vista; a los especialistas de instituciones que orienten sobre los procedimientos técnicos más adecuados; y llegar a acuerdos claros sobre las posibles metas, actividades y recursos que se necesitarán:

Preguntas como las siguientes pueden ayudar en la reflexión:

- a. Están los recursos disponibles?
- b. Qué aportan los vecinos y qué las instituciones?
- c. Hay equipos o instrumentos para trabajar? (herramientas, insumos, agrícolas, remedios contra parásitos, madera, alimentos para la merienda o el almuerzo escolar)
- d. Hay postulantes para trabajos voluntarios?
- e. Existen posibilidades reales de ejecutar proyectos exitosos?

RECUERDE: Cada problema o grupo de problemas se transformarán en PROYECTOS para una ESCUELA PROMOTORA DE SALUD, en los cuales todos asumen responsabilidades. Las decisiones racionales son importantes para el éxito.

PASO No. 4

El Plan de trabajo

Hecha la reflexión, hay que pasar a la acción, formulando el Plan de Trabajo o Acción dividido en proyectos para un mejor ordenamiento y desarrollo del total de actividades.

Un Plan de Escuela Promotora de Salud no necesita atiborrarse de palabrería ni expresiones difíciles que sólo entienden los técnicos. En pocas láminas es posible escribir lo sustantivo determinando.

- NOMBRE DEL PROYECTO
- METAS DEFINIDAS
- FECHA DE TERMINO
- TAREAS A EJECUTAR
- QUIENES SON LAS PERSONAS RESPONSABLES DE EJECUTARLO
- LOS RECURSOS QUE UTILIZARAN
- EVALUACIÓN DEL PLAN O PROYECTO (Verificar cuánto hemos logrado de las metas planteadas.)

***Si no sabe que hacer, puede resultar en un fracaso o despilfarro
Defina bien lo que hará y como, antes de hacerlo.***

VIII. EDUCACIÓN EN ALIMENTACION Y NUTRICION

El principal propósito de la educación en alimentación y nutrición, es contribuir a la seguridad alimentaria familiar, ayudando a desarrollar la capacidad de la población para seleccionar y utilizar mejor los alimentos disponibles para satisfacer sus necesidades nutricionales.

Las estrategias tradicionalmente utilizadas para la educación en materia de alimentación y nutrición han sido la educación formal, propia del sector educación en todos sus niveles, la educación interpersonal o no formal, comúnmente utilizadas en el sector salud y organizaciones no gubernamentales y en menor grado la educación a través de los medios masivos de comunicación.

Es frecuente encontrar publicaciones que analizan críticamente la poca efectividad de la educación en nutrición, especialmente la realizada por el sector salud, para lograr sus fines. Es menos frecuente encontrar propuestas sencillas, que ayuden a los educadores de los distintos sectores, muchas veces con escasa experiencia y formación en esta área, a formular y desarrollar programas educativos participativos efectivos.

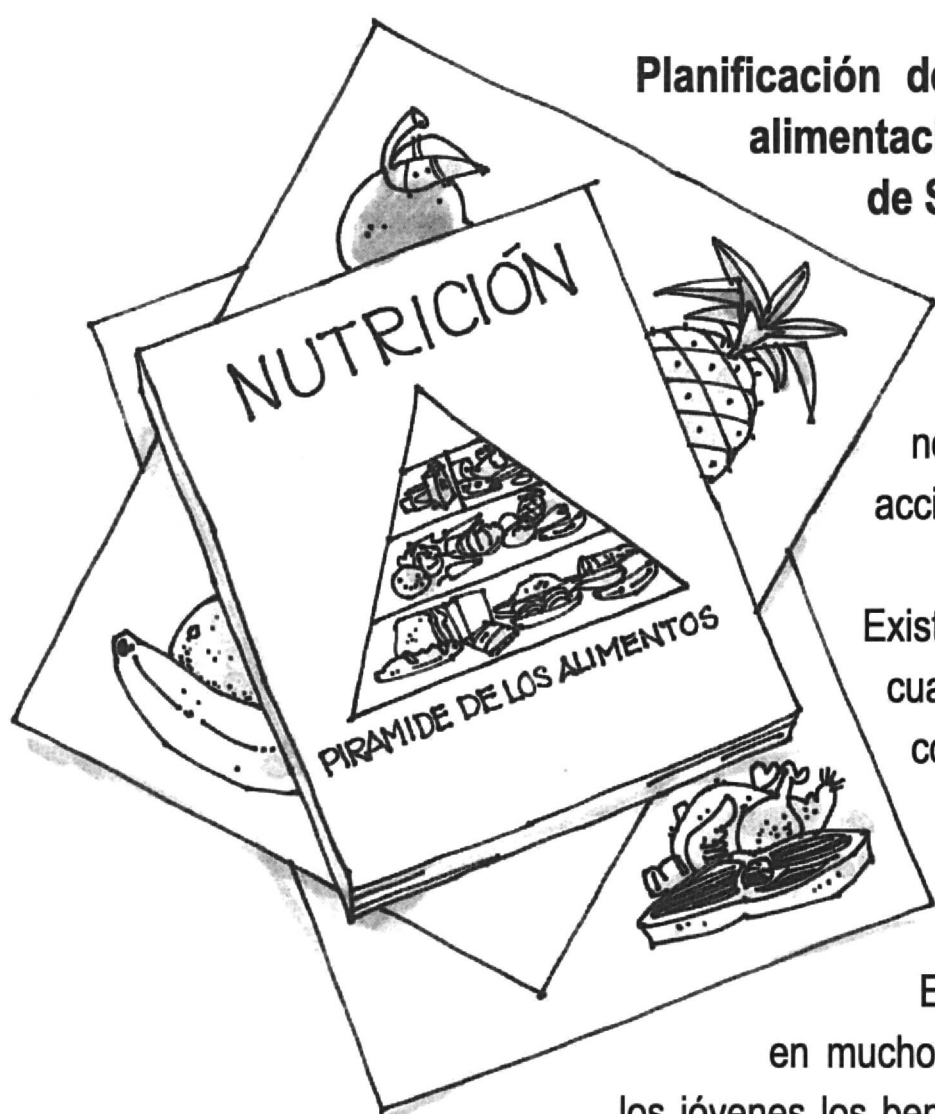
En la actualidad se está colocando el acento en la necesidad de desarrollar estrategias de comunicación en nutrición como una forma de obtener un mayor impacto a nivel de las poblaciones vulnerables. Diversos investigadores han coincidido en reconocer que cuando las intervenciones se canalizan a través de los distintos medios, se refuerzan mutuamente y tienen un mayor impacto. Así por ejemplo, una estrategia por medios masivos de comunicación, es más efectiva cuando se da en conjunto con un programa de educación interpersonal

Planificación de intervenciones en comunicación y educación en alimentación y nutrición y su aplicación en la Escuela Promotora de Salud.

Toda acción en esta área debe formar parte de una estrategia destinada a mejorar el estado nutricional de la población y normalmente constituye un elemento más entre una serie de acciones programadas con el mismo fin.

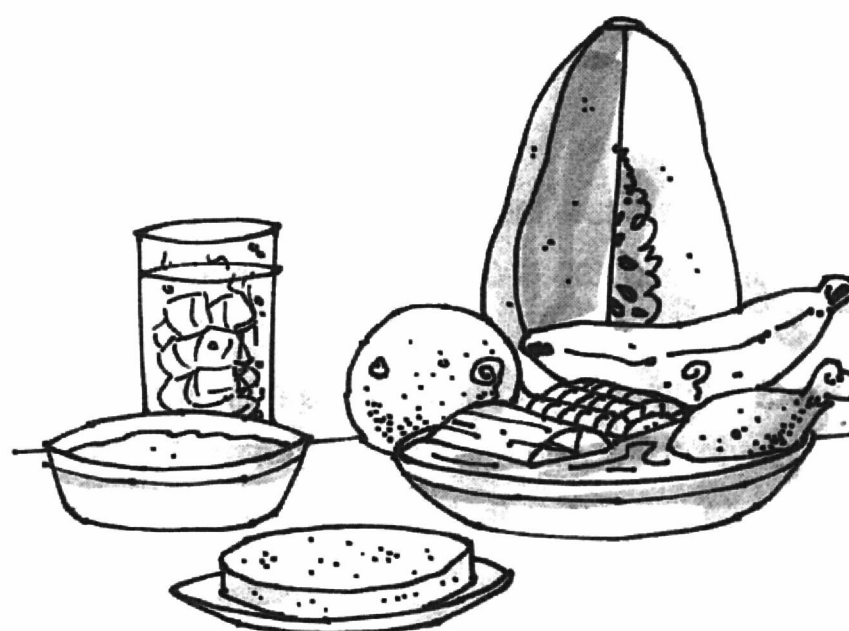
Existen elementos esenciales de la comunicación a tener en cuenta cuando se planifican intervenciones de alimentación y nutrición, considerando que el éxito de un plan de comunicación radica en lograr que la gente cambie sus comportamientos y no solo en aumentar el conocimiento sobre el tema.

Es importante reconocer que los cambios en el campo de Salud, en muchos casos no son fáciles de lograr porque especialmente para los jóvenes los beneficios no son visibles. En general a todas preferimos hacer



aquellas cosas que son fáciles o agradables, por lo que es difícil convencer a un joven de que con su dinero compre leche en lugar de soda a la hora del recreo. Aún en las áreas rurales ya se ven cambios en la alimentación buscando cosas que aunque cuestan mas dinero y en muchos casos son menos nutritivos, representan menos trabajo para la mujer. Como ejemplo tenemos:

- Pan en lugar de tortilla asada.
- Sopa de paquete en lugar de la sopa.
- Corn Flakes en lugar de las cremas.
- Refrescos en polvo en lugar de jugos o chichas de frutas.
- Pastillas o dulces en lugar de frutas.



Si para mejorar el estado nutricional de los escolares debemos lograr cambios en sus hábitos de alimentación debemos elaborar un Plan que debe cubrir las siguientes etapas:

1. Definir qué problema nutricional queremos tratar de corregir, ya sea anemia, deficiencia de Vitamina A, desnutrición u obesidad.
2. Identificar cuáles son los comportamientos errados de los estudiantes y cuales de estos son factibles de cambio, considerando los aspectos económicos y culturales.
3. Definir claramente qué comportamiento queremos que adopten los estudiantes.
4. Desarrollar material de apoyo para promover el cambio.
5. Medir si estamos logrando el cambio deseado.

Ejemplo de identificación de un problema prioritario.

Descripción del problema y sus causas.	Razón para escoger este problema.	Quienes están afectados por el problema.	Causas del problema.
Alta prevalencia de anemia por deficiencia de hierro.	La anemia afecta el rendimiento escolar.	40% de los escolares.	Consumen pocas carnes rojas. Bajo consumo de frijoles o menestras.

Una vez identificado el problema que queremos atacar y los comportamientos alimentarios que los está llevando a la deficiencia de hierro, hay que definir qué es lo que esperamos que ellos pueden hacer para mejorar esta situación. En el presente caso si sabemos que el ingreso económico de las familias no les permite consumir más carnes, deberemos promover el consumo más frecuente de frijoles o menestras y, de ser posible, el consumo de frutas cítricas junto con las comidas para que el hierro se absorba mejor.

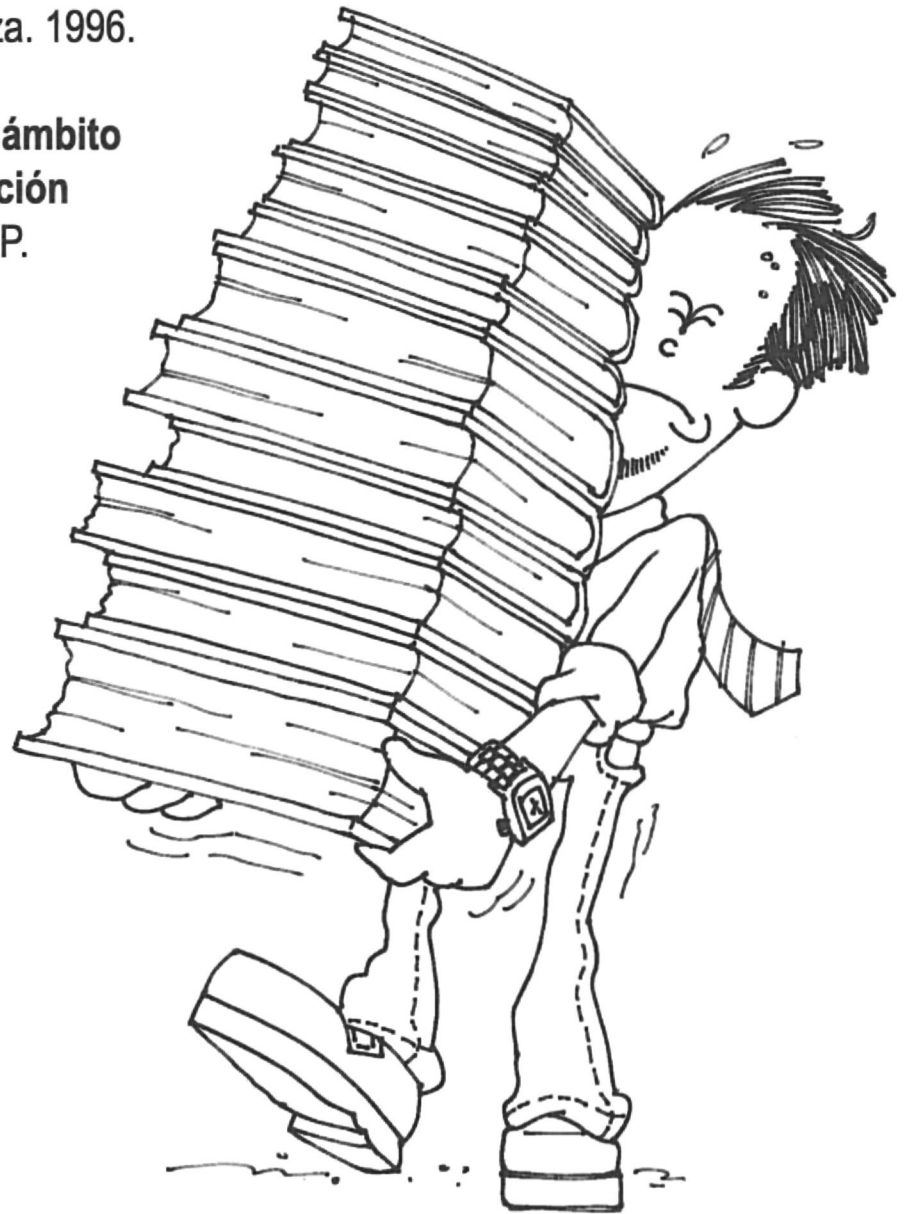
Para lograr efectos es importante que tanto los maestros como el personal de salud refuercen el mismo mensaje, involucrando además a los padres de familia. Los mensajes deben ser siempre positivos resaltando los beneficios que lograrán si adoptan el comportamiento que promovemos y no basados en el temor a la enfermedad o la muerte.

Si queremos aumentar el consumo de menestras podemos orientar a los estudiantes y padres de familia sobre la importancia de su consumo y si es un área rural promover la producción de frijol o guandú. Si tanto los maestros como el personal de salud y agricultura promueven el consumo de menestras en la comunidad es más posible lograr un cambio.

En muchas escuelas urbanas se observan cada vez más casos de sobrepeso y obesidad entre los alumnos que en con frecuencia se deben al sedentarismo y a un alto consumo de frituras, dulces, refrescos o picaritas. En estas escuelas se deben promover actividades deportivas y el consumo de alimentos bajos en grasas y azúcares.

IX. BIBLIOGRAFIA

1. RED. Europea de Escuelas Promotoras de Salud. **La educación para la salud en el Ambito Educativo.** Manual de Formación para el Profesorado y otros oyentes Educativos. Edición Española. España, 1995.
2. OPS/OMS. **El movimiento de Municipios Saludables: una Estrategia para la Promoción de la salud en América Latina.** HPP. Washington, D.C. 1995.
3. OMS. **Veinte pasos para formular un proyecto de ciudades sanas. Oficina Regional para Europa.** Reproducido por HPP. Washington, D.C. 1995.
4. OPS/OMS. **Educación para la salud en la comunidad. Experiencias latinoamericanas.** División de Desarrollo de Sistemas y Servicios de Salud. Washington, D.C. 1996.
5. OMS. **Promoción de la Salud Mediante las Escuelas. Iniciativa Mundial de Salud Escolar.** Ginebra, Suiza, 1996.
6. OMS. **Escuela Promotoras de la salud.** Salud Mundial. 49o. año, No. 4, julio agosto, Ginebra, Suiza. 1996.
7. OPS/OMS. **Promoción de la salud en el ámbito escolar: Análisis descriptivo de la Situación Actual en varios países de la región.** HPP. Washington, D.C. 1996.
8. OMS. **Enseñanza en los colegios de las habilidades para vivir. División de salud mental.** Ginebra, Suiza, 1993.
9. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana (CECC). **Resolución de la XVI Reunión Ordinaria sobre Escuelas Saludables y Seguridad Alimentaria Nutricional.** San Salvador, El Salvador. 1996.
10. FAO. **Manejo de proyectos de alimentación y nutrición en comunidades.** Roma. 1995.



X. EJERCICIOS INTRATEXTO

EJERCICIO No. 1 : UN DIA DE VIDA SALUDABLE

Anote que actividades o situaciones podrían darse en los dos ejemplos, que constituyan o promuevan estilos de vida saludables.

Pedro Muñoz es un obrero calificado, de 30 años de edad, con esposa y dos hijos, una niña de 12 y un varoncito de 9. Viven en un barrio urbano de una gran ciudad. Es un día domingo

Gabriela Rodriguez, es una maestra rural, de 35 años de edad, con esposo y tres hijos, la hija mayor de 15 años y dos muchachitos de 12 y 10 años. Su casa es sencilla pero arreglada con decoro. Tiene un patio y un sitio pequeño donde mantienen un gallinero y cultivan hortalizas. Es un día sábado.

¿COMO PODRIA SER UN DIA SALUDABLE?

En la mañana temprano

A media mañana

Al medio día

Durante la tarde

Al anochecer (antes de dormir)

EJERCICIO NO. 2

Evalúe la escuela de su comunidad con el formulario que se presenta en el anexo y elabore un plan siguiendo los 5 pasos para el éxito, como si lo fuera a presentar al Comité de Escuela Promotora de Salud.

EJERCICIO NO. 3

Seleccione un comportamiento de sus alumnos o de su comunidad que Ud. piense pueda ser cambiado con educación y elabore un plan de cómo haría para promover el cambio y a quienes habría que involucrar.

EJERCICIO NO. 4

Considera Ud. que la forma en que educamos a nuestros alumnos o hijos los ayuda a desarrollar las 7 habilidades para vivir?

Amplíe :

XI ANEXO

FECHA ____/____/____

CUESTIONARIO PARA DIAGNOSTICAR “CUÁN SALUDABLE ES MI ESCUELA”

A. INFORMACIÓN GENERAL DE LA ESCUELA

- Nombre de la Escuela: _____ Código: _____
- Provincia: _____ Distrito: _____
Corregimiento: _____ Comunidad: _____
- Número de Maestro (os):
- Tipo de Escuela (marque con una “ X “):

Por Jornada:	Matutina	Vespertina	
Por ubicación:	Urbana	Rural	
Por sexo:	Niñas	Varones	Mixto
Por su Financiamiento:	Pública	Privada	Otras

- Número de alumnos y secciones:

INDICADORES	GRADOS							SUBTOTAL		
	Preprimaria	1º	2º	3º	4º	5º	6º			
No. de Grupos										
No. de Alumnos										

- Nombres y cargos de las personas que participaron en la elaboración de este diagnóstico:

No.	NOMBRE	CARGO	INSTITUCIÓN
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			

SELLO DE LA ESCUELA

B. CARACTERISTICAS DEL EDIFICIO DE LA ESCUELA

1. PLANTA ESCOLAR

Ambiente Físico	Existe		Funciona		Suficiente		Condición (*)			Problema Identificado		Alternativas de solución		Recursos		Comentarios u Observaciones	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	B	R	M								
Aula																	
Ventanas																	
Paredes																	
Espacio recreativo																	
Espacio deportivo																	
Salón Auditorium																	
Espacio para atención de Salud																	
Cocina																	
Depósito o Almacén																	
Letrina																	
Servicio higiénico																	
Abastecimiento de Agua																	
Lavamanos																	
Ventilación																	
Iluminación eléctrica																	
Iluminación natural																	

(*) B = bueno (todo o casi todo funciona bien)
 R = regular (alrededor de la mitad funciona bien)
 M = malo (poco o casi nada funciona)

SELLO DE LA ESCUELA

C. SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

1. Equipos de Cocina

Equipo Utensilios e Insumos	Existe		Funciona		Suficiente		Condición (*)			Problema Identificado		Alternativas de solución		Recursos		Comentarios u Observaciones	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	B	R	M								
Estufa																	
Vajilla de comedor																	
Estantes																	
Material de limpieza																	
Fregador con agua																	

(*) B = bueno (todo o casi todo funciona bien)

R = regular (alrededor de la mitad funciona bien)

M = malo (poco o casi nada funciona)

2. ALIMENTACIÓN ESCOLAR

a) ¿Existe un programa permanente de alimentación escolar (desayuno, merienda o almuerzo en la escuela)?

SI ☐

NO ☐

INDICADORES	NUMERO	PORCENTAJE
Número total de alumnos		
Alumnos que reciben merienda escolar		
Alumnos que reciben almuerzo escolar		

b) Marque con una " X " , los alimentos proporcionados en el desayuno o merienda escolar:

Arroz	Frijol	Galletas	Nutricrema	Leche	Aceite	Productos de maiz	Otros

c) Se observan medidas de higiene en el manejo de los alimentos cuando:

SI

NO

EN CASO " SI ", CUALES

Se almacenan

☐
☐

Se preparan

☐
☐

Se distribuyen

☐
☐

SELLO DE LA ESCUELA

3. EVALUACIÓN NUTRICIONAL DEL ESCOLAR

a) ¿Se han realizado durante el último año estudios sobre el estado nutricional de los escolares?

SI ☐ NO ☐

b) En caso " SI ",
¿Como fue calificado el estado nutricional de los alumnos de la escuela?

	%	No.
Niños con algún grado de desnutrición		
Niños con sobrepeso (gordo)		

¿Quiénes realizaron la evaluación nutricional: _____

¿Se tomaron medidas en los casos de niños con desnutrición? SI NO

¿Qué medidas? _____

c) Marca con una " X ", quienes se encargaron de analizar los resultados sobre el estado nutricional de alumnos:

Maestros ☐ personal de salud ☐ Otros, especificar:

4. HUERTOS ESCOLARES

a) ¿Se han llevado a cabo proyectos de huertos escolares en su escuela? SI ☐ NO ☐

b) En caso " SI ", ¿han recibido apoyo para el huerto escolar en la escuela?

INSUMOS	SI	NO	Instituciones que apoyaron:
Semillas	☐	☐	
Almácigos	☐	☐	
Plantas	☐	☐	
Herramientas	☐	☐	
Materiales	☐	☐	
Orientación Técnica	☐	☐	
Otros, especifique:	☐	☐	

b) ¿Participan las familias en actividades de nutrición en la escuela? (desayuno, merienda o almuerzo, huertos escolares, tiendas). SI ☐ NO ☐

En caso " SI " , ¿cuáles?	En caso " NO " , ¿por qué?

SELLO DE LA ESCUELA

5. TIENDA ESCOLAR SI ☐ NO ☐

Se observan medidas de higiene en el manejo de los alimentos cuando:

	SI	NO	EN CASO " SI ", CUALES
Se almacenan	☐	☐	
Se preparan	☐	☐	
Se distribuyen	☐	☐	

Qué alimentos se venden en el Kiosco: _____

A Quién Pertenece el Kiosco _____

D. SALUD ESCOLAR

1. SALUD Y EDUCACIÓN

a) Sobre el centro o puesto de salud mas cercano, especifique: _____ Especificar Distancia

	SI	NO
Existe	☐	☐
Funciona	☐	☐
Es accesible	☐	☐

b) ¿Han coordinado el personal de salud y educación actividades de salud para los escolares?

En caso " SI" , ¿cuáles?	En caso " NO" , ¿por qué?

c) De acuerdo con el criterio de la Comisión, menciones las diez enfermedades más frecuentes en los escolares.

1. _____	6. _____
2. _____	7. _____
3. _____	8. _____
4. _____	9. _____
5. _____	10. _____

2. PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES Y MORTALIDAD

No. De niños (as) asegurados (as): _____
No. De niños (as) no asegurados (as): _____
¿ Se han realizado, desde hace un año hasta ahora, campaña de :

ACTIVIDADES	REALIZADA			ACTIVIDAD CONCLUIDA		NECESIDAD DE SEGUIMIENTO			OBSERVACIONES
	SI	% estimado de atendidos	NO	SI	NO	SI	Recursos necesarios	NO	
Vacunación									
Salud bucal									
Con hierro									
Desparasitación									
Agudeza visual									
Agudeza auditiva									
Otras, especifique									

3. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y PRIMEROS AUXILIOS

a) Identifique los accidentes más frecuentes y sus lugares en la escuela, elaborando un mapa de la escuela y sus alrededores.

Dibuje aquí, el mapa de su escuela	Lugar	Tipo de riesgo	Alternativa de solución
	Ejemplo: Barandas	Lesiones causadas por barrotes carcomidos	Construir nuevas o reforzar existentes.

Observaciones: Los accidentes que ocurren normalmente son camino a la escuela o a la casa

- b) De acuerdo con el criterio de la comisión, ¿cuáles fueron las lesiones más frecuentes causadas por accidentes en la escuela, en los últimos doce meses?

LESIONES	CAUSAS	REQUIEREN CAPACITACIÓN EN PRIMEROS AUXILIOS	
		SI	NO
Heridas, traumas			
En ojos, oídos, nariz y boca			
Quemaduras			
Mordeduras y picaduras de animales			
Intoxicaciones			
Ahogamiento y asfixia			
Otros, especifique			

c) ¿Cuenta la escuela con un botiquín de primeros auxilios? SI ☐ NO ☐

d) ¿Tiene medicamentos? SI ☐ NO ☐

e) ¿Cuáles medicamentos?

MEDICAMENTOS			MATERIAL MEDICO CON QUE CUENTAN						
Nombre	Estado		Nombre	Existen		Funcionales		Suficientes	
	Vigente	Vencido		Jabon quirurgico	SI	NO	SI	NO	SI
Acetaminofen			Alcohol						
Suero oral			Algodón						
Mertiolate			Vendas de gasa						
Otros, especifique			Vendas elasticas						
			Curitas						
			Agua destilada						
			Mascarilla						
			Tablillas						
			Baja lenguas						
			Esparadrapo						
			Tijeras						

3. SALUD MENTAL

- a) Realizan actividades planificadas que fortalezcan en los alumnos:

TEMA	SI	NO
Capacidad de aprendizaje		
Toma de decisiones		
Autoestima apropiada		
Proyectos de vida		
Relaciones interpersonales apropiadas		
Otros, especifique		

SELLO DE LA ESCUELA

b) ¿Enseñan los maestros contenidos sobre promoción de la salud? ☐ SI ☐ NO

Se considera necesario fortalecer conocimientos sobre:

TEMA	Requiere Fortalecimiento		COMENTARIOS
	SI	NO	
Ciclo vital humano (niñez, pubertad, adolescencia)			
Salud sexual y reproductiva			
Enfermedades de transmisión sexual VIH (SIDA)			
Paternidad responsable y planificación familiar			
Prevención de embarazo			
Drogas			
Otros, especifique			

c) Ha recibido la escuela material educativo para la promoción de estilos de vida saludable.

SI ☐ NO ☐

¿Cuáles? _____

d) Has preparado en la escuela algún material de promoción de estilo de vida saludable.

SI ☐ NO ☐

¿Cuáles? _____

e) Qué contenidos de Educación Alimentaria Nutricional se han enseñado?

a) Valor nutritivo	SI ☐	NO ☐
b) Higiene de alimento	SI ☐	NO ☐
c) Enfermedades por carencia	SI ☐	NO ☐
d) Enfermedades degenerativas por exceso	SI ☐	NO ☐
e) Conservación de Alimentos	SI ☐	NO ☐
f) Alerta de alimentos en mal estado	SI ☐	NO ☐
g) Lecturas de etiquetas	SI ☐	NO ☐

SELLO DE LA ESCUELA

E. MEDIO AMBIENTE

1. FÍSICO

FACTOR DE RIESGO	EXISTE		RIESGO POR CONTAMINACIÓN			ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN Y COMENTARIOS
	SI	NO	ALTO	MEDIO	IMPOSIBLE	
Contaminación del entorno de la escuela, causado por:						
Residuos industriales						
Ruidos						
Humo						
Plaguicidas						
Excretas						
Animales, insectos u otros vectores						
Contaminación de agua causada por:						
Heces						
Basura						
Químicos						
Otros, especificar						
Contaminación causada por basura en:						
Aula						
Patios						
Baños						
Alrededores						
Otros, especifique						

DESASTRES NATURALES	PROBABILIDAD DE OCURRENCIA			CUENTA CON PLAN DE EMERGENCIA	
	ALTO	MEDIO	IMPOSIBLE	SI	NO
Erupciones de volcán					
Terremoto					
Inundaciones					
Derrumbes					
Incendios					
Sequia					

SELLO DE LA ESCUELA

2. SOCIAL

a) Se encuentran a menos de diez cuadras de la escuela:

FACTOR DE RIESGO	SI	NO	SOLUCIÓN O COMENTARIOS
Bares o cantinas o parrilladas			
Prostíbulos			
Motel de ocasión (push boton)			
Juegos de máquina			
Billar			
Otros, especificar			

b) De acuerdo con el criterio de la Comisión, existen alumnos con problemas de:

PROBLEMA IDENTIFICADO	SI	NO	NO SABE	POSIBLE SOLUCIÓN O COMENTARIOS
Agresividad				
Abuso sexual				
Abuso emocional				
Explotación laboral				
Abandono				
Otros, especificar				

Número total de niños afectados:

Porcentaje de niños afectados:

F. PARTICIPACIÓN DE LAS FAMILIAS, COMUNIDAD E INSTITUCIONES

1. PARTICIPACIÓN DE LA FAMILIA Y COMUNIDAD EN ACTIVIDADES DE SALUD ESCOLAR

a) ¿Están organizados los padres de familia de los alumnos de la escuela?
SI ☐ NO ☐

En caso afirmativo, ¿qué actividades han realizado?

ACTIVIDADES	RESULTADOS			COMENTARIOS
	BUENOS	ACEPTABLES	DEFICIENTES	

SELLO DE LA ESCUELA

b) ¿Cómo califica la actitud de la comunidad para ayudar a la escuela?

Buena ☐ Satisfactoria ☐ Deficiente ☐

Por qué deficiente? _____

c) Facilita la escuela la participación de los padres de familia y otras personas de la comunidad?

SI ☐ NO ☐

d) Ejecuta la escuela alguna actividad educativa o de promoción de la salud con las familias o comunidad?

SI ☐ NO ☐

¿Cuáles? _____

e) Han participado las familias en proyectos o actividades de seguridad alimentario nutricional en la escuela o sus hogares?

SI ☐ NO ☐

¿Cuáles? _____

2. PARTICIPACIÓN SOCIAL.

a) Apoyo de instituciones este año a la escuela

NOMBRE DE LA INSTITUCION	POR SU FINANCIAMIENTO		TIPO DE PROGRAMA Y/O	POBLACION ATENDIDA			TIPO DE COORDINACION		
	OG	ONG		Niños	Adoles-centes	Adultos	Perma-nente	Ocasional	Ninguna
			Apoyo que ofrecen						

Comentarios (especificar nombre de la institución)

SELLO DE LA ESCUELA

XII. AUTOEVALUACION

Nombre: _____ Región: _____

Institución: _____

Preguntas de selección múltiple:

Marque las respuestas correctas. Cada pregunta puede tener más de una respuesta.

1. Para lograr un estilo de vida saludable es importante
 - a. Tener dinero
 - b. Alimentarse bien
 - c. Tener buena ropa
 - d. Hacer ejercicio
2. Para lograr comportamientos saludables en un grupo de estudiantes lo primero que debemos hacer es:
 - a. Darles una charla
 - b. Distribuir material educativo
 - c. Conocer que es lo que están haciendo
 - d. Hacer un plan de acción.
3. La habilidad que nos permite comprender y aceptar a personas diferentes a nosotros es:
 - a. Sociabilidad
 - b. Comunicarse con los demás
 - c. Establecer relaciones interpersonales positivas
 - d. Establecer empatía.
4. Si encontramos que en una escuela los alumnos están bajo peso por falta de calorías en su alimentación, que alimentos deberíamos sembrar en el huerto escolar?
 - a. Pepinos
 - b. Yuca
 - c. Maíz
 - d. Espinaca.
5. En una escuela donde hay muchos niños con sobrepeso y obesidad debemos orientarlos para que:
 - a. Eviten las frituras
 - b. Consuman más frutas.
 - c. Coman mas carne.
 - d. Coman más arroz



6. En las áreas donde existe deficiencia de vitamina A y las familias tienen ingresos reducidos se debe promover el consumo de:
 - a. Todos los vegetales.
 - b. Zapallo
 - c. Leche
 - d. Carnes
7. Al preguntar a los alumnos que acostumbran comer observamos que solo consumen menestras 2 veces por semana y es difícil conseguir leche, carnes y huevos podríamos pensar que su alimentación es baja en:
 - a. Calorías
 - b. Proteínas
 - c. Vitamina D
 - d. Hierro.
8. Para incrementar el consumo de proteínas y hierro en comunidades de bajos ingresos debemos recomendar:
 - a. Comer mas arroz con frijoles
 - b. Comer más plátano.
 - c. Comer más huevo
 - d. Comer mas carne de res.

COMPLETAR:

1. Los protagonistas principales de una escuela promotora de salud son:

2. Liste 5 habilidades para vivir que deberíamos promover en nuestros jóvenes.



3. Liste los 5 pasos para el éxito.

4. Las 5 etapas de un plan de educación para promover cambio de hábitos alimentarios son:

5. Defina Escuela promotora de Salud

6. Escriba los cuatro componentes fundamentales de una escuela promotora de salud.

