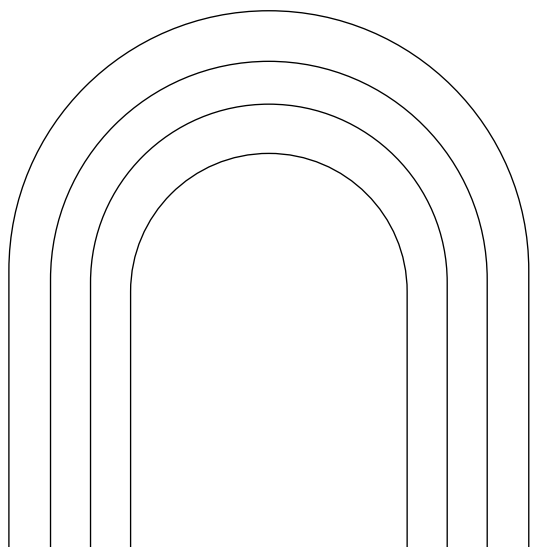
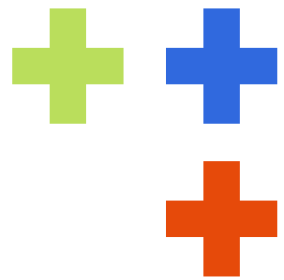
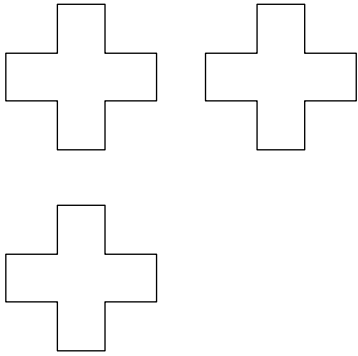


CURSO ESCOLAR 2025-2026

Catálogo de Actividades de Promoción de la salud de Niños y Jóvenes

EDUCACIÓN PRIMARIA





SALUDA



Con el inicio de un nuevo curso escolar, el Ayuntamiento de Santander presenta una nueva edición de la Guía de Salud Escolar, un instrumento consolidado que refleja el compromiso municipal con la promoción de la salud y el bienestar de niños, niñas y jóvenes, así como con el acompañamiento a la comunidad educativa en su conjunto: familias, profesorado, equipos directivos y asociaciones de madres y padres.

La salud constituye un elemento esencial del desarrollo personal y académico. Por ello, desde el ámbito

local seguimos impulsando políticas públicas que integran la educación para la salud como parte del proceso formativo, entendiendo la escuela como un espacio privilegiado para adquirir conocimientos, actitudes y hábitos que influyen de manera decisiva en la calidad de vida presente y futura. Esta guía responde a esa convicción y se renueva cada curso para adaptarse a las necesidades reales detectadas en las distintas etapas educativas.

La edición correspondiente al curso 2025-2026 mantiene una estructura coherente y progresiva, abarcando Educación Infantil, Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y enseñanzas profesionales, con programas diseñados específicamente para cada nivel. Los contenidos abordan de forma integral ámbitos clave como la alimentación saludable, la actividad física, el bienestar emocional, la educación afectivo-sexual, la prevención de conductas de riesgo, la seguridad, la higiene, el descanso y el uso responsable de las tecnologías, siempre desde un enfoque preventivo y educativo.

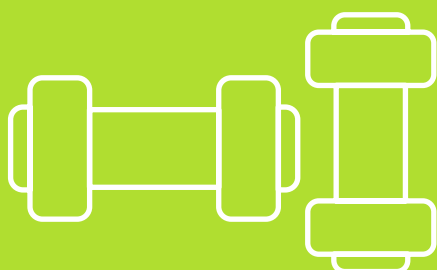
Este programa se sustenta en un modelo comunitario y multidisciplinar, en el que participan profesionales sanitarios de distintos ámbitos —medicina, enfermería, psicología, farmacia, fisioterapia e higiene bucodental— coordinados a través de los colegios profesionales. Su implicación garantiza el rigor técnico de las intervenciones y refuerza la calidad de las actividades desarrolladas en los centros educativos, contribuyendo a una formación sólida y adaptada a cada etapa del desarrollo.

Quiero agradecer expresamente la colaboración de todos los profesionales y entidades que hacen posible este proyecto, así como la implicación de los centros educativos, del profesorado y de las familias, cuyo papel resulta esencial para que los mensajes y aprendizajes trabajados en el aula tengan continuidad en el entorno familiar y social. La educación para la salud es una tarea compartida que requiere coordinación, constancia y compromiso.

Santander continúa formando parte activa de la Red Española de Ciudades Saludables, reafirmando su apuesta por políticas locales orientadas a la prevención, la promoción de hábitos de vida saludables y la mejora del bienestar colectivo. Esta guía es una muestra concreta de ese compromiso sostenido en el tiempo y adaptado a los retos actuales.

Invito a la comunidad educativa a utilizar esta Guía de Salud Escolar como un recurso práctico y cercano, concebido para apoyar la labor docente y contribuir al desarrollo integral del alumnado. Confío en que sus contenidos resulten útiles y que, a través de ellos, sigamos avanzando hacia una ciudad más consciente, responsable y saludable.

GEMA IGUAL ORTIZ
Alcaldesa de Santander



ÍNDICE

BIENESTAR EMOCIONAL. L1

- ◆ Desarrollo cerebral y madurativo. El desarrollo de las funciones ejecutivas.....10
- ◆ Educación emocional para vivir mejor y aprender mejor.....11
- ◆ Educación afectivo-sexual12

ACTIVIDAD. EJERCICIO Y DEPORTE. L2

- ◆ Determinantes de salud modificables.....15

ALIMENTACIÓN-NUTRICIÓN-METABOLISMO. L3

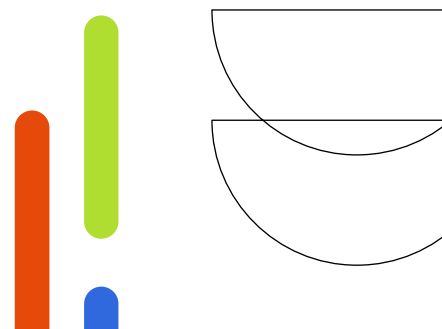
- ◆ Desayuno saludable.....18
- ◆ El Plato saludable.....20

SEGURIDAD E HIGIENE. L4

- ◆ Primeros auxilios y Botiquín23
- ◆ El cuidado es un arte. Cuentacuentos “El mundo de Carlota”25

COMUNICACIÓN. L6

- ◆ Desarrollo relacional virtual. Las tecnologías al servicio del joven y su entorno. Buen uso de las nuevas tecnologías.....28



INFORMACIÓN GENERAL

El programa de promoción de la salud dirigido a escolares es una iniciativa consolidada del Ayuntamiento de Santander para poner en valor la salud individual y colectiva, la actual y la futura, favoreciendo conductas y hábitos de vida más saludables y solidarios.

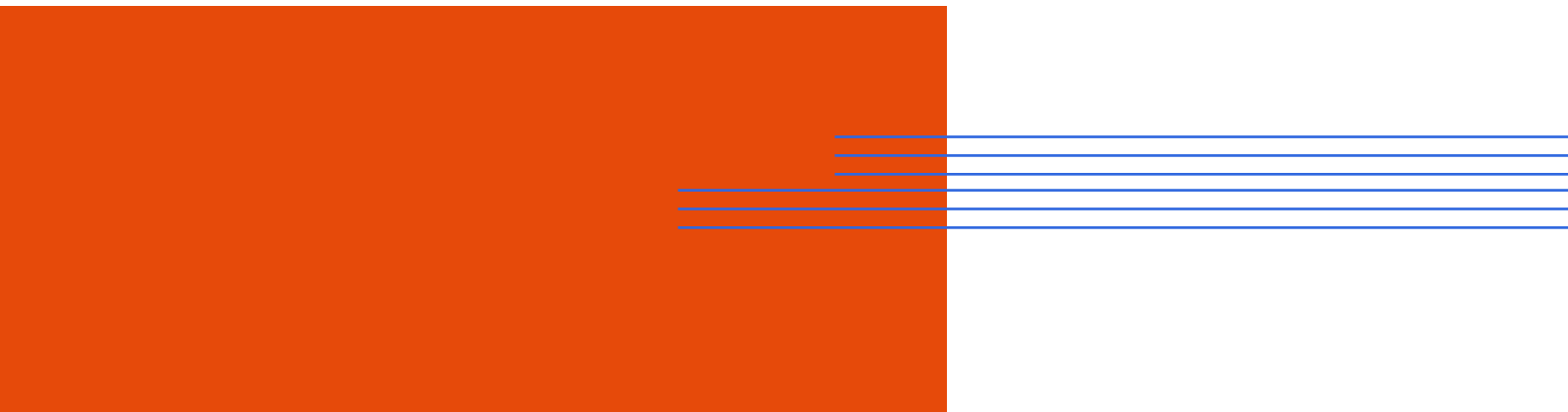
Se articula con la colaboración de un equipo multidisciplinar de profesionales sanitarios, médicos, enfermeros, farmacéuticos, psicólogos, fisioterapeutas e higienistas bucodentales, coordinados mediante un convenio de colaboración por los diferentes colegios profesionales.

Con un enfoque comunitario pretende involucrar no solo al alumnado al que se dirige, sino también a toda la comunidad educativa, especialmente a familias y profesorado, con el fin de dar apoyo a la crianza, a la labor docente y de esta manera fortalecer el papel de la escuela como motor de educación para la salud.

La implantación del proyecto de promoción de la salud en el ámbito escolar se viene realizando progresivamente con adaptaciones acordes a las necesidades percibidas y a los recursos existentes.

Se ofrece a los centros educativos un conjunto de programas orientado a fomentar hábitos saludables tanto en el entorno escolar como en el familiar y comunitario, proporcionando información significativa sobre los principales determinantes que condicionan la salud, para contribuir a la labor del profesorado, para facilitar que los escolares tomen conciencia de la importancia de la salud, adquieran conocimientos, desarrollen actitudes y hábitos saludables (factores protectores) en las diferentes etapas educativas.

Se trata de un proyecto comunitario que cuenta con la intervención coordinada de responsables de los centros escolares y de los diferentes profesionales sanitarios implicados en el programa.



Normas generales

Las intervenciones educativas del proyecto se realizan habitualmente en el centro escolar, dentro del horario lectivo, pudiéndose realizar también en centros comunitarios del municipio.

Los programas se han diseñado específicamente para impartirse en unos niveles educativos que se han priorizado con el fin de optimizar su eficiencia. Por eso, se atenderán **exclusivamente** las solicitudes dirigidas al nivel que se ofrece en el catálogo de programas.

Solo por razones debidamente motivadas, y tras la valoración del equipo multidisciplinar coordinado desde el Ayuntamiento de Santander, el programa se podrá implementar en otros niveles.

La fecha límite de recepción de solicitudes será el **1 de mayo de 2026**.

La ejecución de los programas se hará siguiendo un cronograma que atenderá a los siguientes criterios:

- Orden de recepción de las solicitudes.
- Limitación de plazas en el programa.
- Cronograma acordado con los responsables del centro escolar y los instructores.

Se recomienda que el profesor responsable informe a los alumnos sobre el objeto de la intervención de los profesionales sanitarios en el ámbito educativo. Es necesaria su permanencia en el aula durante el desarrollo de las actividades formativas en cualquiera de sus formatos (charla, taller, dinámica, ...), dado que la tarea educativa es coparticipada entre el profesional sanitario y el profesorado del centro.

El centro deberá contar con material audiovisual para el apoyo didáctico de los programas que se realicen, tales como ordenador, cañón de proyección o pizarra electrónica.

Los profesionales aportarán el material docente y/o de refuerzo necesario. En alguno de los programas se remitirá al profesorado con antelación material informativo, docente o de evaluación previa sobre la materia a tratar. En estos casos, se informará en el momento de formalizar la fecha de desarrollo del programa. En el programa de desayunos saludables son necesarios recursos específicos que se comunicarán con antelación y por escrito al centro escolar.

Los programas se pueden modificar o adaptar en cualquier momento del curso académico de manera motivada, ofreciendo información de estos cambios.

Al finalizar el curso escolar, se realizará una evaluación con carácter general para conocer el desarrollo del programa y las necesidades identificadas. Este proceso de evaluación es independiente de la evaluación específica de cada una de las actividades y programas.

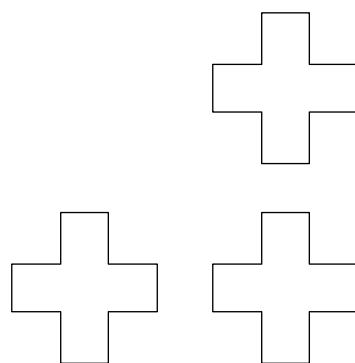
Puede consultar la oferta educativa para cada nivel y seleccionar el programa de su interés.

Inscripciones

La **solicitud de participación** se formalizará a través de un Formulario de inscripción en la web de Salud Ayuntamiento de Santander,



[https://nc.santander.es/index.php/apps/forms/
embed/iFKZRgo7tg9YZjxADn6wt2BL](https://nc.santander.es/index.php/apps/forms/embed/iFKZRgo7tg9YZjxADn6wt2BL)



Servicio de Salud. Ayuntamiento de Santander

c/ La Paz nº 1, 5ª

Teléfono | 942 200 782

Correo electrónico | actividades-salud@santander.es

BIENESTAR EMOCIONAL



Autopercepción y Autoconcepto

El conocimiento de nosotros mismos y la adquisición de habilidades para favorecer la relación con los demás permite el desarrollo cognitivo y emocional, la comunicación efectiva y la interacción que se comparte con los demás. La interpretación subjetiva de la percepción de la vida personal y de las relaciones con nuestro entorno, desde el más próximo y familiar hasta el entorno escolar, laboral o social nos ofrece un significado coherente de la realidad vital. El papel de la familia y del medio escolar en este desarrollo posibilita las primeras nociones del lenguaje, de los sentimientos y de las ideas que uno tiene sobre sí mismo, sobre las formas de expresarse y comunicarse con los demás y sobre las normas para actuar desde la responsabilidad y la asunción de las consecuencias de nuestros actos. El desarrollo madurativo, la inteligencia emocional y los nuevos modos de relación interpersonal son aspectos de bienestar y salud.

◆ DESARROLLO CEREBRAL Y MADURATIVO. EL DESARROLLO DE LAS FUNCIONES EJECUTIVAS

El desarrollo del ser humano para convertirse en adultos competentes a nivel psicológico y emocional se asienta en el buen desarrollo de las funciones ejecutivas del cerebro.

La evidencia científica que nos aporta la neurociencia ayuda a comprender todo el proceso facilitando la formación para un tránsito por las diferentes etapas de la vida de una manera más positiva y saludable.

Dirigido a

Escolares de 3º a 6º de Educación Primaria.

Impartido por

El proceso pedagógico será coordinado por el **Colegio Oficial de Psicología de Cantabria.**

Duración

1 hora.

Objetivo

Proporcionar a los escolares información suficiente para conocer el desarrollo del ser humano, para reconocer el proceso madurativo a través de las habilidades básicas que tiene que desarrollar el cerebro y para comprender y abordar el tránsito por las diferentes etapas madurativas de manera adaptada y con seguridad y confianza.

Metodología

A través de un taller interactivo y dinámico se muestra a los escolares las habilidades básicas que tiene que desarrollar su cerebro para lograr madurar. Se trabaja la identificación de las funciones ejecutivas como las “herramientas mentales” con las que lograrán progresar académica y socialmente.

♦ EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA VIVIR MEJOR Y APRENDER MEJOR

El desarrollo emocional es imprescindible para el desarrollo personal. El conocimiento de los fundamentos neurocientíficos que explican el “funcionamiento” emocional dará las claves para favorecer un desarrollo emocional equilibrado y positivo.

Dirigido a

Escolares de 4º a 6º de Educación Primaria.

Impartido por

El proceso pedagógico será coordinado por el **Colegio Oficial de Psicología de Cantabria.**

Duración

1 hora.

Objetivo

Este programa pretende que los niños y adolescentes reconozcan las emociones, sepan expresarlas y regularlas adecuadamente, además de interpretar bien las emociones de los demás. Trata de facilitar herramientas que les ayudarán a relacionarse mejor y tener mayor estabilidad emocional frente a las dificultades.

Metodología

Taller interactivo y dinámico para trabajar con los escolares las habilidades básicas de identificación, comprensión y regulación emocional, a través de dinámicas y actividades que aporten estrategias para abordar las situaciones sociales y personales de estas etapas.

♦ EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL

Este taller busca proporcionar a los niños y niñas una formación integral que les permita comprender y desarrollar su sexualidad de manera saludable, respetuosa y libre de prejuicios. Este enfoque no solo incluye aspectos biológicos, sino también emocionales, sociales y culturales fomentando la autoestima, la autonomía y el respeto a la diversidad.

La educación afectivo-sexual es esencial para dotar a los escolares de herramientas que les permitan tomar decisiones informadas y responsables, promoviendo relaciones interpersonales basadas en la igualdad y el respeto mutuo.

Dirigido a

Escolares de 5º y 6º de Educación Primaria.

Duración

1 hora

Impartido por

Equipo de Enfermeras coordinado por el **Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Cantabria** en todo el proceso pedagógico.

Objetivo general

Proporcionar formación afectivo-sexual basada en la salud, el fomento de la autoestima, la igualdad y el respeto a la diversidad.

Objetivos específicos

- Identificar el propio cuerpo y tomar conciencia de su desarrollo.
- Describir los cambios que se producen durante la pubertad.
- Reflexionar sobre la autopercepción.
- Fomentar la autoestima y la autonomía personal.
- Fortalecer las capacidades afectivas en todos los ámbitos de su personalidad y en sus relaciones interpersonales.
- Promover la igualdad entre mujeres y hombres.

Metodología

El taller utiliza una metodología activa y participativa, combinando conceptos teóricos con dinámicas grupales. De esta manera, se facilita la comprensión y la reflexión:

1.Sesiones Teórico-Prácticas: Se alternan explicaciones teóricas con actividades prácticas, apoyadas en medios audiovisuales, como videos y fichas interactivas.

2.Material Audiovisual: Proyección de fragmentos de películas para ejemplificar temas relacionados con género, identidad y relaciones interpersonales.

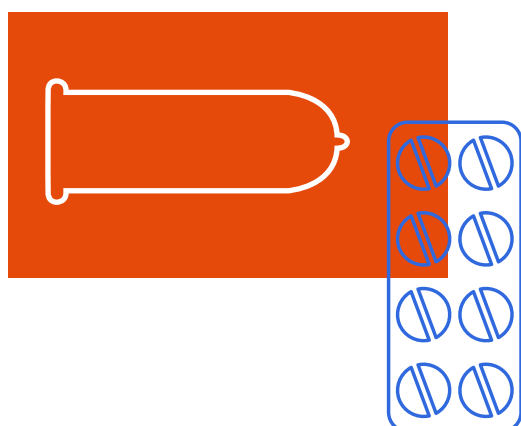
3.Adaptación a las Necesidades: Los contenidos se ajustan según la edad y el nivel del grupo, fomentando la participación y la reflexión sobre actitudes nocivas para la salud.

4.Material Educativo: Se entrega un tríptico de seguimiento para reforzar los aprendizajes fuera del aula.

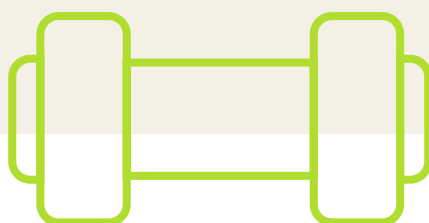
Evaluación

La evaluación del taller se lleva a cabo mediante:

- Cuestionarios anónimos: entregados antes y después de la actividad, para medir los conocimientos adquiridos por los estudiantes.
- Feedback docente: los profesores completan un cuestionario posterior a la actividad para valorar los aspectos positivos y negativos, así como posibles mejoras.
- Observación directa: los profesionales de enfermería registran el desarrollo de la actividad y la implicación de los alumnos.



ACTIVIDAD. EJERCICIO Y DEPORTE



La actividad y el ejercicio requieren un consumo de energía por el organismo que está íntimamente en relación con el patrón de alimentación. Además, la capacidad de movilidad favorece la integración biopsicosocial, la participación en actividades de la vida diaria y el cumplimiento de expectativas y deseos de las personas. Posibilita y promueve la salud y el bienestar. Está relacionado con los hábitos y costumbres de ocio y recreo y se valora por componentes de funcionalidad como la fuerza, la energía, la coordinación, la flexibilidad o el equilibrio entre otros. En la etapa escolar se debe identificar la contribución del ejercicio físico a la salud física y mental y su papel en la prevención de enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, el cáncer o la diabetes. Para reconocer los beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales de la actividad física, el ejercicio y el deporte se proponen actividades formativas en este programa de salud escolar

♦ DETERMINANTES DE SALUD MODIFICABLES.

Algo más de un tercio de la percepción de salud de las personas depende factores relacionados con el comportamiento y los hábitos individuales. Conocer estos factores y saber cómo modificarlos a nuestro favor puede generar una mejora del estado de salud física y mental.

Dirigido a

Escolares de 5º y 6º de Educación Primaria.

Duración

1 hora

Impartido por

El proceso pedagógico será realizado por Fisioterapeutas coordinados desde el **Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Cantabria**. La disponibilidad para el desarrollo del programa será en horario de mañana, de 8 a 10 horas o bien en horario de tarde

Objetivo

Educar a la población escolar en los determinantes de salud que dependen de su propia voluntad para ser intervenidos/mejorados, esperando repercutir en la mejoría de hábitos saludables en su vida cotidiana.

Metodología

Se impartirá un Taller teórico-práctico en el que a través de una charla se abordarán los contenidos más relevantes. La exposición de contenidos teóricos se apoyará en soporte audiovisual mediante diapositivas, videos ilustrativos, fichas, etc. y se acompañará de actividades y juegos prácticos a realizar en el aula.

Estructura y contenidos

1. Parte teórica:

- ¿Qué son los determinantes de salud?
- ¿Cómo pueden modificar mi estado de salud?
- ¿Cuáles son aquellos sobre los que yo puedo modificar mis hábitos?

2. Parte práctica:

- Juegos, actividades y retos para que el niño comprenda mejor los aspectos relacionados con su salud musculo-esquelética y cómo gestionarlos antes las diferentes tareas de su vida diaria.

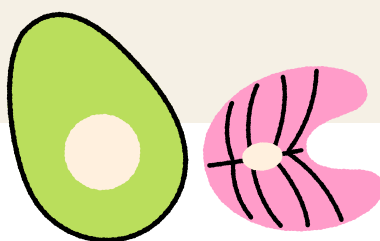
3. Respuesta a cuestiones básicas:

- ¿Cómo puedo mejorar mis capacidades físicas?
- ¿Puedo hacer algo para mejorar la calidad de mi sueño nocturno?
- ¿Puedo hacer algo para mejorar mi perfil nutricional?

4. Conclusiones

- Discusión sobre los conceptos clave relacionados con factores intervenibles potencialmente favorables para mejorar la salud de la población infantil

ALIMENTACIÓN- NUTRICIÓN- METABOLISMO



Los patrones de alimentación han ido evolucionando con el desarrollo de la sociedad, sin embargo la alimentación sigue siendo un determinante fundamental para mantener el óptimo funcionamiento del organismo, para proteger y mejorar la salud y para prevenir la malnutrición y las diferentes enfermedades.

Seguir una alimentación saludable se relaciona con el conocimiento sobre los requerimientos nutricionales adaptados a las necesidades individuales y sobre la composición de los alimentos que se consumen.

En la etapa escolar se aporta información sobre los alimentos y su relación con las necesidades metabólicas para favorecer un modelo de alimentación que prime el autocuidado y la salud mediante la selección, equilibrio y seguridad de los alimentos.

◆ DESAYUNO SALUDABLE

El desayuno es fundamental para comenzar bien el día, tras el periodo de ayuno durante el descanso nocturno. La importancia de esta comida para mejorar el estado nutricional y el bienestar de los niños justifica este proyecto.

Dirigido a

Escolares de Educación Primaria.

Impartido por

Farmacéuticos coordinados desde el **Colegio Oficial de Farmacéuticos de Cantabria** en todo el proceso pedagógico.

Objetivo

- Mejorar los hábitos de vida saludable y en concreto la formación nutricional en niños y niñas.
- Reconocer la importancia de comenzar el día con un buen desayuno y su influencia en su bienestar y en el rendimiento escolar, tanto físico como intelectual.
- Identificar diferentes tipos de desayunos saludables.
- Se pretende, además, que los niños comenten la actividad con sus padres ya que de ellos depende, en gran medida, que el desayuno de los más pequeños sea completo y equilibrado.

Metodología

Charla en el aula, de veinte minutos de duración, apoyada por una presentación audiovisual. En ella se explican los beneficios de una dieta equilibrada y se resalta la importancia de realizar un correcto desayuno.

La actividad se completa con un **desayuno en el comedor del centro escolar** que consiste en un producto lácteo (leche, yogur, queso, etc.), pan integral con aceite de oliva virgen y una pieza de fruta.

Además, se entrega a los niños un **folleto informativo** para que entreguen en casa y comenten la actividad con sus padres.

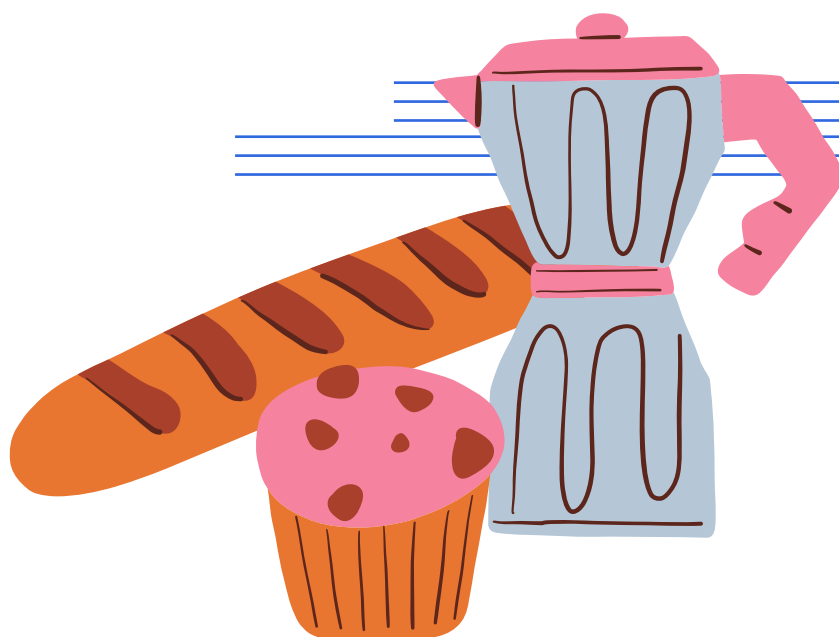
Observaciones

Se contempla la posibilidad – siempre que así lo estime oportuno el Centro educativo- de **hacer partícipes de esta actividad a los padres** interesados, con el fin de obtener mejor calado en las familias del contenido divulgado de la charla.

El centro escolar proporcionará los productos lácteos, el aceite de oliva virgen y el pan integral, necesarios para el desayuno.

Cada niño, en función de sus gustos, llevará una pieza de fruta.

Asimismo, en función de la idiosincrasia propia de cada centro educativo, se abre la puerta a la introducción de **otras formas de desayuno saludables** propias de otras regiones o nacionalidades, a fin de fomentar la convivencia de culturas diferentes.



◆ EL PLATO SALUDABLE

El taller El Plato Saludable está diseñado para enseñar a los alumnos los principios fundamentales de una dieta equilibrada y saludable. Utilizando un modelo visual sencillo y efectivo, basado en las proporciones alimenticias recomendadas por la Escuela de Salud Pública de Harvard, este taller fomenta la comprensión y aplicación de conceptos clave sobre nutrición.

Asimismo, la actividad busca crear una conciencia alimentaria desde edades tempranas, promoviendo la adopción de hábitos saludables que se mantengan a lo largo de la vida.

Dirigido a

Escolares de 2º y 4º de Educación Primaria, adaptando los contenidos y actividades a sus niveles de comprensión y habilidades.

Impartido por

Enfermeras coordinadas desde el **Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Cantabria** en todo el proceso pedagógico.

Duración

1 hora.

Objetivos

1. Fomentar en los alumnos la adquisición de conocimientos y habilidades relacionadas con una alimentación saludable.
2. Concienciar sobre la importancia de una alimentación equilibrada para la salud.
3. Explicar los diferentes grupos de alimentos y su función nutritiva.
4. Describir las proporciones recomendadas para consumir alimentos saludables.
5. Instruir en la selección adecuada de alimentos para construir un plato sano y equilibrado.
6. Proporcionar información ampliada sobre el Plato Saludable a familias y docentes.

Metodología

1.Exposición Teórica (30 minutos)

Presentación audiovisual de los grupos de alimentos, sus funciones nutritivas y las proporciones recomendadas.

Se realizan preguntas previas para evaluar los conocimientos iniciales de los alumnos.

Se ejemplifica visualmente el contenido de azúcar en alimentos y bebidas procesadas mediante envases reales y azúcar blanco, promoviendo la reflexión sobre hábitos de consumo.

2.Actividad Práctica (30 minutos)

Los alumnos trabajan en grupos de 5-6 personas, utilizando juegos de cartas que representan alimentos para colocarlos en el modelo del Plato Saludable.

En 4º de Primaria, se incorpora un cronómetro para dinamizar la actividad y promover la interacción.

Se concluye con un resumen visual y una reflexión sobre la importancia de la actividad física.

Evaluación

Se realiza a través de:

Cuestionarios proporcionados a los docentes para valorar la calidad de la actividad y la implicación de los alumnos y el enfermero.

Registros elaborados por el instructor, documentando observaciones y respuestas de los alumnos.

Comparación de las respuestas iniciales y finales de los alumnos para medir el aprendizaje.

SEGURIDAD E HIGIENE



El cuidado de la salud es un proceso a lo largo de todas las etapas de la vida. Desde los primeros años de vida, las personas son agentes de su propio cuidado. La adquisición de información relevante para mantener y mejorar la salud es fundamental en el proceso de cuidar el bienestar y la calidad de vida. La percepción de la salud y el bienestar, su importancia y todo lo relacionado con su mantenimiento y recuperación son fundamentales para adquirir hábitos de vida saludables. Conocerse, explorarse, y reconocerse sanos es una práctica capaz de determinar el desarrollo y la madurez del niño hacia la vida adulta. La familia, los profesores y todos los profesionales responsables de la atención y cuidado del niño deben proporcionar información y el proceso de aprendizaje adecuado para que puedan mantenerse sanos, sepan buscar ayuda cuando la necesitan y puedan evitar problemas de salud con medidas preventivas.

◆ PRIMEROS AUXILIOS Y BOTIQUÍN

Este taller pretende capacitar a la comunidad educativa para actuar de manera eficiente y segura ante situaciones de urgencia y emergencia que puedan presentarse en el entorno escolar. Responde a la necesidad de dotar a los alumnos de conocimientos básicos sobre primeros auxilios, así como de promover la correcta gestión del material necesario en un botiquín escolar. En los centros educativos, donde los niños pasan gran parte de su tiempo, es fundamental garantizar entornos seguros y disponer de pautas claras de actuación ante accidentes. Este taller refuerza la importancia de una intervención rápida y adecuada para prevenir complicaciones graves, además de fomentar actitudes de responsabilidad y colaboración entre los estudiantes.

Dirigido a

Escolares de 1º, 2º, 3º, 4º, 5º y 6º de Educación Primaria.

Duración

1 hora.

Impartido por

Enfermeras coordinadas desde el **Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Cantabria** en todo el proceso pedagógico.

Objetivo general

Fomentar la adquisición de conocimientos básicos en primeros auxilios y la correcta utilización del botiquín escolar.

Objetivo específicos

- Aplicar cuidados básicos ante situaciones agudas relacionadas con procesos crónicos como asma, diabetes, alergias (shock anafiláctico) y epilepsia.
- Identificar las pautas de actuación ante accidentes frecuentes en el entorno escolar, como contusiones, heridas y epistaxis.
- Dotar de conocimientos básicos sobre los materiales necesarios en un botiquín escolar y su correcta gestión.

Metodología

El taller combina sesiones teóricas y prácticas para garantizar un aprendizaje significativo:

1. Exposición Teórica

- Presentación de diapositivas con contenido visual y explicaciones claras sobre primeros auxilios y el manejo del botiquín.
- Proyección de videos didácticos que ilustran situaciones de emergencia y su correcta resolución.
- Explicación del contenido mínimo necesario en un botiquín escolar.

2. Dinámica Práctica o Simulación de situaciones comunes de emergencia para que los alumnos practiquen las pautas de actuación aprendidas. o Ejercicios de identificación y clasificación del contenido del botiquín, promoviendo su correcta organización y uso

Evaluación

Cuestionarios Anónimos: aplicados antes y después de la actividad para medir los conocimientos adquiridos por los alumnos. Feedback Docente: los profesores titulares completan un cuestionario de valoración posterior, destacando aspectos positivos, negativos y propuestas de mejora. Observación Directa: los profesionales de enfermería registran el nivel de participación y la comprensión de los alumnos durante la actividad.



◆ EL CUIDADO ES UN ARTE. CUENTACUENTOS DE SALUD.

Introducir la Educación para la salud desde las etapas más tempranas ayudará a mantener y mejorar la salud ya que los hábitos adquiridos en la infancia perduran durante toda la vida. Una de las estrategias para hacerlo es a través de diferentes disciplinas artísticas como el teatro, la pintura, la música o la lectura.

El arte de la lectura estimula la meditación y el pensamiento creativo, enriquece la capacidad de atención y la intuición, aumenta la motivación y permite un estado de relajación que favorece la salud y restablece la enfermedad.

Cuento 1: “El mundo de Carlota”

Dirigido a

Escolares de 3º de Educación Primaria

Impartido por

Enfermeras coordinadas desde el **Colegio Oficial de Enfermería de Cantabria** en todo el proceso pedagógico.

Duración

La duración de la actividad no superará los 90 minutos.

Objetivo general

Favorecer y facilitar el conocimiento y las actitudes saludables mediante herramientas que generen conductas positivas.

Objetivo específicos

- Entender diferencias intelectuales (capítulos 1 y 2).
- Valorar el núcleo familiar y el cuidado de animales domésticos (capítulo 3).
- Reconocer las diferencias entre las personas (capítulo 4).
- Identificar las frutas y verduras como alimentos saludables (capítulo 5).
- Entender el valor de los juegos al aire libre y los hábitos de higiene (capítulo 6).
- Respetar a los ancianos, rechazar el hábito tabáquico y moderar el consumo de chucherías (capítulo 7).
- Aprender el valor del reciclaje de juguetes (capítulo 8).
- Protegerse la cabeza con casco al montar en bicicleta y aprender el cuidado de pequeñas heridas (capítulo 9).

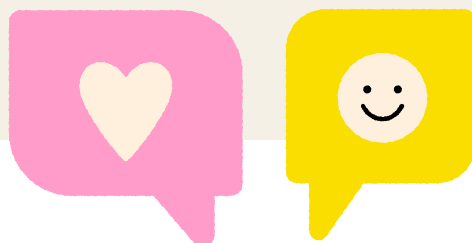
Metodología

Este cuento se centra en el desarrollo de valores y hábitos saludables a través de situaciones cotidianas. Su lectura permite el intercambio de opiniones generando reflexión sobre conductas de la vida real. Técnica pedagógica: Literatura instrumentalizada con un enfoque didáctico, donde el protagonista, “Carlota”, vive situaciones familiares, sociales y personales que promueven aprendizajes prácticos. Recursos adicionales: Los capítulos se acompañan de imágenes, poesías y actividades que fomentan la interacción y la reflexión. Valores transmitidos: Respeto por la diversidad, comprensión y aceptación de las diferencias, cooperación social y cuidado de los animales domésticos.

Contenidos que se abordan en el cuento

- Las personas y sus diferencias (la discapacidad intelectual).
- La familia y los animales domésticos.
- Las personas mayores (abuelos).
- Actividades al aire libre y protección de riesgos.
- Impactos negativos del tabaco.
- Reciclaje de juguetes.
- Cuidado de pequeñas heridas.
- Uso del casco en bicicleta y normas de circulación.

COMUNICACIÓN



Comunicación inclusiva, respetuosa y saludable

El ser humano es un ser social y para vivir en grupo se imponen modelos relativamente rígidos de conducta que son aceptados socialmente por la comunidad. En las etapas de transición de la vida, el proceso de adaptación al medio no está exento de contradicciones y exige el desarrollo de habilidades que, junto con la información y el conocimiento, proporcionan recursos suficientes para ser conscientes de parámetros de conducta responsable y coherente con valores saludables.

Facilitar la información y la reflexión para la toma de decisiones desde la responsabilidad de los comportamientos y sus consecuencias es fundamental para evitar conductas de riesgo, especialmente en el consumo de sustancias y comportamientos que puede dañar la salud.

◆ DESARROLLO RELACIONAL VIRTUAL. LAS TECNOLOGÍAS AL SERVICIO DEL JOVEN Y SU ENTORNO. BUEN USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS

Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) se han convertido en un elemento indispensable que, de una u otra forma, condiciona la vida desde etapas muy tempranas. Los adolescentes conforman uno de los colectivos más vulnerables al impacto de las nuevas tecnologías, principalmente cuando se trata del uso de ordenador, teléfono móvil y videojuegos. El buen uso de las TIC y las redes sociales puede ser facilitado desde la familia y la comunidad educativa.

Dirigido a

Escolares de 5º y 6º de Educación Primaria.

Impartido por

El proceso pedagógico será coordinado por el **Colegio Oficial de Psicología de Cantabria**.

Duración

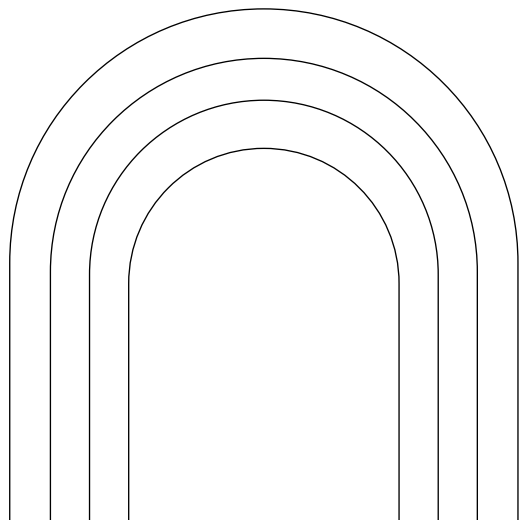
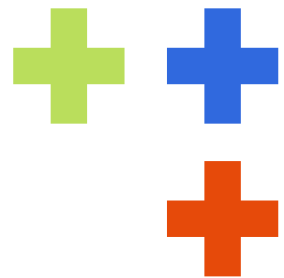
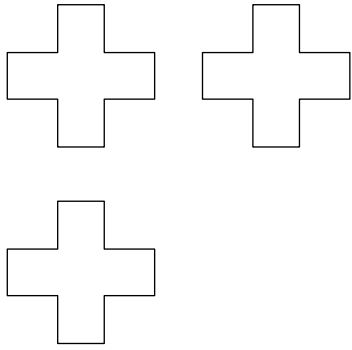
1 hora.

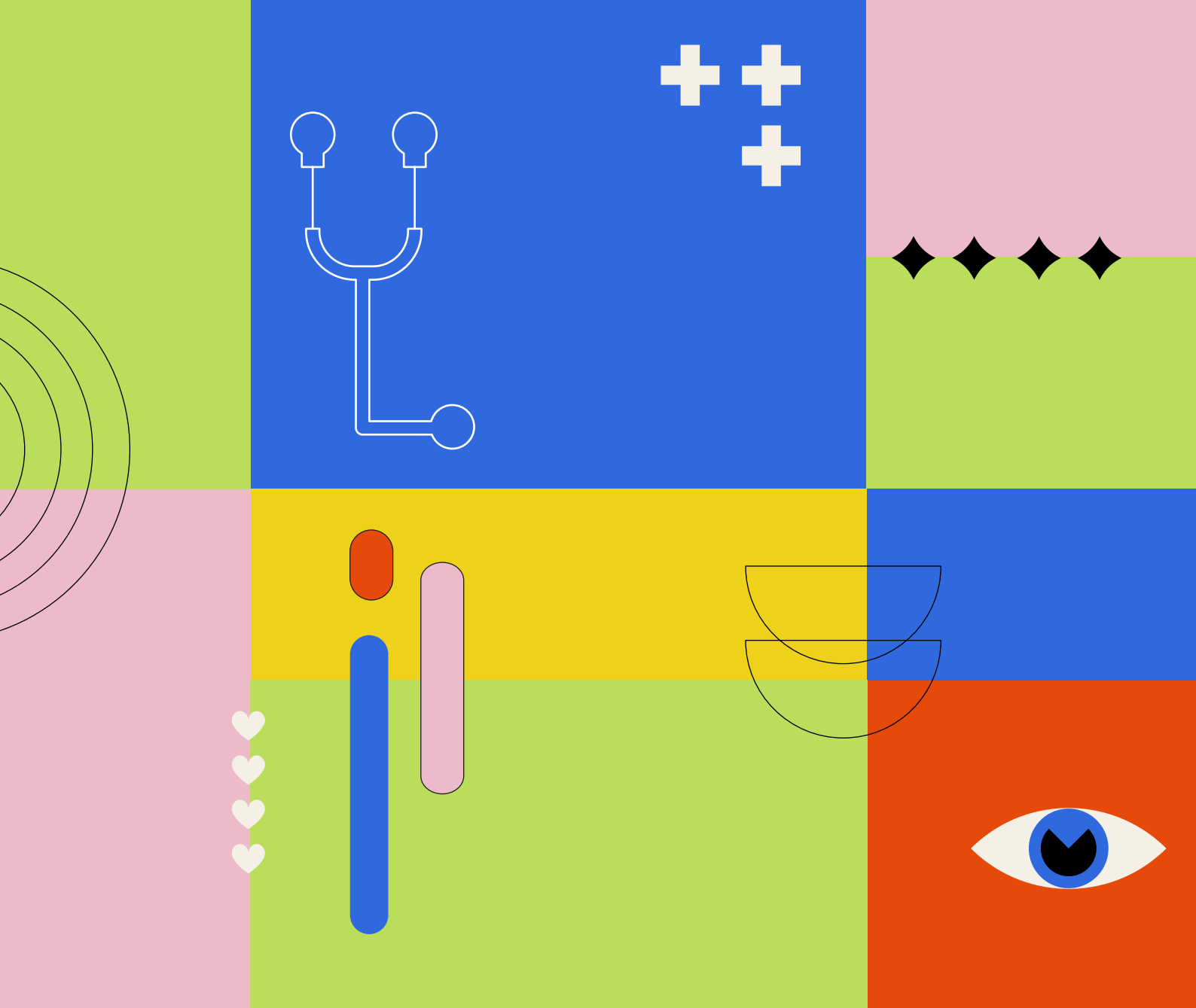
Objetivo

Este programa pretende facilitar a los jóvenes, herramientas que les ayudarán a utilizar las TIC de forma adecuada a las necesidades y objetivos más relacionados con sus prioridades de desarrollo personal y social, evitando caer en una utilización inadecuada y manipulada por otros intereses no deseados.

Metodología

A través del Taller “Me “engancho” a la vida. La hiperconectividad a las TIC” se orienta a los escolares al uso adecuado y responsable de las nuevas tecnologías en pro de evitar conductas abusivas y/o adictivas.





COLEGIO OFICIAL DE
FARMACÉUTICOS
DE CANTABRIA



AYUNTAMIENTO DE
SANTANDER



SALUD
AYUNTAMIENTO
DE SANTANDER