



**ENFERMERÍA
EN ACCIÓN**

DOSSIER DE PRESENTACIÓN
PROYECTO "COLE-S" COLEGIOS
SALUDABLES



En Enfermería en Acción somos estudiantes de enfermería y profesionales de la salud preocupados por la poca importancia que se le está dando en la Educación a la promoción de la salud. Sabemos que existen muchas iniciativas y somos varias las organizaciones que nos dedicamos a fomentar la promoción de la salud en los colegios e institutos, pero sigue sin ser suficiente.

2

Trabajamos con varios talleres. Estamos especialmente preocupados por la obesidad infantil, la violencia de género, así como los pocos conocimientos que tiene la población en materia de primeros auxilios y de la labor de un profesional de la enfermería ya que incluso quien dice saber a qué nos dedicamos, el 95% de las veces las respuestas son erróneas.

Por ello desde esta nueva organización nacida de unos estudiantes en la Universidad de A Coruña con la colaboración de la Facultad de Enfermería y Podología, ponemos en marcha diversos talleres que son adaptados a las edades de los alumnos así como al disponible en el centro.

Estos talleres son nuestro fin social como organización sin ánimo de lucro por lo que son completamente gratuitos ya que nosotros nos financiamos con donaciones, subvenciones públicas, recaudación de fondos...

Hemos pensado unos programas que se puedan aplicar a todos los niveles educativos que a continuación presentamos.





TALLERES DE PRIMEROS AUXILIOS

Infantil

Taller de 20 minutos representado con dibujos

Aprenden como llamar al 112 y detectar una parada cardiorrespiratoria
Les pediremos que traigan un peluche grande de casa al cual le van a tener que **salvar la vida**

Cantarán la canción de la reanimación para infantil, que amablemente nos dejan utilizar desde el proyecto "RCP desde mi cole", de Asturias.

<https://www.youtube.com/watch?v=jN2fU8FqBGM>

<https://www.youtube.com/watch?v=F3eaBAZ2DIg>

<https://www.youtube.com/watch?v=UYyRapheps>

Primaria

1º ciclo:

Taller de 50 minutos

Les pediremos que traigan un peluche grande de casa al cual le van a tener que **salvar la vida**

Aprenderán a hacer la maniobra de Heimlich por parejas

Cantarán la canción de la reanimación para primaria:

<https://www.youtube.com/watch?v=jN2fU8FqBGM>

2º ciclo:

Mostraremos un video en el que se muestren personas conocidas e importantes hablando sobre reanimación cardiopulmonar (RCP) –proyecto futuro-

Simulación práctica reforzada con diapositivas

Se dividen en grupos pequeños que practicarán con simuladores de RCP a mayores de comprobar consciencia, saber para qué sirve el 112, posición lateral de seguridad, y atragantamiento

ESO y Bachillerato

Conscientes que en este nivel educativo el tiempo es reducido, haremos una versión reducida de los talleres que damos para adultos.

Se hará un refuerzo con diapositivas y se enseñarán Primeros Auxilios Básicos así como resolver dudas que a estas edades muchos tienen (intoxicaciones etílicas, quemaduras...):

- Se insistirá mucho en la reanimación cardiopulmonar
- Posición Lateral de Seguridad
- Atragantamiento
- Hemorragias
- Quemaduras y traumatismos





TALLERES DE NUTRICIÓN

El taller será impartido por estudiantes de enfermería dirigidos por un técnico superior en dietética.

Nos basamos en la Estrategia NADS (Nutrición Actividad Física y Prevención de la Obesidad) de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN) del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad puesta en marcha en 2005

Actividades que se pueden desarrollar en primaria

Hemos diseñado una pirámide nutricional con madera y velcro en la cual los niños, después de una explicación de cómo funciona una pirámide nutricional, pegarán los alimentos que los voluntarios van proponiendo y a la vez iremos indicando en que toma del día añadiríamos ese alimento. Tiempo necesario recomendable: 1 clase.

Secundaria y Bachillerato

Tiempo recomendable: 2 clases seguidas

1. Explicación exprés del reparto de macronutrientes a lo largo del día para junto con la pirámide nutricional, hacer un menú de 5 tomas
2. Se realizará una encuesta a los alumnos días antes del taller y el día del mismo taller, se realizará una exposición de las respuestas para que sean conscientes de sus errores y se explicarán los mitos y leyendas que existen en la nutrición, algo que hoy en día preocupa mucho a los profesionales de la dietética y nutrición.





TALLERES DE VIOLENCIA DE GÉNERO Y EN EL ENTORNO FAMILIAR

5

Estos talleres están destinados a los alumnos de ESO, Bachillerato y Formación Profesional y el objetivo principal es explicar qué es la violencia de género y la ocurrida en el entorno familiar, ya que la mayoría de la ciudadanía no saben lo que realmente es, cuáles son las diferencias o el impacto que supone a la sociedad así como cuáles son los signos y los síntomas para saber cuándo una persona cercana, está sufriendo alguno de estos tipos de violencia.

Serán unas charlas muy dinámicas, de hablar y debatir entre nosotros y los alumnos, de mostrar cual es el papel de la enfermería dentro de un caso de violencia de género o en el entorno familiar.

Dependiendo de la disponibilidad, llevaremos personas expertas en violencia de género (policías, profesores, personal sanitario...) así como víctimas que puedan contar su historia como supervivientes.

También se realizarán actividades que obliguen a razonar y a debatir entre los alumnos ya que creemos que estos sistemas son las mejores formas de concienciar en contra de simplemente hacer presentaciones.





TALLERES SOBRE SEXUALIDAD

Conscientes de todos los procesos que se experimentan en la pubertad, no son sólo biológicos, desde Enfermería en Acción queremos intentar solventar todas esas posibles dudas que cualquier joven tiene en esa época.

En este taller, además de tratar la sexualidad desde la promoción de la salud "física" (métodos anticonceptivos, prevención de enfermedades de transmisión sexual y sensibilización sobre estas), queremos abordar de forma principal la concepción del género y su desarrollo, las diferentes variantes que una persona puede adoptar y la actual posición social al respecto. Incluso nos gusta tratar la problemática de la sexualidad en la red.

Con todo esto pretendemos ampliar los conocimientos sobre la identidad, seguridad y cultura sexual, permitiendo que los niños y niñas comprendan lo expuesto y expresen sus opiniones por medio de actividades reforzadas con breves exposiciones.

Dirigido a estudiantes a partir de 15 años.
Duración: 2-3 horas.

Esquema del programa:

Parte de identidad sexual y sexualidad social:

- Desarrollo del género (el desarrollo del tú)
- Variantes del género
- Posición social sobre la sexualidad
- Sexualidad en la red ¿Qué nos podemos encontrar?

Parte de salud sexual:

- ETS: casos comunes y prevención
- Métodos anticonceptivos
- Ley del aborto en España





TALLERES SOBRE LA PROFESIÓN DE ENFERMERÍA

Con estos talleres queremos abordar dos temáticas:

- Explicar en qué consiste la carrera de enfermería entre los estudiantes de ESO y Bachillerato
- Enseñar a los niños pequeños cual es la labor de una enfermera

Respecto al primer punto, es preocupante el gran número de alumnos que llegan a nuestra carrera sin saber realmente cual es la labor de la enfermería. Esto ocasiona cada año que un porcentaje de alumnos que empiezan la carrera de enfermería, al año siguiente la abandonen cambiando de opción o directamente cambiando de rama de estudio.





COMITÉ DE EXPERTOS:

- Dra. Pilar Carballo González, Licenciada en Farmacia y experta en Nutrición. Profesora del CS de Dietética y Nutrición
- Dra. Marta Nonide Robles, médico del SAMU de Asturias. Directora del Proyecto "Con tus manos puedes salvar videos"
- Susana Naya Baldomir, Licenciada en Biología y profesora del CS de Dietética y Nutrición
- Guillermo Pérez Fernández. Graduado en Biología.
- Sara Sánchez Rama, Graduada en Biología.
- Antonio Sanjuán Baltar. Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería, Técnico Superior en Dietética y Nutrición. Protección Civil Ayuntamiento de A Coruña
- Jose Juan Vazquez Dopico. Técnico en Emergencias Sanitarias. OGI Galicia
- Andrea Torrado Nogueira. Técnico Superior en Laboratorio.
- Iria Rubio Nieto. Técnico Superior en Anatomía Patológica y Citología.
- Raúl Ibargüen Montero. Protección Civil Ayuntamiento de Ferrol
- Alejandro López Losada. Subjefe de Protección Civil Ayuntamiento de Ferrol
- Tania López Pouso, Técnico en Emergencias Sanitarias. OGI Galicia, Protección Civil Ayuntamiento de Ferrol





Registro Asociaciones Xunta de Galicia nº2015/019919-I
Registro Universidade da Coruña 2016/001

INSTITUCIONES Y EMPRESAS COLABORADORAS:

