



ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD FRENTE A LA OBESIDAD INFANTIL Y JUVENIL 2021/2022

XVI EDICIÓN

Mérida, 13 de septiembre de 2021

Estimado/a director/a:

Nos complace invitarles a participar en la **“Actividad de Educación para la Salud frente a la Obesidad Infantil y Juvenil 2021/2022”** (A2021). Esta actividad se ha celebrado de forma ininterrumpida desde 2005, a excepción del curso 2020/2021 debido a la pandemia. El objetivo es promocionar estilos de vida saludables, fomentando la alimentación saludable y la práctica regular de ejercicio físico en los centros educativos, para disminuir los índices de obesidad y sobrepeso en Extremadura.

Va dirigida al alumnado de 2º y 5º curso de Educación Primaria, 3º de Educación Secundaria Obligatoria, 1º curso del grado en Formación Profesional Básica y al de Enseñanza Básica de los Centros de Educación Especial, de todos los centros educativos de Extremadura. El tema de este año 2021/2022 es **“Las frutas y sus beneficios”, dado que 2021 ha sido declarado como el Año Internacional de las Frutas y las Verduras, con el objetivo de promover el aumento del consumo de estos grupos de alimentos, reducir el impacto medioambiental, y fomentar estilos de vida más saludables**¹.

Un/a maestro/a, profesor/a o educador/a social, actuará como coordinador/a de la Actividad en el centro, pudiendo contar con el apoyo de hasta otros cinco profesores (o personal no docente) colaboradores/as. Debido al COVID, las actividades se realizarán por grupos (por clases), no debiéndose permitir la mezcla ni interacción de alumnos/as de grupos diferentes. La participación de personal externo a los centros, así como cualquier otro aspecto, será acorde a lo establecido en el Protocolo Preventivo COVID para los centros educativos y de apoyo a la enseñanza públicos, dependientes de la Consejería de Educación y Empleo de la Junta de Extremadura durante la nueva realidad educativa². En todo caso, y debido a la pandemia, se minimizará la participación de personas externas al centro. Se respetarán todas las medidas frente al COVID.

LA A2021 INCLUYE:

■ **Jornada informativa.** Este año no habrá esta **sesión informativa voluntaria**. El coordinador/a dispondrá de material de apoyo que se le enviará por correo electrónico desde Sanidad (Unidad de Educación para la Salud).

Las actividades para la promoción del ejercicio físico y la alimentación saludable serán, como mínimo, las siguientes³ (estas actividades se podrán incrementar, a criterio del coordinador/a y de los colaboradores, con el objetivo de hacer la Actividad más efectiva, siempre respetando las medidas frente a COVID):

■ **Charla al alumnado sobre los beneficios de una alimentación saludable y de la práctica de ejercicio físico.** Se realizará preferentemente por el coordinador/a o uno de sus colaboradores/as. No se mezclarán alumnos/as de diferentes grupos (clases).

■ **Ejercicio físico:**

■ Tras la oportuna reflexión, decidirán qué ejercicio físico van a realizar; senderismo, bicicleta, juegos tradicionales, etc. y disfrutarán del mismo con sus compañeros/as de clase (no se mezclarán alumnos/as de diferentes clases). Se deberá practicar dentro del mismo centro o en zonas cercanas, donde se pueda ir por medios no motorizados, a pie. Se evitará tener que trasladarse en autobuses u otros medios motorizados.

■ **Alimentación saludable:**

¹ ONU. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2020/12/1485652>

² Disponible en: https://www.educarex.es/riesgos_laborales/coronavirus-riegoslaborales.html

³ No se permitirá cambio alguno en las actividades mínimas propuestas. Sin el mínimo de actividades indicado, no se reconocerán con los créditos que se indican más adelante. En especial no se reconocerán con esos créditos, cuando se sustituyan las actividades propuestas por actividades *online* o cuando no se completen la totalidad de las actividades propuestas, independientemente de la causa.

■ **Compra.** Este año no se realizará compra. En su lugar, cada alumno/a llevará uno o dos alimentos de su casa que considere saludables. Los alumnos/as, deben tomar por sí solos la decisión de qué alimento llevar y deberán explicar al resto de su clase porqué los consideran saludables, apoyándose para ello en la charla inicial. Se hará especial hincapié en el estudio del etiquetado y/o composición nutricional.

■ **Degustación de los alimentos.** Actividad voluntaria. Si procede, se prepararán los alimentos, extremando las medidas preventivas (lavado de manos antes y después de usar los alimentos, uso de mascarilla constantemente, ventilación abundante y permanente con aire exterior, distanciamiento físico, lavado de alimentos, etc.). Será buen momento para relacionarse y para que muchos niños y niñas se embarquen en la aventura de probar nuevos alimentos (no deberán compartir alimentos). La mascarilla solo se retirará en el preciso momento de comer o beber. Se elegirán lugares en el exterior y, en todo caso, con las distancias debidas, ventilación permanente y abundante y aplicación del resto de medidas preventivas.

■ VII Certamen **"Aprendo a cocinar con..." (frutas).** Actividad voluntaria. Los alumnos/as expondrán en clase una receta de cocina que previamente hayan elaborado en su casa con un adulto. Para ampliar información, resolver dudas, e **inscribirse**, enviar correo a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, y se les remitirá el anexo del Certamen "Aprendo a cocinar con..." También puede contactarse con la Unidad de Educación para la Salud de la Dirección General de Salud Pública, con D. Eulalio Ruiz Muñoz en el teléfono 924 382 785.

El coordinador/a y sus colaboradores/as actuarán en todo momento como mediadores, facilitando y guiando a los alumnos/as que participarán activamente en todos los pasos disfrutando, sin olvidar el respeto al medio ambiente (no utilizar bolsas de plástico, reciclar la basura, etc.) y el respeto escrupuloso y permanente a las medidas de prevención COVID.

■ **Envío de material promocional.** Este año no se enviará a los centros educativos material promocional.

■ **Memoria.** La realizará el coordinador/a para evaluar la A2021. Con el objetivo de facilitar su evaluación, se **seguirá obligatoriamente el guion que se incluirá con el material de apoyo.** Ésta deberá ser enviada exclusivamente por vía electrónica, al correo electrónico, eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, antes del **30 de abril de 2022.** Deberá ser en soporte PDF y contener la firma del coordinador/a y del director/a del centro, y sello del centro. Se aconseja adjuntar escaneada, de forma independiente, la hoja de la memoria con las firmas o, en su lugar, también se podrá firmar digitalmente la propia memoria. Se adjuntará al menos una fotografía de las actividades en formato JPG (se permitirá verificar la fecha en sus metadatos).

Se reconocerá la coordinación y la participación respectivamente, al coordinador/a y los colaboradores/as que figuren en la memoria remitida (máximo cinco colaboradores en todo caso). Estos trabajos, en el ámbito público, serán valorados, para los coordinadores y colaboradores, respectivamente con los siguientes créditos: 3 créditos de formación para el coordinador/a y 2 créditos de formación para los colaboradores/as. Como en la última edición, no se emitirán certificados físicos para los docentes (se incluirán directamente en la base de datos de formación del profesorado una vez que Sanidad haya evaluado todas las memorias). A los profesionales no docentes, se les emitirá un documento en papel por parte de Educación (Número de horas a especificar por Educación; estimadas entre 20 y 30 horas).

INSCRIPCIÓN

Para participar, se deberá enviar un correo electrónico a: eulalio.ruiz@salud-juntaex.es, **hasta el 18 de octubre de 2021**, inclusive, indicando en todo caso todos los datos siguientes:

- **Nombre del centro educativo.**
- **Localidad.**
- **Coordinador/a (una sola persona por centro): nombre oficial, dos apellidos y NIF (NIF expresado sin puntos y con letra en mayúscula).** Por favor, poner especial cuidado en no cometer errores:
- **Colaborador/es (máximo cinco personas por centro): nombre oficial, dos apellidos y NIF (igual forma que antes).**
- **Nº total de alumnos/as sobre los que se intervendrá (indicar lo que proceda):**
 - 2º de Educación Primaria
 - 5º de Educación Primaria
 - 3º E.S.O.
 - 1º curso del Grado en Formación Profesional Básica
 - Educación Especial

La selección se realizará por riguroso orden de entrada del correo, hasta un máximo de 200 centros. Los centros seleccionados recibirán la comunicación en tal sentido por correo electrónico. Se aconseja no iniciar las actividades hasta recibir ese correo.

D. Francisco Javier Amaya Flores
Secretario General de Educación



D^a. Pilar Guijarro Gonzalo
Directora General de Salud Pública

