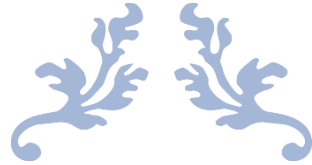




Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado



El rol de la enfermera escolar. Programa de
Educación para la salud

The rol of the school nurse. Health education Program



Autora

Sandra Cantero Rodríguez

Dirigido por

Patricia Sánchez Pablo

Facultad de Ciencias de la Salud
2019

ÍNDICE

Resumen	2
Abstract	3
1. Introducción	4
2. Objetivos	8
3. Metodología	9
4. Desarrollo	11
• Diagnóstico	11
1.1 Análisis	11
1.2 Priorización	12
• Planificación	12
2.1 Objetivos	12
2.2 Población diana	13
2.3 Estrategias	13
2.4 Actividades	14
2.5 Recursos	24
2.6 Cronograma	25
• Ejecución	26
• Evaluación	26
5. Conclusiones	27
6. Bibliografía	28
7. Anexos	33

RESUMEN

Una figura emergente en la profesión de enfermería es la enfermera escolar. Su responsabilidad es educar en salud y prestar los cuidados propios de su competencia a los alumnos del centro escolar.

En España, a diferencia de otros países, no está normalizada de forma homogénea en las comunidades autónomas, debido a la ausencia de normativa.

El objetivo del trabajo es definir la situación actual de la enfermería escolar y promover esta figura como promotora de salud en las escuelas.

Tras realizar una búsqueda bibliográfica se ha desarrollado un Programa de Educación para la Salud en adolescentes de 1^{er} y 2^o curso de Educación Secundaria Obligatoria, que aborda el problema de salud existente en la adolescencia en España: la morbimortalidad y el elevado coste social que conllevan las conductas de riesgo, seguido de una atención sanitaria adolescente poco desarrollada.

En conclusión, la atención sanitaria adolescente se puede mejorar desde Enfermería implantando la figura de la enfermera en las escuelas, siendo el profesional idóneo para impartir la Educación para la Salud, al tiempo que garantiza la asistencia inmediata y el cuidado de los escolares.

Palabras clave: enfermera escolar, enfermería, salud, promoción de salud, adolescentes, educación para la salud, rol.

ABSTRACT

A developing role in nursing profession is the school nurse. Their responsibility is to educate in health and to provide the own care of their competence to pupils at school.

In Spain, unlike other countries, it is not homogenously normalized in the autonomous communities, due to the lack of regulations.

The work's objective is to define actual situation of school nursing and promote this role like a way to promoting health at schools.

After carrying out a bibliographic search, a Health Education Program was developed for adolescents in first and second year of Compulsory Secondary Education. This program address the health problem in adolescence in Spain: morbidity, mortality and the high social cost caused by risk behaviors, followed by undeveloped adolescent sanitary assistance.

In conclusion, adolescent sanitary assistance can be improved from Nursing including the role of nurse in schools, being the ideal professional to teach Health Education while securing immediate assistance and care to students.

Key words: school nurse, nursing, health, health promotion, adolescents, health education, role.

1. INTRODUCCIÓN

Enfermería es una disciplina en constante evolución. Se trata de una profesión que desde sus inicios está en continua renovación, adaptándose a cada momento de la historia, a los cambios de la sociedad y a las nuevas necesidades existentes¹.

Una figura emergente es la de la enfermera escolar. Esta se define como el profesional cuya responsabilidad es educar en salud y proporcionar los cuidados propios de su competencia al alumnado del centro escolar donde presta su servicio, de modo directo, integral o individualizado, de forma que los individuos aumenten su capacidad para prevenir, detectar y solucionar problemas de salud^{2,3}. Su objetivo es contribuir al pleno desarrollo y máximo bienestar físico, mental y social de la comunidad educativa⁴.

El origen de la enfermería escolar tiene lugar en Londres, en el "Congreso de Higiene y Demografía" de 1891 cuando se plantea la necesidad de visitas regulares de enfermeras a los colegios para revisar la salud de los escolares. En 1897 con la fundación de "The London School Nurses' Society" se crean los primeros puestos de enfermeras escolares en enseñanza primaria. La salud de los alumnos mejoraba, de forma que se decide que las escuelas dispongan de una enfermera a tiempo completo^{5,6}.

En 1902 aparece en Estados Unidos la primera enfermera escolar conocida, Lina Rogers. Durante un mes examinó la relación del absentismo escolar con las enfermedades contagiosas en cuatro escuelas de Nueva York. También visitó a las familias enseñándoles higiene y prevención. El nivel de absentismo disminuyó notablemente. Esto hizo que se fueran instaurando más enfermeras en los centros educativos, reduciéndose el absentismo en un 90% a los seis meses. Esto marcó el inicio de una especialidad distintiva, y la enfermería escolar se extendió^{3,7}.

La primera Asociación de Enfermería Escolar en América, *National Association of School Nurses*, en 1999 define el término "School nursing" como "una

práctica especializada de la profesión enfermera que persigue el bienestar, el éxito académico y una promoción de la salud en la vida de los estudiantes”^{3,5}.

Hoy en día, la Enfermería Escolar se encuentra consolidada en lugares como Estados Unidos, Reino Unido, Francia, Escocia y Suecia, donde las enfermeras escolares cuentan con una larga trayectoria histórica y un reconocimiento social importante^{5,8}. Sin embargo, en España aún no es una práctica muy reconocida. Se trata de una figura novedosa que no se encuentra normalizada de una manera homogénea en las Comunidades Autónomas (CCAA)⁸.

Aparece por primera vez esta figura en Madrid, hace 30 años, en Centros de Educación Especial. Tras sucesivas legislaciones ejerce su labor con niños y adolescentes en escuelas públicas, privadas y concertadas, de Educación Infantil, Primaria y Secundaria^{2,9}. La necesidad de unificar criterios en la práctica de Enfermería Escolar hace que en 2008 se funde La Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos (AMECE)¹⁰.

En esta línea, en 2006 el Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana (CECOVA) crea el Grupo de Trabajo “Enfermería en Salud Escolar” para mejorar la formación de los jóvenes en edad escolar. Colaborando con la Universidad CEU-San Pablo de Elche firmó un convenio que permitió a estudiantes de tercer curso de enfermería realizar prácticas en los programas de Salud Escolar, convirtiéndose en los primeros alumnos de España con la posibilidad de recibir esta formación. Posteriormente, en 2007, se realizó un estudio cuyos resultados muestran que los estudiantes de enfermería valoran positivamente la enfermería escolar y están dispuestos a apoyar esta figura¹¹.

En 2007 se celebró el I Congreso Nacional de Enfermería y Salud Escolar. Tuvo una gran aceptación en el colectivo de Enfermería de toda España. El interés que el campo de la “Enfermería y Salud Escolar” despierta, quedó bien patente, mostrándose como un escenario idóneo para el profesional¹¹. Posteriormente durante la celebración del II Congreso Nacional de Enfermería y Salud Escolar (2009) se constituyó La Sociedad Científica Española de Enfermería Escolar (SCE3) que reivindica la implantación de profesionales de enfermería en los centros educativos españoles⁴.

En España existe un debate actual entre la figura de la enfermera escolar, integrada el centro, y la enfermera comunitaria, que desde Atención Primaria (AP) acude circunstancialmente a los colegios⁵. En 2016, en Cantabria se realizó un estudio en el que durante la formación en la Especialidad de Enfermería Familiar y Comunitaria se rotaba por los centros incluidos en el Proyecto de Enfermería Escolar. Este concluye que no se podría desarrollar desde AP debido a la gran implicación y compromiso que requiere¹². Este debate señala la necesidad de que la enfermera desarrolle su labor en los colegios.

No obstante, la mayoría de las CCAA disponen de programas de salud escolar en los que la asistencia de la enfermera se reduce a enseñanza ocasional, puntual¹³. La realidad es que la distribución de la enfermera escolar es muy desigual en España^{3,14}.

Estas diferencias tan significativas se deben a la falta de normativa al respecto. Diversos estudios señalan la necesidad de unificar criterios y crear protocolos que permitan desarrollar la labor de enfermera escolar de una forma organizada y coordinada y no sea la dirección del centro la que la condicione^{9,15,16}.

La OMS afirma que es la escuela el medio más efectivo para promover estilos de vida saludable en niños y jóvenes^{13,17}. De esta forma define la Educación para la Salud (EpS) como una "actividad educativa diseñada para ampliar el conocimiento en la población en relación con la salud y desarrollar los valores y habilidades que promuevan salud" convirtiéndose en uno de los instrumentos más eficaces para la promoción de la salud antes de que aparezcan conductas de riesgo^{13,17}.

El profesional de enfermería ocupa un lugar estratégico y privilegiado para abordar muchas de las cuestiones de Salud Escolar dada su formación holística en materia de salud, convirtiéndose así en el profesional idóneo para

impartir la EpS al tiempo que garantizan la asistencia inmediata y el cuidado de los escolares^{1,8,18}.

La Enfermera Escolar actúa de manera coordinada con la comunidad educativa (profesores, padres, escolares) y promueve la salud con actividades acordes a la edad, complementando los conocimientos que los alumnos adquieren con el temario¹². Sus actuaciones y tareas se pueden establecer de acuerdo con las cuatro funciones reconocidas en la enfermería profesional: asistencial, docente, investigadora y de gestión⁵. (**Anexo 1**)

En las III Jornadas Nacionales de Enfermería Escolar (2015) se mostró que esta figura contribuiría al desarrollo de un sistema sanitario más sostenible, pues según el Sistema Nacional de Salud (SNS) “los pacientes crónicos suponen un 52% del gasto total y una intervención temprana en salud disminuye la cronicidad adulta”, de acuerdo con el lema: “una pequeña inversión hoy, gran rentabilidad mañana”².

Aproximadamente entre el 10 y el 15% de la población escolar tiene algún problema crónico de salud como diabetes, asma, alergias, epilepsia, obesidad, leucemia, tumores, etc., pudiendo necesitar orientación o atención sanitaria. Por un lado, puede afectar de manera adversa en el rendimiento escolar y por otro, la ausencia de personal sanitario hace que el absentismo escolar aumente¹⁹. Esto hace necesario que exista una enfermera para conseguir una escolarización normal y mejorar el manejo de la enfermedad^{2,13,20}.

Revisiones y ensayos recientes muestran el efecto positivo de las intervenciones de las enfermeras escolares en el control de la ansiedad²¹, la disminución de la violencia escolar²², el control del bullying²³, el manejo de las enfermedades crónicas²⁰, la disminución de conductas de riesgo adolescentes con habilidades de regulación emocional²⁴ y en la educación sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS)²⁵.

La presencia de una enfermera escolar resulta determinante cuando surge un problema de salud agudo, dando seguridad a padres y madres y a la comunidad escolar en general¹⁴. Según varios estudios padres y profesores

valoran muy positivamente la incorporación de la enfermera escolar^{5,26}. Así mismo, según el artículo Análisis de la Enfermería en el ámbito educativo en la Comunidad de Madrid¹⁶, los directivos destacan la enfermera escolar como una figura imprescindible.

La enfermera integrada en los centros educativos garantizaría la planificación, puesta en marcha, supervisión y evaluación de los programas de salud⁵. Se trata de un profesional de referencia en temas de salud para toda la comunidad escolar, lo que supone un valor añadido^{9,14}.

La lucha por su implantación es cada vez más plural, reclamando su incorporación a nivel nacional. Sin embargo, es importante seguir trabajando para cambiar el paradigma de salud y apostar por la calidad de la educación^{1,5}.

2. OBJETIVOS

1. Definir la situación actual de la enfermera escolar en España y su trayectoria.
2. Enfatizar en la importancia de la enfermería escolar, promoviendo la figura enfermera como profesión capacitada para impartir educación sanitaria.
3. Desarrollar un programa de Educación para la salud en adolescentes de 1º y 2º de E.S.O.

3. METODOLOGÍA

Se ha realizado una revisión bibliográfica utilizando las bases de datos: Pubmed, Cuiden, Science Direct y Scielo.

Las palabras clave empleadas son: enfermera escolar, enfermería, salud, promoción de salud, adolescentes, educación para la salud, rol.

Con la finalidad de concretar la búsqueda se han utilizado filtros: texto completo, artículos publicados en los últimos 10 años, a excepción del artículo Convenio CEU – CECOVA: La evaluación de una experiencia, de 2007.

Para ampliar esta revisión, se han empleado páginas web con base científica como la de la OMS, Sociedad Científica Española, Sociedad Española de Pediatría Extrahospitalaria y Atención Primaria (SEPEAP), AMECE y Colegios Oficiales de Enfermería.

La siguiente tabla muestra un resumen de la búsqueda bibliográfica:

BASES DE DATOS	PALABRAS CLAVE Y OPERADORES BOLEANOS	ARTICULOS ENCONTRADOS	ARTÍCULOS REVISADOS	ARTÍCULOS SELECCIONADOS
PUBMED	“school nursing” AND (“health education” OR “health promotion”)	30	18	5
	“school nurs*” AND role	48		
CUIDEN	“enfermería escolar”	28	15	9
SCIENCE DIRECT	“school nursing” AND “health promotion”	64	22	4
	enfermería AND “salud escolar”	21		
SCIELO	“enfermería escolar”	11	14	5
	enfermer* escolar AND intervención	23		
	salud AND adolescentes AND prevención AND “conductas de riesgo”	16		
OTRAS WEB y GOOGLE ACADÉMICO (Buscador)				11
TOTAL				34

4. DESARROLLO

- **DIAGNÓSTICO**

- 1.1 Análisis**

La actuación en las primeras etapas del desarrollo es esencial para que los alumnos adquieran hábitos de vida saludables que se mantengan en la edad adulta^{1,2,13}.

La adolescencia, etapa comprendida entre los 10 y 19 años, es un periodo de rápidos y notables cambios en la que el individuo establece su propia identidad²⁷. Es entonces cuando desarrollan malos hábitos y conductas de riesgo que pueden derivar en adicción a drogas, accidentes, trastornos alimentarios, ITS, embarazo precoz, depresión, suicidio, problemas escolares, etc. Estas son las responsables de la morbimortalidad en esta etapa suponiendo un elevado coste social y económico futuro para los gobiernos. Por ello es fundamental su prevención en la adolescencia temprana^{19,28,29}.

Sin embargo, la atención sanitaria adolescente en España está poco desarrollada ya que las estrategias preventivas a menudo se centran en las edades extremas de la vida, haciendo que la atención a este grupo sea deficitaria. Además, los adolescentes encuentran barreras de acceso a los servicios sanitarios, como son, no conocer los recursos sanitarios o no saber a quién acudir³⁰.

Los diagnósticos enfermeros relacionados con el problema actual de salud, de acuerdo a la taxonomía NANDA³¹, son:

[00215] Salud deficiente de la comunidad r/c acceso insuficiente al proveedor de asistencia sanitaria m/p el aumento de comportamientos no saludables en la adolescencia.

[00188] Tendencia a adoptar conductas de riesgo para la salud r/c apoyo social insuficiente m/p fracaso al emprender acciones que prevendrían nuevos problemas de salud.

[00078] Gestión ineficaz de la salud r/c conflicto de decisiones m/p decisiones ineficaces en la vida diaria para alcanzar los objetivos de salud.

1.2 Priorización

Dada la importancia de la figura de la enfermera escolar, nexo de unión con los alumnos del centro, y la necesidad de fomentar hábitos saludables en los adolescentes, a continuación, se desarrolla un Programa de Educación para la Salud en adolescentes de 1^{er} y 2^o curso de Educación Secundaria Obligatoria.

• PLANIFICACIÓN

2.1 Objetivos

- Objetivo General:

1. Fomentar un estilo de vida saludable entre los adolescentes de 1^o y 2^o de E.S.O. convirtiéndoles en protagonistas de su propia salud, a través de la figura de la enfermera escolar.

- Objetivos Específicos

1. Proporcionar a los alumnos conocimientos en materias que aborden las conductas de riesgo de partida: el concepto de salud y enfermedad, hábitos saludables, trastornos alimentarios, la automedicación y el abuso de sustancias nocivas, accidentes y primeros auxilios, infecciones de transmisión sexual (ITS), formas de violencia y acoso escolar (bullying), inteligencia emocional y gestión de emociones.

2. Dar a conocer la figura enfermera, como agente referente de salud en las escuelas y situarla como punto de conexión entre los adolescentes y la atención sanitaria.

3. Desarrollar valores como son el trabajo en equipo, la empatía, la escucha, la no discriminación y la responsabilidad.

4. Dotar a los alumnos de habilidades y herramientas suficientes para poner en marcha hábitos de vida saludables a través de talleres, simulación de casos y experiencia de voluntarios.

2.2 Población diana

Este programa va dirigido a adolescentes del colegio Obra Diocesana Santo Domingo de Silos matriculados en 1º y 2º de E.S.O., que comprende las edades de 12 a 14 años, adolescencia temprana. El colegio está situado en el barrio Las Fuentes y cuenta con un Servicio Médico de atención ininterrumpida durante el horario lectivo. En cada curso de E.S.O. hay aproximadamente 5 clases de la A a la E, con alrededor de 23 alumnos por clase, lo que supondría unos 230 alumnos como población diana.

2.3 Estrategias

La Enfermera Escolar impartirá siete sesiones a lo largo del curso escolar.

Previo al comienzo del programa se repartirá un tríptico por alumno con el contenido de las sesiones. Este se entregará a los padres/ tutores junto a un consentimiento informado, que permita a los alumnos participar. (**Anexo 2**)

Las sesiones durarán dos horas, con un descanso de 10 minutos. Se desarrollarán en el centro en horario lectivo. Los alumnos serán participes en todo momento, siendo ellos mismos los que construyan el concepto propuesto en cada sesión mediante lluvia de ideas, y los que distingan entre conductas saludables y conductas no saludables. En la sesión de automedicación y abuso de sustancias nocivas colaborará un voluntario de asociaciones de adicciones para explicar su experiencia con las drogas.

Tras la explicación teórica se realizarán talleres prácticos trabajando por grupos. Se utilizarán materiales audiovisuales como apoyo didáctico.

Cada sesión abarcará uno de los siguientes temas:

Sesión 1: Introducción al sistema sanitario. Profesión enfermera. Agente referente de salud.

Sesión 2: Concepto de salud y enfermedad. Factores de riesgo. Hábitos saludables. Trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

Sesión 3: Automedicación y abuso de sustancias nocivas.

Sesión 4: Prevención de accidentes y primeros auxilios. Reanimación cardio pulmonar (RCP).

Sesión 5: Sexualidad: cambios corporales, métodos anticonceptivos y prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).

Sesión 6: Formas de violencia y acoso escolar.

Sesión 7: Inteligencia emocional. Gestión de emociones. Desarrollo de habilidades.

Al finalizar cada sesión se realizará un pequeño resumen destacando los conceptos clave y para evaluar lo aprendido se realizará un cuestionario on-line.

2.4 Actividades

CARTA DESCRIPTIVA

SESIÓN 1- Introducción al sistema sanitario. Profesión enfermera. Agente referente de salud.
Dirigido a: escolares de 1º y 2º de E.S.O. Duración: 2 horas
CONTENIDOS TEMÁTICOS
<ul style="list-style-type: none">• Presentación programa• Introducción al sistema sanitario• Profesión enfermera, competencias y funciones.

- Valores de enfermería como profesión: El respeto. La escucha. La confianza. La relación de ayuda. El trabajo en equipo, colaboración interdisciplinar. La humanización de los cuidados.
- Figura de la enfermera escolar

OBJETIVO

- Definir la profesión enfermera y sus funciones. Desmentir estereotipos
- Describir los servicios sanitarios y la labor de enfermería.
- Desarrollar los valores de la profesión enfermera
- Desarrollar una relación de confianza con los alumnos, dando a conocer la figura enfermera escolar, como agente referente de salud en las escuelas.

MÉTODO DIDACTICO

- Power Point
- Vídeos

MATERIAL DIDÁCTICO

- Ordenador
- Proyector
- Cuestionario

TÉCNICA

- **Toma de contacto:** establecer buena conexión con el grupo. Se presenta la enfermera escolar e introduce brevemente el programa de salud, los objetivos y qué se espera de los alumnos. Presentación breve de cada alumno contando que experiencia ha tenido con el sistema sanitario.

- Mediante lluvia de ideas los alumnos intentarán describir las funciones de enfermería.
- **Un día trabajando como enfermera.** Se realizará una breve descripción de los diferentes niveles de atención sanitaria y de los **servicios sanitarios** prestados en las distintas unidades: centro de salud, planta de hospital, urgencias, quirófano, UCI. Se realizará un viaje por las instituciones sanitarias con imágenes, describiendo la función de la enfermera en cada una de ellas. Realizando así un acercamiento a la labor desarrollada por enfermería y los diferentes servicios prestados.
- Se hará hincapié en el **uso adecuado** de los servicios sanitarios y cuando acudir a ellos.
- Se describirán brevemente las **profesiones sanitarias** con las que se trabaja en equipo, permitiendo diferenciarlas de enfermería y destacando la importancia de la **colaboración interdisciplinar** para la atención integral del individuo.
- Para trabajar los **valores de la profesión enfermera** se expondrán cuatro **casos clínicos**. Contrastando algunos más desfavorables y otros menos.
Los alumnos deberán escribir en un papel que les hace sentir cada caso. Se pondrán en común dando la oportunidad de contar su experiencia (con algún familiar o enfermedad propia).
- Por último, se reproducirá un vídeo sobre la **enfermera escolar**. Se definirán sus funciones en la escuela, colocándola como punto principal de contacto con los adolescentes en lo referente a la salud.
- Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.

SESIÓN 2- Concepto de salud y enfermedad. Factores de riesgo. Hábitos saludables. Trastornos de la conducta alimentaria (TCA).

<p>Objetivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar el concepto de salud y enfermedad, así como factores de riesgo • Diferenciar entre hábitos saludables y no saludables • Identificar hábitos saludables que hay que poner en marcha, haciendo al alumno responsable de su salud • Introducción a los TCA
<p>Material</p>	<p>Presentación de power point, frutas y hortalizas, palillos y cuchillos de punta redonda, alimentos que traigan los alumnos.</p>
<p>Contenido</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Qué es la salud. Lluvia de ideas y descripción del concepto. Se definirá que es la enfermedad (aguda y crónica) exponiendo las más habituales en adolescentes y factores de riesgo. • Hábitos saludables. Conocer que idea tienen. Que juntos pongan en común que hábitos realizan para mantener salud. De una lista de hábitos saludables y no saludables y tendrán que elegir mediante un debate cuáles son saludables y cuáles no. • Beneficios de una buena alimentación y actividad física, importancia de la frecuencia de ingestas, los alimentos que se deben consumir, la frecuencia de ejercicio físico y tipos. Reflexión grupal sobre hábitos saludables que no practican y que deben poner en marcha. • Breve introducción a los TCA, haciendo alusión a la importancia de reconocer que es un comportamiento patológico y cómo pedir ayuda. • Actividad 1: <i>Cada alumno traerá a clase dos alimentos: uno el que más les gusta y otro el que crea que es más saludable. En un lado de la clase deberán colocar cuál es el que consumen con más frecuencia y en el otro el que no. Al colocar todos los alumnos sus alimentos serán ellos los que observen si consumen más alimentos saludables o no y reflexionen sobre si deben cambiar de conducta o están actuando bien.</i>

	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad 2: Se dividirá la clase en seis grupos al azar. Deberán elaborar en equipo un plato atractivo con frutas y hortalizas que represente un hábito saludable o algo relacionado con la salud. Cada equipo expondrá cual es el motivo de su plato. Y posteriormente todos compartirán sus platos, fomentando así el consumo de alimentos saludables de forma divertida. • Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.
--	--

SESIÓN 3- Automedicación y abuso de sustancias nocivas.	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Definir la automedicación, los fármacos más comunes y sus usos. Consecuencias en la adolescencia • Desarrollar el concepto de adicción y repercusiones futuras • Tomar conciencia de la importancia de ser responsable de la propia salud
Material	Presentación de power point
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> • Qué es la automedicación. Con participación de los alumnos se elaborará una lista en la pizarra con los fármacos que consumen habitualmente, distinguiendo cuales han sido recetados por el médico, cuales consumen por cuenta ajena y para que creen que sirven. • Se desarrollará una lista fácil con los medicamentos más usados y sus usos reales, las consecuencias de automedicarse y la importancia de acudir a un profesional. • Consumo de sustancias nocivas como son el alcohol, el tabaco y las drogas, y concienciarles de las graves consecuencias puede suponer consumirlas a su edad. • Se describirá qué es una adicción y las graves repercusiones que puede tener a la larga en la salud.

	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad: <i>Un voluntario de asociaciones de adicciones acudirá al aula para contar cuál ha sido su experiencia con las drogas, como ha repercutido en su salud y por tanto en su vida laboral y social, así como consejos a los adolescentes para no llegar a ello.</i> • Resumen y reflexión final: hay que ser responsable con la salud. Hay que ser crítico y no hacer lo que hagan los demás. Alternativas de ocio saludables • Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.
--	--

SESIÓN 4- Prevención de accidentes y primeros auxilios. Reanimación cardio pulmonar (RCP).	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Describir los accidentes más comunes y pautas para prevenirlos • Definir términos relacionados e introducir a los alumnos en primeros auxilios • Explicar en qué consiste la RCP y ponerla en práctica
Material	Presentación de Power point, 1 maniquí para RCP
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> • Se definirá que es un accidente y se expondrán los más comunes: caídas y golpes, cortes y heridas, asfixia por cuerpos extraños o atragantamiento, intoxicaciones, quemaduras, accidentes de tráfico. Y se darán pautas de actuación para prevenirlos. Se tratarán los términos: fractura, fisura, luxación, esguince, traumatismo, contusión, hematoma, hemorragia, epixtasis. • Introducción a los primeros auxilios: regla PAS (Proteger, Avisar y Socorrer), valoración de un herido, posición lateral de seguridad o de Sims, maniobra frente-mentón, maniobras de Heimlich, actuación ante hemorragias y contenidos mínimos de un botiquín.

	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad 1: <i>se practicarán las maniobras de Heimlich entre alumnos. Se hará un juego en el que la clase se dividirá en equipos. Los términos y maniobras descritas deberán ser explicadas al resto de la clase en orden aleatorio, una por cada grupo. La enfermera corregirá si no es correcto y se resolverán dudas al respecto.</i> • Se explicará la RCP o masaje cardiaco, aclarando conceptos básicos y protocolo de actuación. La enfermera escolar realizará una demostración con un maniquí • Actividad: <i>Los alumnos practicarán la RCP uno por uno</i> • Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.
--	---

SESIÓN 5- Sexualidad: cambios corporales, métodos anticonceptivos y y prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Aclarar qué es la sexualidad y promover el respeto hacia la diversidad afectivo-sexual • Definir la pubertad, las relaciones sexuales y métodos anticonceptivos, desmintiendo falsos mitos. • Desarrollar el concepto de ITS y sus repercusiones • Promover el uso del preservativo como prevención principal de las ITS
Material	Presentación de power point, preservativos masculinos y femeninos, maqueta de pene y vagina de plástico.
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> • Se desarrollará el concepto de sexualidad, diferenciándolo de los conceptos sexo, género y relaciones sexuales. • Pubertad: cambios corporales que tienen lugar en la adolescencia.

	<ul style="list-style-type: none"> • Las relaciones sexuales: fecundación (repaso), la intimidad y el placer. Se desmentirán falsos mitos y se explicarán los diferentes métodos anticonceptivos. • Se definirán las ITS y las graves consecuencias para la salud de contraer una. • Se fomentará el uso del preservativo como principal método de prevención de las ITS. Se reproducirán vídeos para alertar de que hay usar siempre el preservativo puesto que la pareja sexual puede desconocer que padece una ITS. Se expondrá en un vídeo cómo debe ser colocado el preservativo masculino y femenino • Actividad: <i>Los propios alumnos practicarán su colocación sobre una maqueta de un pene de plástico y de una vagina de plástico.</i> • Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.
--	---

SESIÓN 6- Formas de violencia y acoso escolar.	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Abordar los tipos de violencia y las modalidades de género, doméstica y escolar. • Abordar el acoso escolar, elaborando conductas para ayudar a los niños que sufren bullying y así convertir estudiantes pasivos (observadores) en activos, sintiéndose involucrados. • Realizar dinámicas para generar un ambiente en clase distendido, promoviendo el compañerismo y la cooperación, clave para el trabajo en equipo
Material	Presentación de power point
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> • Se describirán los tipos de violencia física, psicológica y sexual, con diferentes ejemplos. Y posteriormente se distinguirán en concreto las

	<p>modalidades: violencia de género, violencia doméstica y violencia escolar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar el concepto de acoso escolar o bullying, tipos de agresión y diferentes figuras que intervienen: agresor, víctima y observadores. • Actividad 1: <i>Se narrará la historia de tres casos de adolescentes que sufren bullying y se analizarán. Los alumnos juntos distinguirán las diferentes figuras, diferenciarán qué está mal y cómo les podrían ayudar.</i> • Actividad 2: <i>De forma anónima cada alumno redactará en un papel algo que le preocupe o no sepa cómo solucionar sin poner el nombre de nadie. A continuación, se mezclarán y se leerán al azar algunos en voz alta y el grupo tratará de dar soluciones sin saber de quién es. Se trabajará la empatía y el altruismo, al colocarse en la situación de otro compañero e intentar ayudarlo.</i> • Actividad 3: <i>La estrella del equilibrio: formando un círculo con las manos enlazadas en tensión unos se dejan caer hacia delante y otros hacia atrás, conectados. Se trabaja la confianza, la cooperación³².</i> • Actividad 4: <i>El nudo humano: se hacen grupos de más de 5 personas, entrelazan sus manos sin coger la del compañero de al lado y sin soltarse deben deshacer el nudo, colaborando en equipo³³.</i> • Al finalizar rellenarán el cuestionario correspondiente a la sesión y se resolverán posibles dudas.
--	--

SESIÓN 7- Inteligencia emocional. Gestión de emociones. Desarrollo de habilidades.	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar qué es la inteligencia emocional y las habilidades necesarias. • Construir el concepto de cada tipo de emoción. • Mediante dinámicas de grupo fomentar: el apoyo entre compañeros, la empatía, el altruismo, la motivación, la actitud positiva, el lenguaje corporal y la toma de conciencia de uno mismo.

Material	Power point, un vaso de plástico, monedas, papel
Contenido	<ul style="list-style-type: none"> • Se introduce el concepto de inteligencia emocional. En un power point se pone el nombre de las distintas emociones y entre todos se construye el concepto. Se hará hincapié en que todas las emociones son necesarias, ya que aunque no gusten ayudan a superarse y ser mejores. • Actividad 1: <i>Tú vales: dos voluntarios salen de la clase y el resto forman dos equipos. Un equipo animará a un voluntario y el otro equipo intentará hundir al otro voluntario, luego se cambian los papeles. Al entrar deben encestar el mayor número de monedas en un vaso. Al finalizar los voluntarios contarán como se han sentido con un equipo y con el otro. Se trabaja como el apoyo de los demás, la motivación, la actitud positiva influyen en el rendimiento de una persona³⁴.</i> • Actividad 2: <i>Lenguaje no verbal: Se colocarán unas sillas en frente de otras en dos filas. En una fila estarán los entrevistadores. En la otra fila se sentarán los entrevistados. El entrevistador irá haciendo preguntas sencillas al entrevistado acerca de que tal el día o algo relacionado con la escuela y deben adivinar que emoción les transmite el entrevistado con su lenguaje no verbal (previamente asignada esta emoción). Se trabajar el lenguaje corporal, habilidades de comunicación.</i> • Actividad 3: <i>Se realizará un ejercicio grupal como técnica de relajación guiada, tomando conciencia de uno mismo, de su respiración y de su cuerpo, mientras se dejan llevar por una música relajante con los ojos cerrados.</i> • Al finalizar realizarán el cuestionario de la sesión correspondiente y se resolverán posibles dudas. Volverán a realizar el cuestionario que se hizo en la primera sesión. • Reflexión grupal: los alumnos contarán cómo se han sentido y que es lo que han aprendido a lo largo del programa.

2.5 Recursos

	CANTIDAD	PRECIO UNIDAD	TOTAL
RECURSOS HUMANOS			
Enfermera Escolar	2 horas x 7 sesiones x 5 clases x 2 cursos	22€/h	3080€
RECURSOS MATERIALES			
Tríptico	230 aprox.	0,50€	115€
Frutas y hortalizas	2 piezas x 230 alumnos aprox.	0'30 € aprox.	138€
Maniquí RCP	Alquiler 5 días	10€/ día	50€
Preservativo masculino	1 caja de 48 ud	35€	35€
Preservativo femenino	1 caja de 30 ud	35€	35€
Maqueta pene	1	27€	27€
Maqueta vagina	1	45€	45€
Vaso de Plástico	5	0,20€	1€
Cuestionarios	230 aprox. X 2 (1ª y última sesión)	0,05€	23€
RECURSOS INFRAESTRUCTURALES			
Centro escolar	-	0€	-
			3549€

2.6 Cronograma

	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
SESIÓN 1 INTRODUCCIÓN SISTEMA SANITARIO. PROFESIÓN ENFERMERA										
SESIÓN 2 CONCEPTO SALUD Y ENFERMEDAD. HÁBITOS SALUDALES. TCA										
SESIÓN 3 AUTOMEDICACIÓN Y ABUSO DE SUSTANCIAS NOCIVAS										
SESIÓN 4 PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y PRIMEROS AUXILIOS. RCP										
SESIÓN 5 SEXUALIDAD Y PREVENCIÓN DE ITS										
SESIÓN 6 FORMAS DE VIOLENCIA Y ACOSO ESCOLAR										
SESIÓN 7 INTELIGENCIA EMOCIONAL										

- **EJECUCIÓN**

Se realizarán una totalidad de 7 sesiones a lo largo del curso lectivo, una por mes aproximadamente. Durarán 2 horas y las impartirá la enfermera escolar en el colegio Santo Domingo de Silos.

- **EVALUACIÓN**

Para realizar la evaluación de los resultados, en cada sesión los alumnos realizarán un pequeño cuestionario on-line, sobre los conceptos más importantes, mediante aplicaciones interactivas gratuitas a través del teléfono móvil, que facilitarán el registro de los resultados. (**Anexo 3**)

Además, se realizará un cuestionario sobre contenidos generales del programa, así como actitudes relacionadas con la salud, en la primera sesión y en la última, de forma que se podrán contrastar los resultados previos y posteriores permitiendo evaluar si el programa ha sido efectivo. (**Anexo 4**)

En la última sesión los alumnos realizarán un cuestionario para evaluar los recursos materiales, humanos e infraestructurales, así como el programa y sus contenidos, dándoles la oportunidad de aportar nuevas ideas. (**Anexo 5**)

5. CONCLUSIONES

1. La atención sanitaria adolescente se puede mejorar desde Enfermería implantando la figura de la enfermera en las escuelas.
2. La enfermera escolar se sitúa como agente referente de salud en los colegios, dada su formación holística en materia de salud y su posición estratégica para abordar estas cuestiones.
3. Enfermería se convierte en el profesional idóneo para impartir EpS a la vez que garantiza la asistencia inmediata y el cuidado de los escolares.
4. El programa desarrollado proporciona a los alumnos los conocimientos y herramientas suficientes para emprender acciones encaminadas a mantener la salud, contribuyendo a reducir la morbimortalidad en esta etapa.
5. En España, a diferencia de otros países, la enfermería escolar se encuentra distribuida de forma heterogénea entre las distintas comunidades, y por ello desde enfermería se debe seguir trabajando para cambiar el paradigma de salud y consolidar su implantación en las escuelas.
6. Como estrategia para el futuro se propone desarrollar programas específicos de educación para la salud que incluyan a la comunidad escolar: alumnos de todas las edades, profesores, madres y padres.

6. BIBLIOGRAFÍA

1. Luna Victoria FM, Bustamante S, Leitón ZE, Santillán R. Competencias de la enfermera en instituciones educativas: una mirada desde los gestores educativos. Rev Gaúcha Enferm. [Internet]. 2018 [citado 30 Marzo 2019]; 39: e2017-0152. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472018000100432&script=sci_abstract&lng=es
2. Herrera C, de Diego R. Importancia de la enfermería escolar en España. Rev Paraninfo Digital. [Internet]. 2015 [citado 31 Marzo 2019]; 22. Disponible en: <http://www.index-f.com.cuarzo.unizar.es:9090/para/n22/158.php>
3. González N, López N. Antecedentes históricos y perfil de la enfermera escolar. Metas Enferm. [Internet]. 2012; 15(7): 50-54. Disponible en: <http://www.amece.es/images/1.antecedentes.pdf>
4. Enfermería canaria [Internet]. Santa Cruz de Tenerife: Colegio Oficial de Enfermeros; 1912 [2009, citado 1 Abril 2019]. Nace la Sociedad Española de Enfermería Escolar – SCE3 [1 pantalla]. Disponible en: <http://www.enfermeriacanaria.com/wptfe/?p=1390>
5. Encinar A. Enfermería escolar, la situación hoy en día. Rev. enferm. CyL [Internet]. 2015 [citado 31 Marzo 2019]; 7(1): 56-61. Disponible en: <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/article/view/144>
6. Mohammed H, Isla P, López C, Juvé ME. El papel de los enfermeros escolares. Revista Rol de Enfermería [Internet]. 2017 [citado 31 Marzo 2019]; 40(2): 22-29. Disponible en: <http://hdl.handle.net/2445/120516>
7. Icart MT, Garrido E, Miguel S. Formación en enfermería escolar: efectividad del taller 'Cine y salud escolar'. FEM [Internet]. 2013 [citado 29 Marzo 2019]; 16(4): 239-244. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322013000600009&lng=es
8. García L. Una mirada profesional sobre la enfermería escolar. Nuberos Científica [Internet]. 2017 [citado 31 marzo 2019]; 3(21): 44-49.

Disponible: <http://www.index-f.com.cuarzo.unizar.es:9090/nuberos/2017pdf/2144.pdf>

9. López N. ¿Qué es la enfermería escolar? Enf en desarrollo [Internet]. 2014 [citado 31 Marzo 2019]. Disponible en: <https://www.enfermeriaendesarrollo.es/images/documentos/premios/corresponsables/IC - 1405.pdf>
10. Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos [Internet]. Madrid: AMECE; 2008 [citado 31 Marzo 2019]. Disponible en: <http://amece.es/quienesomos/>
11. Fernández F, Martín R, Ávila JA, Cantó AM, Soler D, García RD. Convenio CEU-CECOVA: la evaluación de una experiencia. *Invest & Cuid* [Internet]. 2007 [citado 1 Abril 2019]; 5(10): 22-27. Disponible en: <http://www.bibliotecadigitalcecova.com/contenido/revistas/cat4/pdf/Revista Investigacion y Cuidados N10.pdf>
12. Gómez M, López MJ. Experiencia de una Residente de Enfermería Familiar y Comunitaria (EFyC) en el Proyecto de Enfermería Escolar de Cantabria. *Nuberos Científica* [Internet]. 2016 [citado 1 Abril 2019]; 3(19): 10-15. Disponible en: http://www.enfermeriacantabria.com/web_enfermeriacantabria/docs/NuberosCientifica19.pdf
13. Ruiz V. Capítulo 92-Salud escolar: la enfermera escolar. En: Martínez JR, del Pino R. *Manual práctico de enfermería comunitaria*. España: Elsevier; 2014. p. 585-589. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9788490224335000923>
14. Pérez P, García L. Asistencia sanitaria escolar en Cantabria. Estudio de la demanda asistencial. *Nuberos Científica* [Internet]. 2017 [citado 1 Abril 2019]; 3(21): 15-23. Disponible en: <http://www.index-f.com.cuarzo.unizar.es:9090/nuberos/2017pdf/2115.pdf>

15. Ruiz C, García MC, González N. Gestión de un servicio de Enfermería Escolar. *Metas Enferm* [Internet]. 2012 [citado 1 Abril 2019]; 15(8): 50-55. Disponible en: <http://www.amece.es/images/2.gestion.pdf>
16. López N. Análisis de la Enfermería en el ámbito educativo en la Comunidad de Madrid. *Metas Enferm* [Internet]. 2010 [citado 1 Abril 2019]; 13(4): 56-61. Disponible en: <http://www.amece.es/images/nati.pdf>
17. González NI, García P, Rodríguez SC. Educación para la Salud en centros educativos. *Metas de Enferm* [Internet]. 2013 [citado 1 Abril 2019]; 16(5): 68-72. Disponible en: <http://www.amece.es/images/9.eps.pdf>
18. Guallart P, Alemán A, López C, Zamora P, González J, Frutos A. Salud, jóvenes y enfermería escolar. Una revisión bibliográfica. *Rev Paraninfo Digital* [Internet]. 2014 [citado 1 Abril 2019]; 20. Disponible en: <http://www.index-f.com.cuarzo.unizar.es:9090/para/n20/pdf/316.pdf>
19. Maughan ED, Cowell J, Engelke MK, McCarthy AM, Bergren MD, Murphy MK, et al. The vital role of school nurses in ensuring the health of our nation's youth. *Nursing Outlook* [Internet]. 2018 [citado 1 Abril 2019]; 66(1): 94-96. Disponible en: [https://www.nursingoutlook.org/article/S0029-6554\(17\)30626-7/fulltext](https://www.nursingoutlook.org/article/S0029-6554(17)30626-7/fulltext)
20. Leroy ZC, Wallin R, Lee S. The Role of School Health Services in Addressing the Needs of Students With Chronic Health Conditions. *J Sch Nurs*. [Internet]. 2017 [citado 1 Abril 2019]; 33(1): 64-72. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27872391>
21. Drake KL, Stewart CE, Muggeo MA, Ginsburg GS. Enhancing the Capacity of School Nurses to Reduce Excessive Anxiety in Children: Development of the CALM Intervention. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. [Internet]. 2015 [citado 1 Abril 2019]; 28(3): 121-30. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26171792>
22. King KK. Violence in the School Setting: A School Nurse Perspective. *Online J Issues Nurs*. [Internet]. 2014 [citado 1 Abril 2019]; 19(1): 4. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26812201>

23. Iossi MA, Meirelles EML, Falleiros I, Bomfim de Carvalho MG, Pereira B, Abadio de Oliveira W. Intervenciones antibullying desarrolladas por enfermeros: revisión integradora de la literatura. *Enferm. glob.* [Internet]. 2017 [citado 30 marzo 2019]; 16 (48): 532-576. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412017000400532&lng=es
24. Zapolski TCB, Smith GT. Pilot study: Implementing a brief DBT skills program in schools to reduce health risk behaviors among early adolescents. *J Sch Nurs.* [Internet]. 2017 [citado 30 marzo 2019]; 33(3): 198-204. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6263959/>
25. Borawski EA, Tufts KA, Trapl ES, Hayman LL, Yoder LD, Lovegreen LD. Effectiveness of health education teachers and school nurses teaching sexually transmitted infections/human immunodeficiency virus prevention knowledge and skills in high school. *J Sch Health.* [Internet]. 2015 [citado 30 marzo 2019]; 85(3): 189-96. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25611941>
26. Díez T, Casas F, Francisco C, Gómez JA. ¿En qué medida es la enfermería escolar una necesidad sentida por los padres de los niños escolarizados en enseñanza primaria? *Enfermería Clínica* [Internet]. 2001 [citado 30 marzo 2019]; 11(2): 72-79. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1130862101736911>
27. Costa E, de Oliveira E, da Silveira A, Wendel DS. Educación para la salud en el contexto escolar: estudio de revisión integradora. *Enferm. glob.* [Internet]. 2017 [citado 31 Marzo 2019]; 16 (46): 464-499. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412017000200464&lng=es
28. Valenzuela MT, Ibarra AM, Zubarew T, Correa ML. Prevención de conductas de riesgo en el Adolescente: rol de familia. *Index Enferm* [Internet]. 2013 [citado 31 Marzo 2019]; 22(1-2): 50-54. Disponible en:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962013000100011&lng=es

29. Lima M, Lima JS. Efecto de la estrategia de promoción de salud escolar Forma Joven. Gaceta Sanitaria [Internet]. 2019 [citado 31 Marzo 2019]; 33(1): 74-81. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S021391117300389>
30. M.A Salmerón Ruiz, J. Casas Rivero, F. Guerrero Alzola. Problemas de salud en la adolescencia. Patología crónica y transición. Pediatr Integral [Internet]. 2017 [citado 2 Abril 2019]; XXI (4): 245–253. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/problemas-de-salud-en-la-adolescencia-patologia-cronica-y-transicion/>
31. NANDA International Nursing Diagnoses: Definitions and Classifications 2015-2017. [Internet]. 1st ed. Herdman T.H. (ED): John Wiley & Sons Limited (US); 2015 [23 Octubre 2015; citado 1 Abril 2019]. Disponible en: <https://www.nnnconsult.com.roble.unizar.es:9443/nanda>
32. Serrat A, Pujol E, Vidal S. Técnica de dinámica de grupos para educación primaria. Aula de innovación educativa [Internet]. [citado 5 Mayo 2019]; 66. Disponible en: <http://repositori.fundesplai.org/agora/PDF/Tecnicas-de-dinamica-de-grupo-para-educacion-primaria.pdf>
33. MJ Gacía. Las dinámicas de grupo como herramientas educativas en el aula. Rev Digital Innovación y experiencias educativas [Internet]. 2009 [citado 5 mayo 2019]; 25. Disponible en: https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_25/MARIA%20JOSE_%20GARCIA%20NOTARIO_2.pdf
34. Carrillo M. Estrategias lúdicas y desarrollo de la inteligencia emocional de los estudiantes de segundo año de EGB paralelo "B" de la unidad educativa "ALFONSO TROYA" de la ciudad de Ambato Provincia Tungurahua. [Internet]. Ambato 2014 [citado 5 Mayo 2019] Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9364/1/FCHE-EBS-1362.pdf>

7. ANEXOS

ANEXO 1. TABLA I. Funciones de la Enfermera Escolar

ASISTENCIAL	<p>Prestar atención y cuidados de salud integrales al alumno/a y resto de comunidad escolar. Utilizando el Proceso Enfermero (PE) para elaborar planes de cuidados.</p>
DOCENTE	<p>Desarrollar la Educación para la salud mediante:</p> <ul style="list-style-type: none">• Programas individualizados a los alumnos• Programas colectivos para alumnos, para padres y madres y para personal docente• Programas propios del medio escolar en colaboración con otros profesionales. <p>Asesorar y orientar en materia de salud de acuerdo a las necesidades de la comunidad educativa</p>
GESTIÓN	<p>Desarrollar la planificación, organización, dirección y control de todas las intervenciones y recursos disponibles. Coordinación con servicios externos. Registro de actividades</p>
INVESTIGACIÓN	<p>Mejora del conocimiento y avance en la práctica enfermera, evaluando las intervenciones y sus efectos.</p>

ESTRATEGIAS

- 7 sesiones. Duración : 2 horas, con 10 minutos de descanso
- **Método:**
 - Explicación teórica (material audiovisual)
 - Lluvia de ideas
 - Talleres prácticos
 - Dinámicas de grupo
 - Experiencia real de voluntarios
- Evaluación a través de cuestionarios interactivos on-line

TÚ ERES RESPONSABLE DE TU SALUD

FOMENTAR UNA ADOLESCENCIA SALUDABLE AUMENTA LA CALIDAD DE VIDA

Programa dirigido por la enfermera escolar

Construyendo Salud

Dirigido a alumnos de 1º y 2º curso de E.S.O. del Colegio Obra Diocesana Santo Domingo de Silos.

<p>SESIÓN 1 <i>Septiembre</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Introducción al sistema sanitario • Profesión enfermera, competencias y funciones • Valores de enfermería como profesión • Figura de la enfermera escolar 	<p>SESIÓN 3 <i>Noviembre</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Automedicación, fármacos más comunes, usos. • Consecuencias en la adolescencia • Adicciones y repercusiones futuras <p>SESIÓN 4 <i>Enero</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los accidentes más comunes y prevención • Introducción en primeros auxilios • Reanimación cardiopulmonar básica 	<p>SESIÓN 6 <i>Abril</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tipos de violencia y modalidades de género, doméstica y escolar • Acoso escolar, elaborando conductas para ayudar a las víctimas • Generar ambiente en clase distendido, compañerismo y cooperación 
<p>SESIÓN 2 <i>Octubre</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de salud y enfermedad, factores de riesgo • Diferenciar hábitos saludables y no saludables • Introducción a los TCA (Trastornos de la conducta alimentaria) 	<p>SESIÓN 5 <i>Marzo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad y diversidad afectivo-sexual • Pubertad, relaciones sexuales y métodos anticonceptivos • Infección de Transmisión Sexual (ITS) y repercusiones • Uso del preservativo como prevención principal de ITS 	<p>SESIÓN 7 <i>Junio</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Inteligencia emocional y habilidades • Gestión de emociones • Fomentar: empatía, altruismo, motivación, actitud positiva, lenguaje corporal y toma de conciencia de 

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Don/Dña. con DNI
autorizo a a participar en el Programa
de Educación para la Salud dirigido por la enfermera escolar, así como recibir el contenido de
las sesiones tras haber sido informado.

En Zaragoza a

Firma de Madre/ Padre/ Tutor legal

ANEXO 3. CUESTIONARIOS EVALUACIÓN SESIONES

CUESTIONARIO 1ª SESIÓN

1. Elige la opción incorrecta:
 - a) Enfermería es una profesión independiente, que se encarga del cuidado de la persona
 - b) Enfermería es una profesión subordinada al médico y sólo de mujeres
 - c) Enfermería es una profesión con funciones asistencial, docente, administrativa e investigadora

2. Elige la opción correcta:
 - a) Si me encuentro con dolor de cabeza leve y fiebre tengo que ir al servicio de urgencias del hospital
 - b) Si me van a operar seré ingresado en el centro de salud
 - c) Debo acudir al centro de salud si tengo dolor de cabeza leve y fiebre

3. La enfermera puede trabajar en los diferentes servicios de atención sanitaria:
 - a) Colaborando de forma coordinada con los diferentes profesionales
 - b) Actuando sin tener en cuenta al resto de profesionales
 - c) Tratando al individuo sin respeto y sin escucharle, no le importan sus problemas.

4. La empatía es:
 - a) Escuchar lo que te cuenta el paciente
 - b) Saber ponerse en el lugar de la otra persona
 - c) Tener alegría de las desgracias de otro

5. La enfermera escolar:
 - a) Sólo atiende a los alumnos que tienen accidentes en el colegio
 - b) No puede administrar medicación
 - c) Actúa como promotora de salud en las escuelas, realizando educación sanitaria

CUESTIONARIO 2ª SESIÓN

1. Elige la opción correcta:
 - a) La salud no depende de las acciones que yo realizo, solo depende de tener suerte
 - b) Los factores de riesgo aumentan la probabilidad de padecer una enfermedad
 - c) No se puede tener un buen nivel de vida si tienes una enfermedad

2. Elige la opción incorrecta:
 - a) Las enfermedades pueden ser agudas (catarro) o crónicas (diabetes)
 - b) Un hábito saludable es comer muchas golosinas porque me gustan
 - c) Para mantener la salud hay que llevar a cabo acciones saludables

3. Entre las acciones saludables NO se incluye:
 - a) Desayunar bien todos los días
 - b) Hacer ejercicio físico de forma habitual
 - c) Comer solo fruta y verdura o hacer ejercicio sin haber comido nada

4. Señala la afirmación correcta:
 - a) Si como muy bien en la comida y no ceno, está bien hecho, así no engordo
 - b) Hacer 5 comidas al día y llevar una alimentación variada es saludable
 - c) Comer mucha bollería no puede producir problemas de salud si hago ejercicio

5. Los trastornos de la conducta alimentaria:
 - a) No están relacionados con la imagen corporal
 - b) Son comportamientos patológicos y es importante pedir ayuda pronto
 - c) No están relacionados con vomitar de forma voluntaria o no comer para estar delgado

CUESTIONARIO 3ª SESIÓN

1. Señala la opción correcta:
 - a) Los fármacos se pueden tomar cuando uno quiera, siempre ayudan a estar mejor
 - b) Los fármacos pueden tener reacciones adversas, por lo que es importante saber su uso y tomarlos cuando lo indique un profesional
 - c) Tomar fármacos por mi cuenta no puede tener consecuencias graves

2. Señala la opción correcta:
 - a) Los antibióticos se pueden tomar siempre que tienes un catarro
 - b) Los analgésicos se pueden tomar si no puedo dormir
 - c) Los antibióticos sólo se deben tomar si el médico lo receta y diagnostica una infección por bacterias

3. El abuso de sustancias nocivas:
 - a) Incluye el tabaco y las drogas, pero no el alcohol
 - b) Da igual empezar a consumir a edades tempranas, el efecto es el mismo que en adultos
 - c) Puede tener graves consecuencias, sobre todo en edades tempranas

4. Señala la correcta:
 - a) Si mis amigos prueban el alcohol o el tabaco yo también debo hacerlo
 - b) Si no pruebas el alcohol no eres guay
 - c) Cada uno es responsable de su salud y beber o fumar no es necesario para divertirse

5. Las adicciones:
 - a) No pueden desarrollarse sólo con probar una sustancia
 - b) No producen deterioro físico, social y laboral
 - c) Son el consumo compulsivo de una droga a pesar de sus consecuencias negativas y puede aparecer con solo probar una vez

CUESTIONARIO 4ª SESIÓN

1. Un accidente:
 - a) No tiene nada que ver con tomar conductas de riesgo
 - b) Nunca causa daños irreversibles
 - c) Puede ser una caída, un golpe, atragantamiento por cuerpos extraños, una intoxicación, una quemadura, etc

2. Ante una asfixia por atragantamiento:
 - a) No puedo actuar de ninguna forma
 - b) Se debe realizar la maniobra de Heimlich, basada en la compresión abdominal
 - c) Lo mejor es dar golpes fuerte en la espalda de la persona

3. Cuando encontramos a un herido en la carretera:
 - a) Se debe avisar a la ambulancia por teléfono sin protegerlo primero
 - b) Se debe seguir la regla PAS (Proteger, Avisar y Socorrer)
 - c) Lo más importante es curarle las heridas

4. Valorando a un herido:
 - a) Se debe colocar siempre en posición lateral de seguridad
 - b) Es primordial saber si está o no consciente, observando si habla o produce respuestas a un estímulo doloroso
 - c) Si está inconsciente es que ha fallecido

5. Señala la incorrecta. Si una persona está inconsciente:
 - a) Se iniciará inmediatamente la RCP, aunque respire
 - b) Si está inconsciente y respira, se colocará en posición lateral de seguridad
 - c) Primero se comprobará la permeabilidad de la vía aérea con la maniobra frente-mentón, y si no respira se comenzará la RCP (30 compresiones, 2 ventilaciones)

CUESTIONARIO 5ª SESIÓN

1. Señala la correcta:
 - a) El sexo y el género hacen referencia al mismo concepto
 - b) Sexualidad es lo mismo que relación sexual
 - c) La sexualidad es la forma en que cada ser humano vive y entiende el mundo, comprendiendo la orientación afectivo – sexual, las prácticas sexuales, la intimidad, etc.

2. Señala la incorrecta
 - a) El sexo es una construcción social de roles y estereotipos asignados al binomio hombre/mujer
 - b) El sexo viene determinado por procesos biológicos
 - c) El género es una construcción social de roles y estereotipos asignados al binomio hombre/mujer

3. Teniendo relaciones sexuales:
 - a) No hay riesgo si se practica ‘la marcha atrás’
 - b) Hay que colocarse el preservativo antes del comienzo de la penetración
 - c) Si eres adolescente no hay riesgo de quedar embarazada

4. Los métodos anticonceptivos:
 - a) La pastilla del día de después permite evitar usar el preservativo de forma habitual en las relaciones sexuales
 - b) La pastilla anticonceptiva es eficaz para evitar quedar embarazada, pero no protege de contraer una ITS
 - c) Si tomas las pastillas anticonceptivas no es importante llevar un control riguroso de las tomas

5. Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS):
 - a) Pueden ser asintomáticas al principio, de forma que no conozcas si tu pareja la sufre
 - b) No tienen como factor de riesgo la inyección de drogas o tener varias parejas sexuales
 - c) No tienen riesgo asociado de desarrollar cáncer, infertilidad o de contraer otras infecciones

CUESTIONARIO 6ª SESIÓN

1. Señala la afirmación correcta:
 - a) La violencia puede ser física o psicológica, pero no verbal
 - b) La violencia puede ser física, psicológica o verbal
 - c) Una agresión es un ejemplo de violencia verbal

2. La violencia de género:
 - a) Es la que se realiza contra el hombre
 - b) Es la que se ejerce contra la mujer por el hecho de ser mujer
 - c) Se basa en un sistema social de relaciones en el que la mujer tiene dominación sobre el hombre

3. Señala la afirmación incorrecta:
 - a) En la violencia doméstica las víctimas pueden ser tanto hombres como mujeres
 - b) La violencia doméstica se produce en el núcleo familiar
 - c) La humillación en la escuela no es una forma de violencia escolar

4. El Bullying o acoso escolar:
 - a) No afecta a la autoestima de la víctima
 - b) Las figuras que intervienen son el agresor, la víctima y los observadores
 - c) Los observadores deben quedarse callados ya que delatar el suceso puede ayudar a la víctima

5. Señala la correcta:
 - a) Evitar que se produzcan las situaciones de maltrato ayuda a disminuir el acoso escolar
 - b) Integrar en el grupo a la persona que sufre bullying puede perjudicarla
 - c) Si alguna vez me he sentido humillado por mis compañeros debo ocultarlo

CUESTIONARIO 7ª SESIÓN

1. La inteligencia emocional:
 - a) Hace referencia a mostrar siempre alegría
 - b) Es la capacidad que tenemos para comprender, gestionar y manejar nuestras emociones.
 - c) No se puede entrenar

2. Las emociones:
 - a) Todas son necesarias, cada una tiene su función
 - b) Las emociones malas no deberían existir, ya que nos hacen sentir mal
 - c) Mostrar la tristeza es ser débil

3. Señala la correcta:
 - a) Ignorar las emociones puede ayudarte a sentir mejor
 - b) La forma de afrontar algo que te preocupa es hacerte consciente de cómo te sientes, analizar qué lo desencadena y cuáles son las soluciones que puedes llevar a cabo
 - c) Potenciar y entrenar tus debilidades es una pérdida de tiempo

4. El rendimiento:
 - a) No puede verse modificado si recibes el apoyo de otra persona
 - b) Se ve aumentado si cuentas con el apoyo de gente de tu alrededor que te motiva
 - c) Las aptitudes emocionales no son importantes en el éxito académico o laboral

5. Señala la incorrecta:
 - a) En las habilidades de comunicación es muy importante el lenguaje no verbal
 - b) El lenguaje no verbal es lo que expresamos con nuestra postura corporal, los gestos, las miradas
 - c) Interpretar el lenguaje no verbal no puede descifrar nada sobre cómo se encuentra la persona que tenemos delante

ANEXO 4. TEST CONOCIMIENTOS GENERALES SALUD

ASISTENCIA SANITARIA

1. Señala en que centro sanitario has estado:
 - a) Centro de salud
 - b) Hospital
 - c) Centro de especialidades¿Sabes para qué es cada uno, qué actividades se realizan? SI NO

2. Cuando has estado en un centro sanitario:

¿Has estado con alguna enfermera?

- a) Sí
- b) No
- c) No sé quién es una enfermera

¿Cómo te has sentido?

- a) Acogido, cómodo
- b) Sólo, Incomprendido
- c) Engañado y enfadado
- d) Maravillado, feliz

3. ¿Conoces a algún profesional que trabaje en el sistema sanitario?
SI NO

4. Señala cuales son profesionales sanitarios:

- a) Fisioterapeuta
- b) Médico
- c) Enfermera
- d) Terapeuta ocupacional
- e) Todos son profesionales sanitarios

5. Une con flechas las profesiones sanitarias con la función que le corresponde:

Fisioterapeuta	1. Diagnóstica enfermedades y prescribe tratamientos
Médico	2. Distribuye y/o elabora medicamentos
Enfermera	3. Resuelve conflictos sociales entre individuos o grupos
Terapeuta ocupacional	4. Diagnostica y trata enfermedades de la boca
Trabajador social	5. Restaura funciones deterioradas en el individuo
Farmacéutico	6. Se encarga del cuidado de individuos sanos y enfermos
Odontólogo	7. Repara y restaura la funcionalidad y movilidad física del individuo

6. Señala la afirmación correcta sobre enfermería.
- a) Enfermería es una profesión subordinada al médico y sólo de mujeres
 - b) La enfermera escolar sólo atiende a los alumnos que tienen accidentes en el colegio
 - c) Enfermería es una profesión independiente, que se encarga del cuidado de la persona

HÁBITOS SALUDABLES, ALIMENTACIÓN, DEPORTE, CONCEPTO DE SALUD, FÁRMACOS

7. ¿Desayunas? SI NO
 ¿Qué tomas en el desayuno?
 ¿Cuántas comidas haces al día? 1 2 3 4 5
8. ¿Cuántas piezas de fruta y/o verdura consumes a la semana?
 ¿Y de bollería?
 ¿Cuántas veces a la semana consumes golosinas?
9. Di si es correcta la siguiente afirmación: no comer es la mejor forma de perder peso.
 SI NO
10. Nº de veces que te cepillas los dientes al día:
11. ¿Practicas algún deporte? SI NO
 ¿Cuál?
 ¿Cómo te sientes cuando lo practicas?
12. N º de horas que duermes:
 ¿Te cuesta ir a dormir?
 ¿Por qué?
13. ¿Es importante para ti estar sano? SI NO
 ¿Por qué?
 ¿Qué haces en tu día a día para conseguirlo?

14. Cuando estas malo, ¿tomas algún medicamento? SI NO
 ¿Cuál es?
 ¿Sabes para qué sirve?

SEXUALIDAD E INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

15. Señala la correcta:
- a) El sexo y el género hacen referencia al mismo concepto
 - b) Sexualidad es lo mismo que relación sexual
 - c) La sexualidad es la forma en que cada ser humano vive y entiende el mundo, comprendiendo la orientación afectivo – sexual, las prácticas sexuales, la intimidad etc
16. Sobre las infecciones de transmisión sexual:
- a) Siempre se conoce si la pareja sexual la padece
 - b) Son enfermedades infecciosas, que pueden transmitirse de una persona a otra durante una relación sexual
 - c) No están relacionadas con desarrollar cáncer, infertilidad o con contraer otras infecciones
17. Rodea la correcta. ¿Para qué se usa el preservativo?
- a) Para evitar el embarazo
 - b) Para prevenir la transmisión de enfermedades
 - c) Para prevenir el embarazo y la transmisión de enfermedades

VIOLENCIA, ESTADO DE ÁNIMO, EMOCIONES, OCIO

18. Rodea el emoticono que mejor represente tu estado de ánimo en el día de hoy



19. ¿Cuándo tienes un examen como te sientes?

20. ¿Cuántas veces al día discutes en casa o en el colegio?

21. ¿Sueles utilizar las peleas para resolver conflictos? SI NO

22. ¿Has probado el alcohol? SI NO

¿Y las drogas? SI NO

¿Te han hablado en casa o en el cole sobre ellos? SI NO

23. ¿Cuántas horas al día pasas viendo la tele?

¿Y con los amigos?

24. Cuando algo te preocupa, ¿a quién se lo cuentas?

- a) Un amigo
- b) Un profesor
- c) Tu madre o padre
- d) La mayoría de las veces me lo callo

25. ¿Tienes muchas preocupaciones? SI NO
 ¿Tantas que no te dejan pensar en otra cosa o alguna? SI NO
 ¿Estás agobiado? SI NO
26. Cuando sientes estrés, ¿qué haces para relajarte?
 a) Escuchar o tocar música
 b) Salir de casa, ir a hacer deporte
 c) Gritar o llorar
 d) Otras:
27. En clase, ¿has sentido alguna vez que tus compañeros se burlen de ti? SI NO
 ¿Y de algún otro compañero? SI NO
28. Cuando ves que alguien de clase se queda solo, ¿qué haces?
 a) Te ríes de ella/él
 b) Te acercas y le preguntas si quiere ir contigo y tu grupo de amigos
 c) Esta situación no va contigo, porque no es tu amigo

SITUACIONES DE EMERGENCIA

29. ¿Qué número de teléfono marcarías en caso de una emergencia?
30. Cuando una persona ha sufrido una caída y no responde:
 a) No debo acercarme porque no sé qué hacer
 b) Debo movilizarle para que se despierte
 c) Tengo que avisar a emergencias
31. Si una persona permanece inmóvil en el suelo:
 a) Debo comprobar si responde a estímulos
 b) Si no responde debo comprobar si respira y si tiene pulso
 c) Todas son correctas
32. La reanimación cardiopulmonar o masaje cardiaco
 a) Se realiza cuando una persona está en el suelo, pero responde a estímulos y respira
 b) Se realiza cuando una persona está mareada
 c) Se realiza cuando una persona está inconsciente y no respira
 d) No sé qué es

PARA FINALIZAR

33. Qué tema de salud te gusta y querrías que dieran charlas sobre él en el colegio:

.....

34. Sobre lo mencionado en el cuestionario:

- ¿sobre qué sabes menos cosas?

- ¿de qué te gustaría tener más información?

- ¿qué crees que es importante?

ANEXO 5. CUESTIONARIO EVALUACIÓN FINAL: Recursos materiales, humanos e infraestructurales. Evaluación del programa y contenidos.

1. ¿Crees que los materiales utilizados (audiovisuales, Power point, maquetas) han sido los adecuados para cada actividad?

SI NO

2. ¿La enfermera escolar ha desarrollado las actividades de forma organizada?

SI NO

3. La enfermera escolar domina los contenidos desarrollados a lo largo del programa:

SI NO

4. ¿Es necesaria la enfermera escolar en el centro? ¿Sería necesario más personal?

SI NO SI NO

5. El aula es un lugar adecuado para el desarrollo del programa:

SI NO

6. Considero que los contenidos del programa son adecuados a mi edad:

SI NO

7. Todas mis dudas han sido resueltas:

SI NO

8. Los contenidos del programa satisfacen mis expectativas:

SI NO

9. Considero que los contenidos del programa son útiles y necesarios para mi desarrollo:

SI NO

10. Aspectos que se pueden mejorar:

.....
.....
.....

11. Me gustaría saber más sobre:

.....
.....
.....

12. Creo que he aprendido en este programa:

MUCHO BASTANTE POCO NADA