



MEMORIA JUSTIFICATIVA Y DOCUMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Premio Estrategia NAOS a la promoción
de una alimentación
saludable en el ámbito escolar



C/ Sil, 58 28002 Madrid. Telf.: 91 563 34 24



a. Datos del solicitante del premio.

Fundación San Patricio

C/ Sil, 58.- 28002 - Madrid / Telf.: 91 563 34 24 - Fax: 91 563 73 92

CIF - G 82482365

<https://www.fundacionsanpatricio.org>

b. Modalidad del premio al que opta.

Premio Estrategia NAOS a la promoción de una alimentación saludable en el ámbito escolar.

c. Descripción detallada del proyecto:

1.º Denominación del proyecto, programa o actividad.

Programa Aula Salud (Área de Nutrición y Hábitos Saludables)



https://youtu.be/_rzQXsK1NZA

2.º Director del proyecto, programa o actividad.

Sonsoles Castellano Zapatero (Presidenta de la Fundación San Patricio y Directora de Política Educativa)

Coordinación

María Ángela Esteban Pérez (Coordinadora general del programa)

ORGANIGRAMA AULA SALUD



3.º Objetivos, material y métodos utilizados para su desarrollo.

PUNTO DE PARTIDA

La Educación para la Salud es una de las preocupaciones educativas actuales. El programa Aula Salud fue creado por la Fundación San Patricio, durante el curso 1999-2000. Se centra en la educación para la salud, de forma integral, adecuándose a la evolución física y psicológica del niño y adolescente, y a los criterios metodológicos de la educación, pero manteniendo la riqueza que aporta, la imparten profesionales con amplia experiencia en los distintos ámbitos de las áreas que trata. Existen en la actualidad cauces de información y de formación que escapan al control de padres y educadores, y que están marcando las líneas de actuación en temas de educación

para la salud de sus hijos y alumnos. Conscientes de la necesidad de tratar estos temas de forma personalizada, más específica y profundamente, se ha concebido este Programa de Salud en la escuela como un proceso dinámico, que acoge globalmente a toda la persona y facilita a los alumnos la adquisición de conocimientos, valores, capacidades, habilidades y actitudes básicas para la defensa y promoción de la salud individual y colectiva.

PREMISAS:

1. La salud no afecta solo al cuerpo, afecta a la persona en todos sus ámbitos: físico, psicológico, social, relacional, emocional, espiritual.
2. Es necesario centrarse más en la prevención, abordar la educación para la salud desde edades más tempranas.
3. La aspiración de todo ser humano a ser feliz hay que vincularla con el esfuerzo de procurarse una vida feliz.

SEÑAS DE IDENTIDAD:

I. ABORDAR EL PROGRAMA DE SALUD CON ESPECIALISTAS

Para guiarnos en este proceso, hemos tenido en cuenta entre otras las iniciativas y estrategias contrastadas de los que consideramos principales agentes involucrados en el diseño y realización de programas y estudios de Nutrición y hábitos saludables como OMS Organización Mundial de la Salud, Estrategia NAOS, Adaner, Abucaman, Programa "Vivir en Salud" MAPFRE etc..

II. DESARROLLAR UN PROGRAMA PROPIO ADAPTADO A NUESTRO ALUMNOS Y A LAS DIFERENTES ETAPAS



Taller de cocina Sanpa Chef Colegio San Patricio El Soto

Objetivos Generales del PROGRAMA AULA SALUD

1. EDUCAR en el campo de la salud física-psíquica, favoreciendo el aprendizaje de hábitos que permiten el bienestar y la salud.
2. DESARROLLAR, desde un descubrimiento de las necesidades del cuerpo como organismo, la capacidad del alumno para resolver también sus necesidades psicológicas, afectivas e intelectuales de una manera sana.
3. FAVORECER una relación equilibrada entre el desarrollo corporal, afectivo e intelectual, para permitir una integración personal y social saludable.
4. REFLEXIONAR sobre la educación y su eficacia como respuesta de la sociedad a las necesidades que actualmente demandan nuestros alumnos para su desarrollo integral.
5. POTENCIAR de manera positiva la autoestima y la reflexión sobre su propia imagen, su cuerpo; favoreciendo el reconocimiento de sus necesidades y de sus capacidades personales.

6. PREVENIR las conductas de riesgo mediante la formación e interiorización adecuadas que refuercen la personalidad del alumno, su asertividad, y su capacidad de hacer elecciones que le beneficien a él y a los demás.
7. ABORDAR las situaciones de posible trastorno y enfermedad en los distintos ámbitos de la salud para detectarlos y facilitar ayuda con profesional especializado si se precisa.
8. IMPLICAR a las personas de la Institución, personal docente y no docente en una reflexión sobre la salud en el colegio y la importancia que se tiene como agentes de transmisión y ejemplo de mensajes que pueden promover el desarrollo sano de los alumnos.
9. COLABORAR con las familias de los alumnos y potenciar la educación para la salud con sus hijos en el contexto irremplazable de la familia. Espacios de reflexión común de aprendizaje Colegio- Familias.

Objetivos Específicos del Área de Nutrición y Hábitos saludables

- Promover estilos y hábitos de vida saludables.
- Favorecer desde una actitud positiva el auto aprendizaje de los alumnos para valorar e identificar factores de riesgo/protección relacionados con la nutrición y los estilos de vida.
- Dotar al alumno de herramientas básicas para hacer frente a situaciones reales en prevención de trastornos de la conducta alimentaria.
- Informar de forma contrastada y basada en evidencias, del valor nutricional de los alimentos y las ventajas de la dieta mediterránea, junto con el fomento de la actividad física y el deporte.
- Aprender a cocinar y a manipular los alimentos, talleres de cocina saludable, nociones básicas de higiene.

Material



Recortables Aula Salud Internacional San Patricio Toledo

- Fichas - Posters
- Pirámides alimenticias
- Dibujos de alimentos
- Pizarras blancas

- Pizarras digitales
- Planchas de corcho
- Pinturas, pinceles, lápices de colores
- Tijeras, sacapuntas, celofan
- Proyector
- Roll up
- Videos
- Presentaciones digitales
- Folletos
- Memorias anuales
- Utensilios de Cocina
- Horno
- Delantales
- Gorros de cocina
- Guantes desechables
- Materiales fungibles

Espacios utilizados:

- Aulas
- Cafetería
- Comedor
- Laboratorio de Biología
- Cocina
- Salón de Actos
- Mini Huerto Ecológico



Laboratorio de Biología Colegio San Patricio El Soto

Métodos utilizados para su desarrollo

- Sesiones
- Talleres
- Monográficos
- Testimonios
- Tutorías

4.º Identificación de las actuaciones realizadas.

Sesiones de Nutrición y Hábitos Saludables (CONTENIDOS POR CURSO)

3º Primaria (Bachillerato nacional) **6º PEP** (Bachillerato internacional) **“El desayuno: la comida más importante del día”**

- Variedad y equilibrio: la importancia de una alimentación saludable (introducción a los hábitos saludables y no saludables en la alimentación).
- Discriminación entre hábitos saludables y no saludables en relación con el cuidado del cuerpo, la mente y el entorno.



Desayunos en familia ISSP Toledo

4º Primaria (Bachillerato nacional) **7º PEP** (Bachillerato internacional) **“Saber Comer”**

- ¿Sabemos comer? El desayuno y la merienda.
- ¿Sabemos comer? La comida y la cena.
- Programa “Vivir en Salud” MAPFRE (alimentación saludable y educación física)



Desayunos saludables Colegio San Patricio Serrano

5º Primaria (Bachillerato nacional) **8º PEP** (Bachillerato internacional) **“Vivir en Salud”**

- Los grupos de alimentos y su importancia para la salud (la pirámide de alimentos).
- Elaboración de menús saludables
- “Satisfacción corporal” (Casa de la mujer: ABUCAMAN)



6º Primaria (Bachillerato nacional) **9º PEP** (Bachillerato internacional) **“Vivir en Salud”**

- Programa “Vivir en Salud” MAPFRE (alimentación saludable y educación física)
- Alimentación e imagen corporal. La prevención de trastornos del comportamiento alimentario.
- La publicidad y la alimentación: una mirada crítica.



Desayunos saludables Colegio San Patricio Moraleja

1º ESO (Bachillerato nacional) **1º PAI** (Bachillerato internacional) **“El desayuno: la comida más importante del día”** (dos sesiones de 50 minutos por clase). **Total sesiones: 10** (Curso 2017-18 Colegio San Patricio El Soto)

Sesiones en coordinación con Área de Cocina y servicios.

- Nociones básicas: la importancia de desayunar bien para el correcto desarrollo y rendimiento.
- Mitos que no ayudan, descubrir la importancia de crear hábitos saludables.
- Lo necesario para la etapa de la pubertad en la que me encuentro.
- Aprendo a distinguir principales nutrientes, necesidades equilibradas.
- Modelo de desayunos varios según la dieta mediterránea.

Aprendemos e interiorizamos haciendo.

Caso práctico:

- Bajo la supervisión de la enfermera del Centro y con ayuda del equipo de servicios de comedor, los alumnos desayunan en el colegio, eligen los alimentos a tomar. La actividad se realiza en el segundo módulo de la mañana, de esta forma, sirve de colación antes del recreo para aquellos alumnos que ya tiene adquirido el hábito de desayunar antes de salir de casa.
- Correlación transversal con los contenidos curriculares de la asignatura de Biología.



Desayunos saludables en la cafetería del Colegio San Patricio El Soto

Sabemos el valor de un buen desayuno

2º ESO (Bachillerato nacional) **2º PAI** (Bachillerato internacional) **“SanpaChef”** (dos sesiones de 50 minutos por clase). **Total sesiones: 10** (Curso 2017-18 Colegio San Patricio El Soto)

Sesiones en coordinación con Área de Cocina y Servicios

- Nociones básicas de alimentación sana y equilibrada
- Lo que necesito para el correcto desarrollo de mi organismo a mi edad.

Aprendemos a cocinar



Taller de cocina Sanpa Chef Colegio San Patricio El Soto

Caso práctico:

- Bajo guía de nuestro chef de cocina, la supervisión de la enfermera del Centro y con ayuda del equipo de servicios - comedor, los alumnos elaboran una pizza saludable a base de masa fresca casera, verduras, hortalizas, proteínas, hidratos de carbono, etc.
- Después toman la pizza que han elaborado ellos mismos como colación de media mañana.
- Aprenden a manipular los alimentos, nociones básicas de higiene.
- Se puede y se debe comer rico y sano...
- Dimensión lúdica, creativa y relacional de la alimentación
- Correlación transversal con los contenidos curriculares de la asignatura de Biología.



Taller de cocina Sanpa Chef Colegio San Patricio El Soto

*Diseñamos
nuestro propio menú
"Semana del menú"*

3º ESO (Bachillerato nacional) **3º PAI** (Bachillerato internacional) **Concurso "Come sano come bien"** (dos sesiones de 50 minutos por clase). **Total sesiones: 8** (Curso 2017-18 Colegio San Patricio El Soto)

Sesiones en coordinación con Área de Conocimiento de Ciencias

- La dieta mediterránea.
- Conocimiento de los principales nutrientes.
- Bases de la alimentación en el colegio.
- Elaboración de menús escolares, sanos y equilibrados.
- Hábitos saludables en alimentación.
- Prevención de enfermedades.

De la teoría a la práctica

- Los alumnos eligen y votan, por grupos, el menú que se va a cocinar y comer en el colegio durante una semana del curso escolar "semana del menú".
- El menú ganador es el elegido para todo el colegio en dicha semana.
- Implicación activa de todo el alumnado.
- Correlación transversal con los contenidos curriculares de la asignatura de Biología.
- Correlación transversal con los contenidos curriculares de la asignatura de Física y Química

*Utilizamos la
cocina creativa
para conocer
mejor los alimentos*

- **Taller de cocina molecular**, otra manera de cocinar con nuevos ingredientes biológicos, beneficiosos para la salud, que sustituyen productos químicos.
- Ejemplo el proceso de sferificación, gelificación y emulsificación.



Proceso de sferificación, gelificación y emulsificación

Los alumnos de 3º ESO han realizado un taller de cocina molecular gracias a la colaboración de nuestro cocinero Javier García. En él se han realizado las tres técnicas que han sido explicadas en la asignatura de Física y Química, que han sido: la sferificación, gelificación y emulsificación.

Con esta iniciativa se quiere acercar a los alumnos los cambios físicos y químicos que ocurren en la vida cotidiana, para que vean el sentido de los conceptos teóricos que estudian y además que ellos mismos elaboren un menú saludable y atractivo, en el que se utilizan aditivos vegetales procedentes de algas marinas o de la soja, como el agar agar o la lecitina de soja, entre otros.

En colaboración con Jefe de Cocina.

Enlace video taller de cocina molecular



<https://youtu.be/JZ7UC6DBd4g>



Taller de Cocina molecular Colegio San Patricio El Soto

*Vida sana a través
del ejercicio físico
y la dieta equilibrada*

4º ESO (Bachillerato nacional) **4º PAI** (Bachillerato internacional) **Concurso “Hábitos de Vida Saludables”** (dos sesiones de 50 minutos por clase).

Total sesiones: 10 (*Curso 2017-18 Colegio San Patricio El Soto*)

Vida Sana a través del ejercicio físico y la dieta equilibrada

- ¿Cómo puedo saber si me alimento de forma correcta?
- Cálculo del gasto energético
- Fórmula del Cálculo del gasto energético Total (GET)
- Necesidades energéticas de adolescentes
- ¿Cómo puedo saber si me alimento de forma correcta?
- Aporte energético diario
- Distribución de la energía en el día
- Propuesta de menú equilibrado
- Propuesta de menú equilibrado

Actividades

1. Diseña la dieta de un día para un joven de 16 años, 1.65 cm de altura y 58 kg de peso que desarrolla al día una actividad de tipo moderada.
2. Diseña la dieta de un día para una joven de 15 años, 1.60 cm de altura y 55 kg de peso que desarrolla al día una actividad considerada dura ya que entrena tres días en semana.

Número Total de sesiones de Nutrición y Hábitos Saludables: 38 (*Dato curso 2017-18 Colegio San Patricio El Soto*)

Enlace iniciativa un **paso** + Nutrición y hábitos saludables



<https://youtu.be/sQ0wYxpxJU>

MONOGRÁFICOS , TALLERES Y ACTIVIDADES ESPECIALES

Se realizan monográficos específicos (mínimo uno por curso escolar) dependiendo de las necesidades surgidas, ejemplos:

MONOGRÁFICO TALLER DE PREVENCIÓN DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA (ADANER)

Los contenidos:

- Dotar de información básica en prevención primaria: hábitos saludables de alimentación, ejercicio físico, modos de interacción (autoestima y asertividad), decodificación del mensaje social (medios de comunicación, publicidad, retoques en videos y fotos..).
- Dotar de información básica en prevención secundaria: cómo actuar ante la sospecha de que un/a compañero/a pueda tener un TCA (derivación a orientación).

- Dotar de información básica en prevención terciaria: cómo actuar ante un caso de amigo/a con TCA (actuar como amigos y no intentar ser “terapeutas”, seguir siendo la parte saludable y no realizar conductas sintomáticas...)

TALLERES DE APRENDIZAJE COLABORATIVO:

Sanpa Chef

Desayunos Saludables

La semana de la Dieta Saludable

TALLERES DE COCINA MOLECULAR “SEMANA DE LA CIENCIA”.

En el 2018 y con motivo de la Semana de la Ciencia, se han realizado talleres extraordinarios en los que han participado otros colegios de la Comunidad de Madrid.

“Hemos participado en la XVIII Semana de la Ciencia y la Innovación de Madrid. Se trata de un gran evento de divulgación científica realizado en nuestro colegio San Patricio de el Soto, al que han acudido dos centros de secundaria y bachillerato (Liceo San Pablo de Leganés, Colegio San Bernardo), y un grupo de alumnos de un ciclo formativo de grado superior en nutrición y dietética (América Gimbel).

El objetivo de la Semana de la Ciencia es involucrar a los jóvenes en la ciencia, la tecnología y la innovación. En este caso se les ha acercado la asignatura de la física y química con la realización de un taller de cocina molecular.

El taller aborda conceptos como coloide, suspensión y emulsión a través de la preparación de platos de cocina innovadores usando técnicas de esferificación y gelificación.”

Susana Mateo Alonso

Tutora 3ºESO A

Profesora de Física y Química de 2ºESO y 3ºESO

Enlace video talleres de cocina molecular “Semana de la Ciencia”



<https://youtu.be/Gaalfl6D7XY>

EDUCAR EN CALMA

Módulo Crecimiento Personal

El programa de “Educar en la calma” basado en los principios fundamentales del Mindfulness tiene por objetivo dar a conocer y experimentar la atención plena, a través de técnicas cortas y conceptualmente simples, expuestas en un lenguaje que los alumnos de primero de bachillerato reconozcan como propio. Algunos de los beneficios derivados de esta práctica son una mayor capacidad de la concentración, el aprendizaje de la gestión emocional y control de los impulsos.

Sesión: Escuchar y comer con atención plena



Módulo de Crecimiento Personal

5.º La implicación y sinergias de los diferentes sectores que hubieran participado.

PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS ÓRGANOS DE COORDINACIÓN DOCENTE Y REPRESENTACIÓN

Podría decirse que desde el punto de vista de nuestra Visión Institucional “Educar hombres y mujeres de bien, a través de un modelo educativo que les permita adaptarse personal y profesionalmente a la sociedad que les toque vivir” (Rev. 2016) el equipo docente en general se encuentra implicado en el desarrollo del alumno en general y en particular de su salud. La implicación y participación directa en los planes y proyectos más relevantes son: La dirección Técnica y la Dirección de Personas del Centro por su currículum y formación específica (participa activamente en todos los programas y en el desarrollo de estrategias y programas relacionadas con la salud).

El departamento de orientación participa activamente en los programas y desarrollo de estrategias de Aula Salud, i3E y Programa de Acción Tutorial.

El departamento de Educación Física participa activamente en los programas y desarrollo de estrategias de Educación Física y Deporte e i3E.

El departamento de Salud además cuenta con un Educador especialista en prevención de adicciones, que acompaña a los alumnos desde hace años en sus diferentes etapas evolutivas, con especial atención a los alumnos en riesgo.

El equipo de cocina y de mantenimiento colabora estrechamente con el Departamento de Medioambiente.

Todos los tutores y coordinadores pedagógicos participan a través del Plan de Acción Tutorial.

RELACIÓN COMPLETA DEL PROFESORADO PARTICIPANTE

Equipo Docente Aula Salud

EL SOTO

JAIME ÚBEDA (Director de Personas)

ANGELA ESTEBAN ENFERMERA COORDINADORA GRAL A. SALUD

PATRICIA ALONSO BENAVENTE ORIENTADORA

MANUEL ALPAÑÉS ORIENTADOR

RAFA RUEDA PROFESOR CIENCIAS

MORALEJA

Cynthia Fernández
Paula Pabón Martín
Amaya Fernández-Quintanilla Menéndez
Verónica Azañedo Herrero

ISSP TOLEDO

Leticia Mateo-Sagasta del Arco
Lucía Colón de Carvajal
Vanesa Rojo de Miguel
María del Mar Prieto Amorós
Jaime Pérez Moreno

SERRANO

Blanca Navarro López-Fando
Ignacio Fernández Álvaro
Amparo Moratino

FUNDACIÓN

Agata Tutzó Rucosa
Borja Aguilar González-Babé
Sonsoles Castellano Zapatero

Equipo de colaboradores Aula Salud

IGNACIO HERNÁNDEZ ANTÓN (Tutor Bachillerato)
SUSANA MATEO ALONSO (Tutora de 3º ESO)
JAVIER GARCÍA GONZÁLEZ (Jefe de Cocina) y EQUIPO COCINA
ELENA ESPINOSA SÁEZ (Gobernanta) y EQUIPO DE SERVICIOS
DEPARTAMENTO ARTÍSTICO: David Moreno Marimbaldo (Profesor de Artes Plásticas)

Equipo Docente Educación Física y Deporte

RAFAEL VELÁZQUEZ SÁNCHEZ (Responsable del Departamento de Educación Física)
RAÚL GARRIDO MENDOZA y EQUIPO DE ENTRENADORES

Equipo Docente Programa i3E

JAIME ÚBEDA (Director de Personas)
CRISTINA ADRIO SEVILLA (Responsable del Departamento de Orientación)
PATRICIA ALONSO BENAVENTE (Orientadora)
RAQUEL DE LA CRUZ (Formadora en los 7 Hábitos)
MANUEL ALPAÑÉS (Orientador)
IGNACIO HERNÁNDEZ ANTÓN (Tutor Bachillerato)

Equipo Docente Educación Medioambiental

PATRICIA ADÁNEZ MARTÍN (Responsable del Departamento de Medioambiente)
JAIME ÚBEDA (Director de Personas)
ROSA MIGUÉLEZ (Responsable del proceso 110 Gestión Medioambiental)

ELENA ESPINOSA SÁEZ (Gobernanta)

PONENTES EXTERNOS Y ENTIDADES COLABORADORAS

Instituto Centta, (expertos en adolescencia y TCA)

- Sesiones formativas 4º ESO

Adaner

- Charlas formativas para las familias
- Monográfico (prevención de trastornos de la conducta alimentaria)

Casa de la mujer de Alcobendas



- Taller 3º Primaria “Educar en igualdad” educadoras de la casa de la mujer de Alcobendas”



Taller para padres Fundación Alcohol y Sociedad. Monográfico (prevención de trastornos de la conducta alimentaria) ADANER

SINERGIAS CON OTROS PROGRAMAS DE LA FUNDACIÓN SAN PATRICIO

PROGRAMA i3E

Objetivos relacionados con el área de nutrición y hábitos saludables

- Mejora en las relaciones interpersonales
- Disminuir ansiedad y estrés
- Aumentar la responsabilidad y disminuir la impulsividad
- Disminuir / Eliminar las conductas disruptivas de los alumnos dentro del centro escolar
- Fomentar las conductas responsables y autónomas de los alumnos en su vida académica, social y familiar.
- Prevenir en los alumnos el consumo de sustancias como alcohol y drogas.
- Favorecer la adaptación social de los alumnos dentro y fuera del centro.
- Reducir el riesgo de trastornos psicósomáticos
- Mejorar el nivel de autoestima

Contenidos y temario

1º y 2º ESO - 1º y 2º PAI	3º y 4º ESO - 3º y 4º PAI
<ul style="list-style-type: none"> ● Autoconcepto ● Autoestima ● Habilidades Sociales <i>Comunicación</i> ● Asertividad ● Resolución de conflictos ● Autorregulación emocional <i>Pautas de gestión</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ● Autoconcepto ● Autoestima ● Habilidades Sociales <i>Expresión de emociones</i> ● Asertividad ● Motivación y Responsabilidad ● Autorregulación emocional <i>Pautas de gestión</i>

1º y 2º BACHILLERATO NACIONAL / DIPLOMA
<ul style="list-style-type: none"> ● Autoconcepto ● Autoestima ● Gestión del cambio ● Motivación ● Psicología positiva ● Autorregulación emocional <i>Manejo de la ansiedad y el estrés</i>

SINERGIAS CON OTROS PROGRAMAS DE LOS COLEGIOS

PROGRAMA DE EDUCACIÓN MEDIOAMBIENTAL

Objetivos relacionados con el área de nutrición y hábitos saludables

- Promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medio ambiente por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas.
- Concienciar sobre las repercusiones globales de nuestras acciones.

Actividades de Medioambiente (relacionadas con la nutrición):

- Huerto ecológico
- Semana de la naturaleza donde los alumnos pasan cuatro días realizando actividades en la naturaleza



Huerto ecológico y semana de la naturaleza

PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

Objetivos relacionados con el área de nutrición y hábitos saludables

- Contribuir al **carácter integral de la educación** favoreciendo el desarrollo de todos los aspectos de la persona: cognitivos, afectivos y sociales.
- Potenciar el **desarrollo de actitudes participativas** (creando un clima de distensión, acercamiento y comunicación) que faciliten la integración de los alumnos en su grupo y en la vida del colegio.
- Ayudarles a **descubrir su propia identidad y sus posibilidades**, tomando conciencia del grado de autoconocimiento y de la imagen que tienen los demás de uno mismo.
- Contribuir al desarrollo de una buena imagen de sí mismo y **favorecer la autoestima**.
- **Prevenir conductas de riesgo** a través de la educación emocional: la educación emocional es una herramienta de prevención inespecífica que ayuda a disminuir: el consumo de alcohol y drogas, conductas inadaptadas, conductas agresivas, problemas emocionales...
- **Facilitar la cooperación de las familias** con el Centro en la tarea educativa a través de un intercambio fluido y bidireccional de información buscando compromisos mutuos.

PROYECTO DEPORTIVO

Implementación de la asignatura optativa **“Ciencias del deporte, el ejercicio y la salud”**, dentro del diploma de Bachillerato Internacional. Esta asignatura tiene contenidos de nutrición y salud, además de los beneficios del deporte a niveles fisiológicos y anatómicos. Los alumnos de esta asignatura realizan conferencias explicando los beneficios de la actividad física y la relación entre los buenos hábitos alimenticios y la salud.

NUTRICIÓN - EDUCACIÓN FÍSICA

En coordinación con Aula Salud y dentro de la parte teórica de la asignatura de educación física, los alumnos deberán anotar todo lo que comen (cantidad, tipo de cocinado, horas de ingesta, etc.) durante una semana. Al finalizar dicha anotación, los alumnos deberán realizar un autoinforme en el que evalúen su forma de comer, sus hábitos y las posibles propuestas de mejora. Para realizar dicho informe se basarán en un documento elaborado entre los encargados de aula salud y educación física.

Actividad de la segunda evaluación.

Se propone como actividad para que puedan puntuar que los alumnos elaboren un corcho en el que quede recogida la cantidad de azúcar que tienen los alimentos que ingerimos habitualmente. En Educación Física se les explicará cómo calcular dicha cantidad de azúcar y ellos deberán elaborar una presentación en el corcho de la manera más visual posible.



cantidad de azúcar que tienen los alimentos que ingerimos habitualmente

Indicadores:

PARTICIPACIÓN

La participación de alumnos, profesores, familias y otros estamentos de la Comunidad Educativa en el proyecto.

RENDIMIENTO ACADÉMICO

La mejora de los resultados académicos en las áreas en las que se van incorporando los elementos del proyecto.

CONVIVENCIA

La mejora de las relaciones entre los distintos estamentos de la Comunidad Educativa.

GRADO DE SATISFACCIÓN

La percepción de los alumnos y las familias sobre la adquisición de conocimientos y el desarrollo de valores.

ENTREVISTAS PERSONALES

Entrevistas aleatorias con los alumnos y acompañamiento durante el curso de los alumnos con trastornos alimenticios.

% DE ALUMNOS con algún trastorno relacionado con la alimentación o el sedentarismo. Segmentación: Etapas educativas desde 3º primaria hasta secundaria y bachillerato. Tipos de trastorno (sobrepeso/obesidad, anorexia, bulimia, etc) Datos mediante encuesta e información de tutores y departamento de enfermería) Indicador que resta en el complejo global.

Indicadores DATOS 2017 -2018:

	SOBREPESO INFANTIL	SOBREPESO PRIMARIA	SOBREPESO SECUNDARIA	SOBREPESO BACHILLERATO	TCA INFANTIL	TCA PRIMARIA	TCA SECUNDARIA	TCA BACHILLERATO	SATISFACCIÓN ALUMNOS	ATENCIÓN SANITARIA	PARTES ACCIDENTES	SATISFACCIÓN ALUMNOS	SATISFACCIÓN ALUMNOS (%)
SERRANO	1	0			0	0					52	8,18/7,9/8,66=8,56	8,18/7,9/8,66=8,56
SOTO			5	0			4	3	72/100	1354	13	76/100	76/100
MORALEJA	0	0			0	1				1464	38	8,2/9,1/9=8,8	7,5/9/8,4=8,3
TOLEDO	0	2	1	1	0	0	0	0		553	30	8,3/9/7,9=8,4	7,9/8,5/8,4=8,3

Impacto del programa

	Aula Salud				Total
	Serrano	Soto	Moraleja	Toledo	
Convenios	0	3	0	0	3
Actos y Eventos de la FSP		8			8
Alumnos inscritos	274	662	357	389	1682
Beneficiarios DIRECTOS del Programa	274	662	357	389	1682
Beneficiarios INDIRECTOS del Programa	0	0	389	160	549
Colegios participantes	1	1	1	1	4
Foro programa					0
Instituciones colaboradoras	3	5	3	2	13
Premios		1			1
Profesores participantes	2	11	2	0	15
Colaboración con otras entidades	3	5	1	2	11

Datos por centros

COLEGIO SAN PATRICIO SERRANO



MEMORIA AULA SALUD 2017-2018

CURSOS PARTICIPANTES/ NÚMERO ALUMNOS/ PROGRAMA Y DESARROLLO

4º E.Primarya = 81			3º E.Primarya = 82			5º E.Primarya = 46		
NUTRICIÓN Septiembre 2017 Blanca Navarro (Enfermera)	PREVENCIÓN Septiembre 2017 Amparo Moratino (orientadora) * 1 y 2	AFECTIVO-SEXUAL Septiembre 2017 Amparo Moratino (Orientadora)	NUTRICIÓN Septiembre 2017 Blanca Navarro (Enfermera)	PREVENCIÓN Septiembre 2017 Amparo Moratino (orientadora)	AFECTIVO-SEXUAL Septiembre 2017 Amparo Moratino (Orientadora)	NUTRICIÓN Septiembre 2017 Blanca Navarro (Enfermera)	PREVENCIÓN Septiembre 2017 Amparo Moratino (orientadora) * 1 y 2	AFECTIVO-SEXUAL Septiembre 2017 Ignacio Fernández (Orientadora)

(*) INSTITUCIONES COLABORADORAS/VOLUNTARIOS



6º E.Primarya = 65		
NUTRICIÓN Septiembre 2017 Blanca Navarro (Enfermera)	PREVENCIÓN Septiembre 2017 Amparo Moratino (orientadora) * 1 y 2	AFECTIVO-SEXUAL Septiembre 2017 Amparo Moratino e Ignacio Fernández (Orientadora)

COLEGIO SAN PATRICIO EL SOTO



678 Alumnos y familias

COLEGIO SAN PATRICIO EL SOTO MEMORIA AULA SALUD 2017-2018

CURSOS PARTICIPANTES /NÚMERO ALUMNOS/PROGRAMA Y DESARROLLO

1º Y 2º ESO = 230			3º Y 4º ESO = 191			1º y 2º BAC = 257	
NUTRICIÓN HABITOS SALUDABLES ENE- MAYO 2018 Angela Esteban- Dpto servicios cocina	PREVENCIÓN-ADICIONES OCT-NOV -ENE 2017-2018 Gregorio Blanco, Policía Local Alcobendas Anest intens	AFECTIVO-SEXUAL ENERO 2018 Patricia Alonso, Angela Esteban	NUTRICIÓN HABITOS SALUDABLES MAR ABRIL 17 Cdad de Madrid-Angela Esteban, Dpto Servicios cocina	PREVENCIÓN-ADICIONES OCT - NOV 17 Gregorio Blanco F. Alcohol y sociedad, Policía Local Alcobendas	AFECTIVO-SEXUAL FEBRERO 18 Manel Alpañés, Angela Esteban, R Rueda, F. Desarrollo y persona	PREVENCIÓN-ADICIONES OCT- NOV- 17 ABRIL - MAYO18 Gregorio Blanco, Policía Nacional	AFECTIVO-SEXUAL MARZO ABRIL 2018 F. Desarrollo persona

COLEGIO SAN PATRICIO LA MORALEJA



VALORACIONES

NUTRICIÓN	• 7,5
PREVENCIÓN	• 9
AFECTIVO SEXUAL	• 8,4



MEMORIA AULA SALUD 2017-2018

CURSOS PARTICIPANTES/NÚMERO ALUMNOS/PROGRAMA Y DESARROLLO

3º primaria = 96			4º Primaria = 88			5º Primaria = 91			6º Primaria = 80		
Nutrición Noviembre 2017 Centro de Salud Cynthia Fdz (DE)	Prevención Noviembre 2017 Dpto Orientación	Afectivo-Sexual Junio 2017 Cynthia Fdz (DE)	Nutrición Marzo 2018 Cynthia Fdz (DE)	Prevención Febrero 2018 Dpto Orientación Centro de Salud	Afectivo-Sexual Abril 2018 Casa de la Mujer Dpto Orientación Cynthia Fdz (DE)	Nutrición Marzo 2018 Dpto Orientación Centro de Salud Cynthia Fdz (DE)	Prevención Diciembre 2017 Aldana Dpto Orientación Mr Ed Cynthia FDz (DE)	Afectivo-Sexual Junio 2018 Cynthia Fdz (DE)	Nutrición Marzo 2018 Dpto Orientación Cynthia Fdz (DE)	Prevención Diciembre 2017 Aldana Dpto Orientación Policía Local Cynthia Fdz (DE)	Afectivo-Sexual Junio 2018 Dpto Orientación Casa de la Mujer D. Álvaro Moltó

COLEGIO INTERNACIONAL SAN PATRICIO TOLEDO



VALORACIONES

NUTRICIÓN	• 8,02
PREVENCIÓN	• 8,8
AFECTIVO SEXUAL	• 7,9



MEMORIA AULA SALUD 2017-2018

CURSOS PARTICIPANTES/NÚMERO ALUMNOS/PROGRAMA Y DESARROLLO

6º-9º PEP = 202			1º-4º PAI = 136			1º-2º DIP = 51		
NUTRICIÓN Octubre 2017 Leticia M-Sagasta (DUE) *2 y 6	PREVENCIÓN Febrero 2018 Leticia M-Sagasta (DUE) *1(8º y 9º PEP)	AFECTIVO-SEXUAL Abril 2018 Leticia M-Sagasta (DUE) *2 y 4	NUTRICIÓN Octubre 2017 Mar Prieto(DO) *3	PREVENCIÓN Febrero 2018 Gregorio Blanco (Fundación) *1(3º-4º PAI)	AFECTIVO-SEXUAL Abril 2018 Leticia M-Sagasta/ Jaime Pérez (DUE) Vanesa Rojo (DO) *2,4,5	NUTRICIÓN Octubre 2017 Lucía Colón (DO)	PREVENCIÓN Febrero 2018 Gregorio Blanco (Fundación)	AFECTIVO-SEXUAL Marzo/Abril 2018 *2,4 y 5

(*) INSTITUCIONES COLABORADORAS / VOLUNTARIOS / TESTIMONIOS



"Aprender los alimentos sanos que debemos tomar"(6º PEP)
 "Importa el interior, no el exterior de cada uno"(8º PEP)
 "Problemas al no comer y como viene influenciado por la sociedad" (4ºPAI)
 "La figura perfecta creada por la sociedad"(1ºDIP)
 "Aprender lo que es bueno para nosotros y los peligros de las adicciones" (1ºPAI)
 "Saber cual es el verdadero problema de las drogas y el porque del consumo" (4ºPAI)
 "Los problemas reales de las adicciones y de que los jóvenes no somos conscientes" (2ºDIP)
 "Todos somos iguales en derechos y deberes, y nadie es mejor que otro" (7ºPEP)
 "Lo que más me ha gustado de Aula Salud ha sido las lecciones de afectivos sexuales, cuando hablamos de los problemas que teníamos, y de nuestros sentimientos, porque me ha servido para entender a las personas de mi alrededor y a mi misma"(1ºPAI)



Taller de cocina Sanpa Chef Colegio San Patricio El Soto

TESTIMONIOS de nuestros alumnos:

- “Mi cuerpo es lo más importante para cuidar mi salud, me doy cuenta de lo suponen mis actos.” (Olga, 4ºESO)
- “Aula salud me ayuda a ser responsable y a ver las consecuencias de mis actos” (Susana, 1ºBAC)
- “¡Aula Salud, mola!” (Manuela, 1ºESO)
“He aprendido que tengo que desayunar bien aunque no tenga ganas para tener energía y poder estudiar y hacer deporte.” (Diego, 1ºESO)
- “He aprendido muchas cosas sobre mi cuerpo y por qué estamos cambiando y tengo tanto nuevo que pensar y responsabilidades” (Álvaro, 1º ESO)
- “Me ha gustado mucho Sanpa Chef, voy a hacer la receta en mi casa” (Laura, 2ºESO)
- “La señorita nos dio confianza para hacer preguntas y estuvo muy bien” (Juan, 2ºESO)
- “Me gustó mucho la dinámica del silencio, estuvimos casi 15 minutos y me sentí muy bien” (Aroa, 2ºESO)
- “Elegir el menú estuvo genial, hay que hacerlo más veces en el curso” (Ana, 3ºESO)

RECONOCIMIENTOS.



El Ministerio de Educación Cultura y Deportes, ha otorgado a el colegio San Patricio El Soto, el Sello de Vida Saludable, en reconocimiento a la labor que el centro desarrolla a favor de la salud de toda la comunidad educativa.

Sello de vida saludable otorgado al Colegio San Patricio El Soto

LAS MEDIDAS EMPRENDIDAS PARA DIFUNDIR LAS ACTUACIONES Y EXPERIENCIAS ADOPTADAS.

- Participación en el Congreso de Enfermería Escolar. Presentación del Programa Aula Salud



Participación en el Congreso de Enfermería Escolar y rodaje Telemadrid

- Open Day, Jornada de puertas abiertas, presentación del Programa Aula Salud a las familias
- Difusión en los medios de comunicación y redes sociales de las actividades realizadas



María Ángela Esteban nos cuenta en Onda cero nuestro programa de nutrición y su relación con la Estrategia NAOS.

Enlace radio Ángela:

<https://www.ondacero.es/emisoras/castilla-la-mancha/toledo/audios-podcast/aqui-en-la-onda/cole>

- Página web Aula Salud: https://www.fundacionsanpatricio.org/es/prog_aulasalud.php
- Programa i3E <http://www.fundacionsanpatricio.com/i3e.php>
- Página web Colegio San Patricio https://www.colegiosanpatriciomadrid.com/es/centros/sot_como.php
- Facebook <https://www.facebook.com/ColegioSanPatricioMadrid>
- Twitter https://twitter.com/c_san_patricio
- Youtube https://www.youtube.com/channel/UCgPy3WwYymftSSmiY3x_Cpw
- Movilización Alcohol y Menores. Participación activa en la Movilización <http://alcoholymenores.fad.es/>
- Folletos informativos para familias
- Memorias anuales de la Fundación San Patricio
- Fundación San Patricio <https://www.fundacionsanpatricio.org/es/>



Memoria anual Fundación San Patricio

7.º Continuidad del proyecto prevista en los próximos años, y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlo.

En el nuevo curso 2018/19 Aula Salud cumplirá 18 años, que garantizan su solidez y experiencia, su implementación en todos los colegios de la Institución San Patricio hace de este programa seña de identidad.

Garantía de continuidad También el hecho de que Aula Salud esté incluida en el Plan Estratégico de la Institución San Patricio que se desarrolla desde el curso 16-17 y finalizará en el 21-22.

FINANCIACIÓN ECONÓMICA

Los gastos en ponentes y colaboradores externos han sido los siguientes.

Serrano:

Temática: Acoso (Bullying) ALDANA	520 €
-----------------------------------	-------

Moraleja:

Prevenkids	1.837,17€
Temática: Acoso (Bullying) ALDANA	800€
Temática: Redes e Internet	Subvencionado Policía local de Alcobendas
Casa de la mujer	Subvencionado
Cruz roja	Subvencionado
Centro de Salud la Vega	Subvencionado
TOTAL	2.637,17 €

Soto:

Temática: Redes e Internet	Subvencionadas desde el Plan prevención Policía Local Alcobendas
Temática: Acoso (Bullying)	Subvencionadas desde el Plan prevención Policía Local Alcobendas
FUNDACIÓN DESARROLLO Y PERSONA	2.750€
ANEST INTENS, S.L.P. Cursos RCP primeros auxilios alumnos	1.125€
FUNDACIÓN ALCOHOL Y SOCIEDAD	Subvencionadas por la F. Alcohol y Sociedad.
TOTAL	3.875€

Toledo:

Fundación desarrollo y persona	222,42 €
Psicóloga externa Lourdes Chacón	425 €
Prevenkids	612,26 €
Casa de la mujer	Subvencionado
Policía	Subvencionado
Fundación Mapfre	Subvencionado
Ginecóloga y obstetra María Dolores Maldonado	Voluntaria
TOTAL	1.260,28 €

8.º El planteamiento innovador y original.

Desde el pasado curso el programa Aula Salud participa activamente en la “iniciativa un paso +” que aglutina nuevas propuestas que destacan por carácter original e innovador una muestra de estas iniciativas son: el taller de cocina molecular o la implantación del programa de mindfulness en el que participan tanto profesores como alumnos.



Folleto iniciativas un paso +

Desde su creación han sido muchas las modificaciones y cambios que se han producido tanto en la adaptación de los contenidos como la actualización de dinámicas y procesos de gestión.

Estamos en la línea de remodelación y mejora para continuar enfocando y adaptando el programa a la innovación educativa del colegio, desde el modelo educativo y el perfil del alumno San Patricio que buscamos. Continuamos el trabajo para adaptar contenidos del programa a la inteligencia emocional y a las nuevas necesidades que se plantean en el ámbito de la educación para la salud.

9.º La contemplación de criterios de equidad y perspectiva de género.

Aula Salud imparte en colaboración con otras entidades **Talleres de género e igualdad:** En 3º Primaria en el colegio San Patricio de la Moraleja a cargo de Educadoras de la casa de la mujer de Alcobendas.



Taller de cocina "Sanpa-Chef" colegio San patricio El Soto

Lo contrario de la igualdad es la desigualdad, no la diferencia. Chicos y chicas somos diferentes y complementarios, con los mismos derechos, responsabilidades y oportunidades. Prevención de violencia de género.

A través de los talleres de cocina, se reflexiona sobre los mandatos de género y el cambio de rol de la mujer en la sociedad actual, fomentando la igualdad en derechos y obligaciones. El 8 de marzo nuestros despachos han cambiado de nombre, y los pasillos se han llenado de poesía, en ciencias se ha hablado de científicas... esto son solo muestras de las iniciativas que han tenido en el centro de El Soto.



Actividades del día de la mujer

El curso pasado en El Colegio San Patricio "El Soto" se ha creado una iniciativa que propone educar en el respeto de forma interdisciplinar en el que colaborará toda la comunidad educativa: alumnado, profesorado, familias... Se trata de crear un foro en el que podamos cuestionar los distintos tipos de situaciones que pueden derivar en discriminación, y exponer y proporcionar las herramientas para conseguir una sociedad más justa.

Algunos ejemplos de actividades propuestas:

- Microagresiones, machismo, feminismo e igualdad.
- Entrevistas y análisis de datos sobre reparto de tareas domésticas.
- Análisis de campañas publicitarias.
- Debate intergeneracional.
- Creación de raps en favor de la igualdad.

- Guiñol para los colegios de Primaria. Charlas de influencers.
- Charla coloquio “Claves para la introducción de la perspectiva de género en el trabajo con adicciones”.
- Estudio de la presencia de características fisiológicas en la gestión de emociones.

COMPROMISO SOCIAL Y PARTICIPACIÓN



Participación de la Institución San Patricio en la VIII carrera a favor de Down Madrid

Irene Soto, forma parte desde xx de la comunidad educativa, durante este tiempo se ha ganado el cariño y respeto de todos siendo para todos por su responsabilidad, constancia y entusiasmo en el día a día, y este año nos ha pedido que diéramos **un paso** _ +, invitándonos a promocionar la VIII carrera a favor de Down Madrid.



Irene Soto en la presentación del curso 2018-2019

Video promocional “VIII carrera a favor de Down Madrid (Irene Soto).



https://youtu.be/L5wuP_kKotE



*Nos movilizamos
por la salud
de los menores*

Desde el surgimiento de esta iniciativa, el Colegio San Patricio El Soto a través del programa Aula Salud, participa como miembro en la Movilización Alcohol y Menores. En un principio a través de la Fundación San Patricio, y posteriormente como asociado a CICAIE asociación de Colegios privados independientes de ámbito internacional.

La Movilización Alcohol y Menores tiene como principal objetivo visibilizar y sensibilizar a la sociedad sobre la problemática del consumo de alcohol en menores. Desde su nacimiento, en enero de 2017, las entidades implicadas trabajan para alcanzar acuerdos y crea posturas comunes respecto a la prevención del consumo de alcohol en menores.

Como miembros del sector educativo preocupados por la salud de nuestros alumnos, aceptamos nuestra responsabilidad frente al consumo de alcohol por parte de los menores con nuestra presencia, difusión y recomendaciones, y abogamos por la consecución de una Ley Nacional para hacer frente a la problemática del consumo de alcohol por parte de menores.

<http://alcoholymenores.fad.es/>

PLANTEAMIENTO FUNDACIONAL

Misión

La Fundación tiene la misión de desarrollar programas que faciliten a los centros docentes, tanto públicos como privados, la posibilidad de abrir sus aulas a nuevas experiencias de aprendizaje, que complementen la formación académica con una sólida educación en valores. Así mismo, la Fundación, como parte de la Institución San Patricio, tiene la misión de educar hombres y mujeres de bien, a través de un modelo educativo que les permita adaptarse personal y profesionalmente a la sociedad que les toque vivir.

Visión

Encontrar vías de mejora de la educación en nuestro país, y compartir nuestra convicción de que una sociedad avanza si mejora la formación de los ciudadanos que la componen. Mantener la confianza de las familias y de la sociedad, por ser motor de cambio y de mejora en el sistema educativo español y por alcanzar una amplia proyección internacional.

Principios y valores

Contribuir a la mejora de la educación y al cumplimiento de la visión de la Institución San Patricio. Ser una vía de comunicación entre la Institución, el resto de las instituciones educativas y el conjunto de la sociedad. Establecer fórmulas de comunicación entre la comunidad educativa en general y la comunidad educativa San Patricio en particular, que recojan, reconozcan y valoren la figura del “maestro”, especialmente cuando termine su carrera profesional. Fomentar los principios de la convivencia democrática, la tolerancia, el respeto al medio natural, el civismo ciudadano y la justicia social. Adquirir un compromiso con la sociedad a través de la educación. Incorporar la generosidad como expresión de ayuda y servicio a los demás. El humanismo cristiano, entendido como el desarrollo de la dimensión ética y trascendente de la persona.



ASPECTOS LEGALES

La Fundación San Patricio fue constituida en acta notarial el 11 de noviembre de 1999, y reconocida como fundación docente, con carácter de interés general, por el Ministerio de Educación y Cultura e inscrita en el Registro de Fundaciones por Orden Ministerial de 30 de diciembre de 1999, con el número MAD-1-3-615, de conformidad con lo establecido en el Real Decreto 384/1996, de 1 de marzo, por el que se aprueba el Registro de Fundaciones de competencia estatal.

Por el Real Decreto 532/2004, de 17 de abril, se actualizó el Registro que ahora pasa a llamarse Registro de Fundaciones del Ministerio de Educación y Ciencia, en el que la Fundación San Patricio consta con el número 482. Con NIF: G-82482365.

Conforme a la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, de Régimen Fiscal de las Entidades sin Fines Lucrativos y de los Incentivos Fiscales al Mecenazgo, las donaciones a la Fundación San Patricio dan derecho a los correspondientes porcentajes de deducción en los impuestos de los donantes establecidos en dicha ley.