



PROGRAMA CEPS

Document marc

Índex

- 1. Introducció**
- 2. Què és el programa CEPS**
- 3. A qui va dirigit**
- 4. Objectius**
- 5. Accions**
- 6. Avaluació**
- 7. Bibliografia**

1. Introducció

La salut i l'educació estan molt relacionades. L'evidència científica suggereix que:

- Els infants i les persones joves sanes tenen més probabilitats d'aprendre de forma efectiva.
- La promoció de la salut pot ajudar les escoles a aconseguir els seus objectius socials i acadèmics.
- Els infants i les persones joves que van a escola tenen més probabilitats de tenir millor salut.
- Els infants i les persones joves que se senten bé i connectades amb la seva escola i amb les persones adultes que hi són a prop, tenen menys probabilitats d'adoptar conductes de risc i més probabilitats de tenir resultats acadèmics positius.

Per tenir salut, s'ha de viure de forma saludable. Però mantenir un estil de vida saludable no és, com podria semblar, una decisió individual, sinó que està condicionada socialment. El barri o el poble on una persona viu, la qualitat de la feina que fa, el nivell d'estudis del pare i, sobretot, de la mare, l'orientació política del govern local, regional, estatal, europeu... Tot això són factors que tenen influència sobre la salut i que fan que problemes com, per exemple, el sobrepès i l'obesitat, siguin complexos i s'hagin d'abordar des del punt de vista de la salut pública i des del marc de la promoció de la salut.

La promoció de la salut es basa en la combinació de polítiques, entorns afavoridors de la salut, acció comunitària, desenvolupament d'habilitats personals per a la vida i en la reorientació dels serveis sanitaris. Consisteix a donar eines a les persones i als grups de persones perquè tinguin més control sobre la pròpia salut, per tal de poder millorar-la i per contribuir a la reducció de les desigualtats socials en salut per mor del gènere, la condició socioeconòmica i la cultura o el lloc de procedència.

L'evidència de l'eficàcia de la promoció de la salut en l'àmbit educatiu diu que els centres educatius són llocs rendibles per a les intervencions de promoció de la salut, tot i que no es pot esperar que solucionin tots els problemes de salut i socials de forma aïllada, sense tenir en compte altres formes d'acció de salut pública, com la regulació, per exemple. Els abordatges globals, que treballen diferents temes, de manera sostinguda en el temps, amb intervencions relacionades amb l'activitat essencial dels centres educatius i adequadament dotats de recursos, són els que tenen més probabilitats de ser efectius.

Les principals evidències sobre l'efectivitat de la promoció de la salut en les escoles provenen d'actuacions sobre eixos temàtics específics, especialment en benestar emocional i en alimentació saludable i vida activa.

En benestar emocional, s'ha demostrat que aquests programes, entre altres beneficis:

- Connecten l'alumnat amb el professorat, amb les famílies i amb la comunitat, reforçant relacions respectuoses i de suport entre si i ajudant a crear un sentiment de comunitat a l'escola.
- Redueixen les conductes inapropiades a classe, les conductes agressives i l'abandonament escolar.
- Ajuden a disminuir l'ansietat i la depressió.
- Ajuden a prevenir altres conductes que poden estar vinculades a l'estrès emocional, com per exemple l'alimentació o el consum de drogues; per això el benestar emocional ha de ser un component de totes les iniciatives.

Respecte a alimentació saludable i vida activa:

- L'activitat física al centre educatiu millora la motivació de l'alumnat. La implicació augmenta quan l'alumnat pot triar quina activitat física vol fer.
- Hi ha evidències que la pràctica d'activitat física al centre educatiu té efectes positius sobre el nombre d'hores dedicades a les pantalles.
- Se sap que hi ha una correlació directa entre l'activitat física que es fa a l'escola i l'activitat física que es farà després a l'etapa adulta.
- Respecte als programes d'alimentació saludable, se sap que incrementen els coneixements de l'alumnat, però no està tan clar que això canviï els seus hàbits alimentaris. Alguns programes de suficient qualitat han mostrat un increment modest en el consum de verdura i fruita. Les al·lotes semblen beneficiar-se'n més que els al·lots.

Pel que fa la salut afectiva i sexual:

- Milloren els coneixements i actituds sobre sexualitat i afectivitat i sobre pràctiques sexuals segures.
- Poden retardar la primera relació sexual coital, però en tot cas no promouen l'avançament o l'increment de les relacions sexuals, dels comportaments sexuals de risc ni de les malalties de transmissió sexual.

I respecte a la prevenció d'addiccions:

- S'ha observat un retard curt de l'inici i una reducció del consum, sobretot de tabac, més que d'alcohol i altres drogues.

2. Què és el programa CEPS

El programa de Centres Educatius Promotors de la Salut (CEPS) és un conjunt d'accions per abordar la salut i el benestar de forma sistemàtica i integrada als centres educatius, que desenvolupa un model participatiu d'organització de centre que inclou tota la comunitat educativa i estableix vincles amb els recursos comunitaris de l'entorn. Pretén potenciar les competències bàsiques de l'alumnat per aconseguir un desenvolupament personal, relacional i ambiental adequats i saludables i convertir el centre educatiu en un entorn afavoridor per a la salut i el benestar. En el model CEPS, la promoció de la salut es converteix en una senya d'identitat del centre.

El programa CEPS el desenvolupen conjuntament les conselleries de Salut i Consum i d'Educació, Universitat i Recerca.

3. A qui va dirigit

El programa CEPS està dirigit als centres educatius sostinguts amb fons públics dependents de la Conselleria d'Educació, Universitat i Recerca del Govern de les Illes Balears. Inclou, per tant:

- els centres d'educació infantil, primària i secundària (CEI, EI, CC, CEIP, IES)
- els centres de formació per a persones adultes (CEPA)
- els centres d'educació especial (CEE)
- altres centres de singularitat especial (CIFP...)

4. Objectius

Objectiu general

Integrar la promoció de la salut en els centres educatius a través d'un projecte de salut i benestar i amb la participació de tota la comunitat educativa, per tal de millorar la salut i el benestar dels infants, els adolescents i les persones adultes de les Illes Balears, de les seves famílies i de les comunitats on viuen i on hi ha els centres educatius.

Objectius específics

1. Aconseguir que, progressivament, tots els centres educatius de les Illes Balears siguin CEPS.
2. Formar en el model CEPS els professionals i les professionals docents i d'Atenció Primària de Salut, els estudiants de graus relacionats amb l'educació i amb la salut i les associacions de famílies.
3. Desenvolupar eines per ajudar els centres educatius i la comunitat educativa a desenvolupar el programa CEPS.
4. Crear la Xarxa Autonòmica de Centres Educatius Promotors de la Salut (XACEPS) i integrar-la en la xarxa europea Schools for Health Promotion (SHE).

5. Accions

Per a l'objectiu 1:

Aconseguir que, progressivament, tots els centres educatius de les Illes Balears siguin centres CEPS:

- 1.1. Fer una convocatòria anual del programa CEPS dirigida als centres educatius.
- 1.2. Fer una convocatòria anual de subvencions per als centres que participen en la convocatòria CEPS.
- 1.3. Fer assessories telefòniques i presencials als centres educatius que estan o volen entrar en el programa.
- 1.4. Fer un pla de comunicació estratègica per donar a conèixer el programa CEPS als centres educatius, als ajuntaments i a la població en general.

Per a l'objectiu 2:

Formar en el model CEPS els professionals i les professionals docents i d'Atenció Primària de Salut, els estudiants de graus relacionats amb l'educació i amb la salut i les associacions de famílies:

- 2.1. Fer un pla de formació anual per a professionals docents i altres membres de les comissions de salut dels centres educatius (personal no docent, representants de famílies i de l'alumnat i altres agents externs).
- 2.2. Fer conjuntament amb el Servei de Salut un pla de formació per a professionals d'Atenció Primària de Salut.
- 2.3. Fer els contactes i tràmits per proposar activitats formatives a la Universitat de les Illes Balears.
- 2.4. Fer bianualment jornades d'intercanvi d'experiències amb professionals docents i de salut i representants de les famílies i de l'alumnat.

Per a l'objectiu 3:

Desenvolupar eines per ajudar els centres educatius i la comunitat educativa a desenvolupar el programa CEPS:

- 3.1. Dissenyar, desenvolupar i publicar una pàgina web sobre el programa CEPS i mantenir-la actualitzada.
- 3.2. Dissenyar, crear i distribuir material per difondre el programa, com ara pòsters, fullets, bolígrafs, adhesius, xapes, vídeos, etcètera.
- 3.3. Dissenyar, produir i ensenyar a utilitzar un joc didàctic per a la comunitat educativa per comprendre el model CEPS.

3.4. Dissenyar i desenvolupar un espai dins la nova plataforma de promoció de la salut per al programa CEPS, que permetrà intercanviar experiències i fer assessories en línia, i oferirà diferents eines que ajudin els centres a desenvolupar el programa.

Per a l'objectiu 4:

Crear la Xarxa Autonòmica de Centres Educatius Promotors de la Salut (XACEPS) i integrar-la en la xarxa europea Schools for Health Promotion (SHE):

4.1. Publicar una resolució de les conselleries d'Educació, Universitat i Recerca i de Salut i Consum de creació de la Xarxa Autonòmica de Centres Educatius Promotors de la Salut.

4.2. Fer els contactes i tràmits per incloure XACEPS en la xarxa europea SHE.

4.3. Promoure l'organització d'una jornada amb les diferents xarxes i programes de l'Estat espanyol i amb el centre coordinador del Ministeri d'Educació per tal d'impulsar la creació d'una xarxa espanyola.

6. Avaluació

Cada cinc anys, es farà una avaluació global del projecte, tant de procés com de resultats, a partir de la combinació d'estratègies quantitatives i qualitatives següent:

- una revisió bibliogràfica i documental
- una anàlisi estadística de la informació generada
- una anàlisi longitudinal de cada centre participant
- una visita a cada centre participant

La primera avaluació del programa, prevista per al curs 2019-2020, permetrà el disseny d'una bateria d'indicadors d'estructura, procés i resultats, que facilitaran les properes avaluacions.

Els resultats de les avaluacions del programa han de ser públics i s'han de donar a conèixer tant als responsables polítics de les institucions que formen la Comissió Tècnica com a tots els centres educatius, tant als que participen en el programa com als que no hi participen. Així mateix, aquests resultats han de servir per fer les millores o els ajustaments en el programa que es considerin pertinents.

7. Bibliografia

- CABEZA, E.; RAMOS, M.J.; MARCH, S.; NÚÑEZ, C.; VIDAL, C.; FONT, M. A.; MORENO, L.; CÁCERES, Y., I MIGUÉLEZ, A. *Fem salut, faig salut. Estratègia Social de Promoció de la salut de les Illes Balears 2016-2026*. Palma: Direcció General de Salut Pública i Participació, Conselleria de Salut i Consum, 2019.
- ORDINAS, M.; VIDAL, C.; MAYOL, C.; MORA, J.; SÁNCHEZ, F.; FONT, M. A. *L'educació per a la salut en els centres educatius a partir de projectes intersectorials (PiEpSE)*. Palma: Conselleria de Salut i Consum, 2010.
- YOUNG, I.; ST. LEGER, L.; BUIJS, G. *Background paper SHE Factsheet 2: School Health promotion. Evidence for effective action*. Utrecht: CBO, 2013. Disponible a: <<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/fact-sheets/she-factsheet2-background-paper-school-health-promotion-evidence.pdf>> [consultat el 19/08/19].
- SHE (SCHOOLS FOR HEALTH IN EUROPE). *SHE Factsheet 1: State of the art: Health promoting schools in Europe*. Disponible a: <<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/fact-sheets/she-factsheet-1-stateofart-health-promoting-schools.pdf>> [consultat el 10/09/19].
- SHE (SCHOOLS FOR HEALTH IN EUROPE). *SHE Factsheet 3: Effective networks and partnerships for health promotion in schools*. Disponible a: <<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/fact-sheets/she-factsheet3-english.pdf>> [consultat el 10/09/19].
- SHE (SCHOOLS FOR HEALTH IN EUROPE). *Manual escolar online de SHE*. Disponible a: <<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/How%20to%20be%20a%20health%20promoting%20school/spanish-online-school-manual.pdf>> [consultat el 10/09/19].
- BOONEN, A.; DE VRIES, N.; DE RUITER, S.; BOWKER, S.; BUIJS, G. *HEPS Guidelines. Guidelines on promoting healthy eating and physical activity in schools*. Woerden: Netherlands Institute for Health Promotion, 2009. Disponible a: <<https://www.schoolsforhealth.org/sites/default/files/editor/Teachers%20resources/heps-guidelines-english.pdf>> [consultat el 10/09/19].
- SIMOVSKA, V.; DADACZYNSKI, K.; GRIEG, N.; TJOMSLAND, H. E.; BOWKER, S.; WOYNAROWSKA, B.; DE RUITER, S.; BUIJS, G. *HEPS Tool for Schools. A guide for school policy development on healthy eating and physical activity*. Woerden: Netherlands Institute for Health Promotion, 2010. Disponible a: <<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED518352.pdf>> [consultat el 10/09/19].

LEGER, L. «Promoción de la salud eficaz en los centros de enseñanza», en *La evidencia de la eficacia de la promoción de la salud. Un informe de la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud para la Unión Europea* (parte 2). Versió traduïda per la Subdirecció General de Promoció de la Salut i Epidemiologia, de la Direcció General de Salut Pública i Consum, del Ministeri de Sanitat i Consum. Disponible en: <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/Parte_2.pdf> [consultat el 10/09/19].