

# PROGRAMA DE SALUD ESCOLAR EN UNA ZONA RURAL




# PROGRAMA DE SALUD ESCOLAR EN UNA ZONA RURAL

Dña. Inés Aguinaga Ontoso, profesora Titular de Medicina Preventiva y Salud Pública en el Departamento de Ciencias de la Salud de la Universidad Pública de Navarra.

HAGO CONSTAR: Que el Trabajo de Fin de Master titulado PROGRAMA DE SALUD ESCOLAR EN UNA ZONA RURAL, original de Dña MAITE UNZUE VILLANUEVA, estudiante del Master Universitario de Salud Pública, en el curso 2019 -2020 ha sido realizado bajo mi dirección y cuenta con el Visto Bueno para su defensa.

Pamplona, a 29 de ENERO de 2020



Fdo: Inés Aguinaga

# ÍNDICE

1. Justificación propuesta .....	5
1.1 Antecedentes del tema .....	5
1.2 Adecuación al plan de salud de Navarra .....	7
1.3 Identificar los problemas y priorizarlos .....	9
2. Objetivos .....	10
2.1 Objetivo general .....	10
2.2 Objetivos específicos .....	10
3. Desarrollo y ejecución del proyecto .....	11
3.1 Población de referencia .....	11
3.2 Selección población .....	15
3.3 Cronograma de actuación .....	17
3.4 Situación actual .....	19
3.5 Protocolo de Salud Infanto-juvenil .....	20
3.6 Control del entorno escolar .....	34
3.7 Botiquín den centro .....	36
3.8 Comedor escolar .....	37
3.9 Sesiones .....	39
3.10 Valores .....	53
4. Recursos materiales y humanos .....	55
5. Información y divulgación .....	56
6. Evaluación del proceso y de los resultados obtenidos .....	57
7. Bibliografía .....	59
8 Anexos .....	63
Anexo I: Servicios de Aoiz .....	64
Anexo II: Autorización revisión en el centro escolar .....	67
Anexo III: Protocolo original salud infanto-juvenil 6-15 años .....	69
Anexo IV: Tabla de ejercicios .....	73
Anexo V: Encuesta de satisfacción .....	75
Anexo VI: Solicitud de subvención de frutas y verduras .....	77
Anexo VII: Reanimación cardiopulmonar .....	79
Anexo VIII: Documento para administración de vacunas .....	81

# 1. Justificación de la propuesta

---

## 1.1 Antecedentes del tema

La primera figura de enfermera escolar la encontramos en Estados Unidos, Lina Rogers (*Imagen 1*) en el año 1902. Ella, trabajó con más de 10000 niños escolarizados que sufrían problemas de aprendizaje y audición. Además, educó a los estudiantes y sus familias en la higiene y prevención, disminuyendo así la tasa de absentismo escolar. Desde ese momento otros colegios fueron introduciendo la figura de la enfermera escolar en sus centros. Gracias a ello pudieron reducir el absentismo en un 90%<sup>1</sup>.



*Imagen 1: Lina Rogers*

En Europa la enfermera escolar tiene su origen en Inglaterra, cuando se creó el Servicio Médico de Salud.

En España no existe mucha información sobre este tema ya que, es una especialidad muy reciente. El primer libro relacionado con este tema lo escribió en Madrid D. Pedro Alcántara García. Explicaba el mal estado que se encontraba los colegios en aquella época, en cuanto a la infraestructura y recursos, entre otros. La única mención de la enfermera escolar se encuentra en España en el Decreto del 23 de abril de 1915 por el que se creó el Cuerpo de Auxiliares Sanitarias Femeninas de Medicina e Higiene Escolar.

En España, una de las referencias de la primera enfermera escolar aparece en los Colegios Públicos de Educación Especial. Más adelante con la Ley 13/1982, de 7 de abril, de Integración Social de Minusválidos, cuando se integra a alumnos con necesidades educativas especiales en Colegios Públicos de Infantil, Primaria y Secundaria<sup>1</sup>.

En Pamplona el primer equipo de médico y enfermera de salud escolar se creó en 1983<sup>2</sup>. Más adelante los Centros de Salud fueron absorbiendo esas competencias. Hoy en día

con el *Programa de Atención al Niño Sano* se está volviendo a intentar recuperar la figura de enfermera escolar en los colegios de Navarra.

Actualmente en Navarra hay dos colegios públicos en los que se encuentra la figura de enfermera escolar: Colegio de Educación Especial Andrés Muñoz (Pamplona) y Colegio de Educación Especial Torre Monreal (Tudela). También, existen tres centros concertados en los que cuentan con dicha figura<sup>3</sup>. En la actualidad hay varios programas pilotos que se han creado para introducir la figura de la enfermera escolar en varios colegios públicos de Navarra<sup>4</sup>.

## 1.2 Adecuación al Plan de Salud de Navarra

El objetivo del Plan de Salud de Navarra es mejorar los resultados de salud de esta comunidad. Para ellos se fijan unas prioridades de intervención, objetivos y problemas. Navarra diseñó un Plan de Salud para 2014-2020<sup>5</sup>. Definió 12 estrategias donde iba a priorizar su actuación (*Figura1*):

### Estrategias de Salud priorizadas

Prevención y Promoción Infantil y Adolescente	Promoción de la Salud y Autocuidados en Adultos	Atención a la Discapacidad y Promoción de la Autonomía*
Prevención y Atención al Cáncer	Prevención y Atención en Salud Mental	Atención a la Demencia y otras Neurodegenerativas
Atención a las Urgencias Tiempo Dependientes	Prevención y Atención a Enfermedades Vasculares y Diabetes	Prevención y Atención a Enferm. Respiratorias
Atención a Pacientes Pluripatológicos	Cuidados Paliativos y Dolor	Seguridad del Paciente

Figura 1: Plan de Salud de Navarra 2014-2020 (pág: 111).

Dentro de cada estrategia se encuentran varios programas de Salud donde se desarrollan las acciones a llevar a cabo para esa mejora en salud. Concretamente en la primera estrategia, *Prevención y Promoción Infantil y Adolescente*, se agrupan los siguientes programas<sup>5</sup>:

- Programa de prevención de riesgos en embarazo y parto.
- Programa de prevención de la discapacidad y atención a las enfermedades crónicas infantiles.
- Programa de vacunaciones infantiles.
- Programa de salud en infancia y adolescencia en Atención Primaria.
- Programa de intervención integral en desigualdad y riesgo psicosocial infantil.

- Programa comunitario de promoción de la salud en infancia y adolescencia.

Es en esta estrategia del Plan de Salud de Navarra donde se podría incluir el programa de salud escolar que se va a elaborar en el presente trabajo.



### **1.3 Identificar los problemas y priorizarlos**

En el II Plan integral de apoyo a la familia, la infancia y adolescencia en la Comunidad de Navarra 2017-2023, publicado en agosto del 2017, de la mano del Departamento de Derechos Sociales<sup>6</sup>, aparecen los diferentes problemas<sup>5</sup> de salud de los niños y adolescentes que se encuentran en la población navarra.

- Problemas con el peso, especialmente con la obesidad. En menor caso existe problema con la delgadez.
- Conducta sexual. Interrupciones voluntarias de embarazos y embarazos en adolescentes.
- Consumo de sustancias. En Navarra más del 70% de los menores de edad consumen alcohol.
- Problemas relacionados con la Salud Mental. El trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) o diferentes trastornos de conducta toman gran importancia. Es clave realizar un diagnóstico concreto. Trabajar el aspecto emocional de los estudiantes juntos con sus familias.

## 2. Objetivos

---

### 2.1 Objetivo general

Instaurar un programa de salud escolar en una zona rural de Navarra.

### 2.2- Objetivos específicos

- Crear el puesto de enfermera escolar en la zona básica rural de Aoiz
- Diseñar estrategias para promover la salud de los escolares y familia.
- Aplicar programas de prevención de enfermedades en la población infantil.
- Formar un equipo con los profesionales del centro de salud, centros docentes y servicios de asistencia social.
- Complementar el programa de atención al niño sano con actividades realizada en el propio centro docente

## 3- Desarrollo y ejecución del proyecto

### 3.1- Población de referencia

La Comunidad Foral de Navarra tiene una población de 642.797 habitantes (1 de enero de 2017)<sup>7</sup>. Esta provincia se divide en tres Áreas de Salud: Estella, Pamplona y Tudela. El objetivo de la división es proporcionar la salud y su accesibilidad, en cuanto a los recursos y necesidades de cada zona<sup>6</sup>. Cada área de salud está compuesta por Zonas Básicas de Salud (un total de 57 Zonas Básicas de Salud).

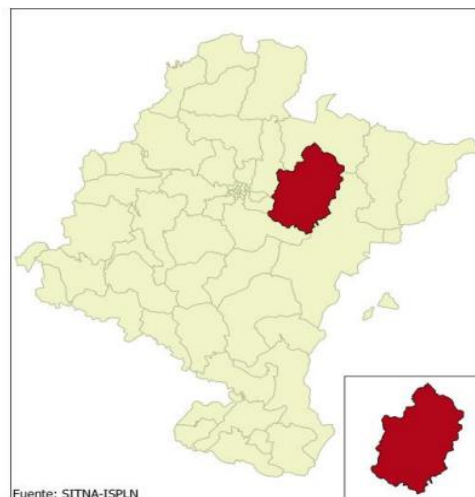


Imagen 2: Zona Básica de Aoiz.

La Zona Básica de Aoiz (*Imagen 2*) pertenece al Área de Salud de Pamplona. Tiene una extensión de 443.53km<sup>2</sup> y una población de 4348 personas. En ésta Zona Básica se encuentran los siguientes municipios: Aoiz/Agoitz, Arce, Izagaondoa (excepto: Induráin), Lizoáin, Lónguida, Oroz-Betelu, Unciti, Urroz<sup>7</sup>.

La pirámide de población de la Zona Básica de Aoiz (*Imagen 3*) tiene forma de Bulbo donde se puede observar mayor población en la franja de edad de 35-50 años. Además, la pirámide muestra mayor población masculina en edades de 35 a 65 años de edad.

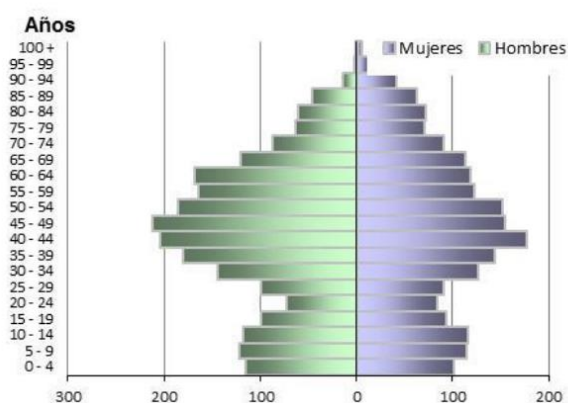


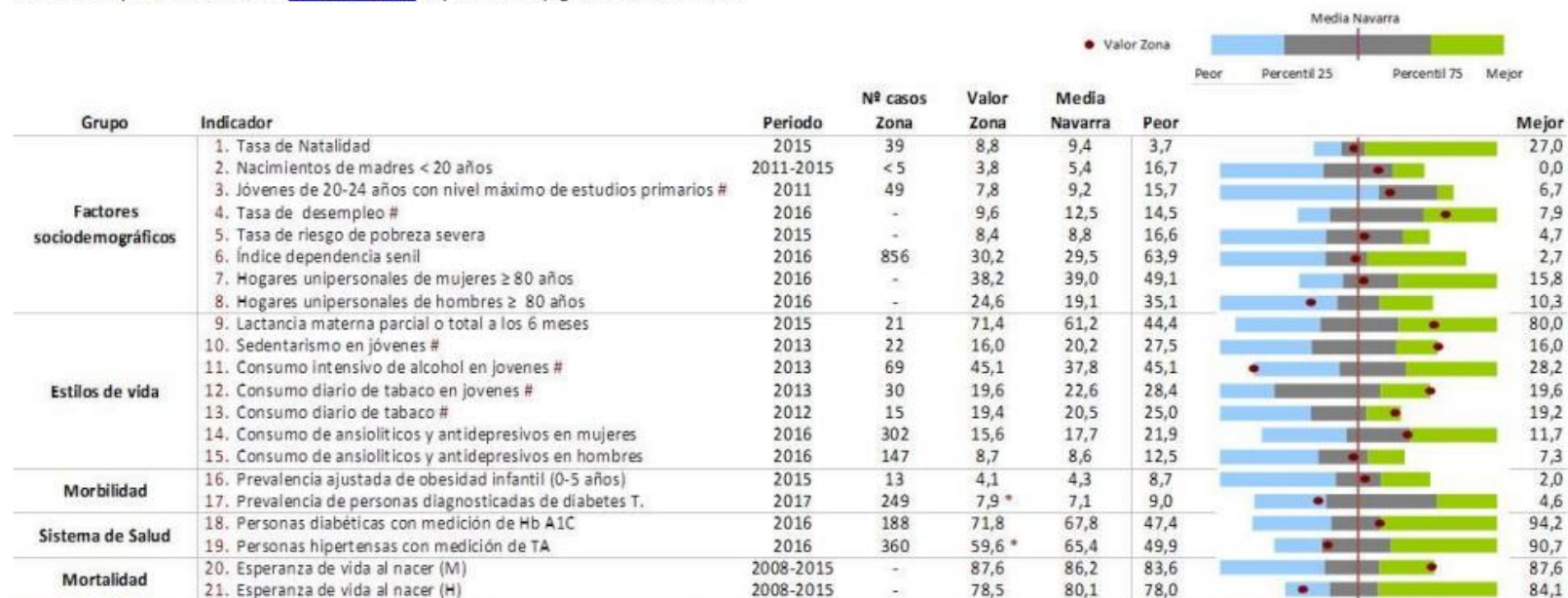
Imagen 3: Pirámide de población de Zona Básica de Aoiz

Los indicadores de la zona básica de Aoiz (*Imagen 4*) con respecto a la de Navarra tiene sus mejores resultados en la lactancia materna en los 6 meses (71.4%) en comparación con la media de Navarra. Esto es favorable para la población de Aoiz ya que la lactancia materna protege de muchas enfermedades como por ejemplo obesidad o cáncer. Además, cuenta con una esperanza de vida al nacer en mujeres de 87.6 años. El indicador de sedentarismo y consumo de tabaco es favorable ya que, cuenta con buenos resultados: 16% y 19.6% respectivamente. Por lo tanto la población de Aoiz es activa. Sin embargo, la esperanza de vida al nacer en hombres es de 78.5 años creando un margen grande entre hombres y mujeres. Además, la zona básica de Aoiz se posiciona en los puestos bajos de la prevalencia de personas diabéticas (7.9%). Desafortunadamente, es la zona con el peor resultado en consumos intensivos de alcohol en jóvenes (45,1%). Estos dos últimos datos nos dan pistas sobre cuáles pueden ser áreas donde se debe trabajar en esta zona. Para finalizar, Aoiz se encuentra con los mismos resultados en cuanto a la obesidad. Es decir, no existen diferencias significativas en la obesidad en esta zona en comparación con la media en Navarra (Navarra: 4.3% y Zona Básica Aoiz: 4.1%). Sin embargo, el problema de la obesidad será importante trabajarlo ya que está directamente está relacionada con otras importantes enfermedades.

Esta valoración sobre los indicadores nos muestran los aspectos que se deben tratar además de los aspectos que se deben mejorar. Por ese motivo, se utilizarán de guía para poder elaborar las actividades de actuación del presente trabajo.

#### 4. Resumen indicadores

La siguiente figura muestra, para una serie de indicadores, los valores de la zona (punto rojo) respecto a la media de Navarra (barra vertical) y respecto al conjunto de zonas básicas de Navarra. Para una descripción más detallada de los indicadores pueden consultarse sus [fichas individuales](#), disponibles en la página web del Observatorio.



Fuente de indicadores: 1 y 2: Mov. Natural Población; 3: Censo; 4: Enc. Pob. Activa (EPA); 5: Estad. Renta; 6-8: Padrón; 10-12: Enc. Nav. Juventud; 13: Enc. Cond. Vida; 14-15: Prest. Farmacéutica; 9, 16-19: Att. Primaria; 20-21: Inst. Salud Pub. Lab. Nav. (ISPLN)

# Indicadores de la zona Pirineo (3, 4 y 13) o Noroeste + Pirineo (10 - 12) según Zonificación Navarra 2000 (IEN). Número de valores representados en la figura: 7 en los indicadores 3, 4 y 13; 6 en los indicadores 10-12.

\* Significativamente diferentes ( $p < 0,05$ ) al resultado de Navarra (contraste realizado para indicadores de estilos de vida, morbilidad, sistema de salud y mortalidad).

1. Tasa bruta de natalidad (%); 2. Tasa anual específica de fecundidad (%) en madres de 14-19 años; 3. % de jóvenes de 20-24 años que no han completado estudios de 2º grado; 4. % de parados respecto a la población activa, media de 4 trimestres; 5. % de personas que viven en hogares cuya renta total equivalente está por debajo del umbral de pobreza (el 30% de la mediana de los ingresos anuales por unidad de consumo tomando la distribución de personas. Umbral de pobreza 2015: 5.150 €); 6. % de personas ≥ 65 años en relación al total de personas de 15-64 años; 7 y 8. % de personas ≥ 80 años que residen solas en relación al total de residentes de esta edad en viviendas familiares; 9. % lactantes con lactancia materna (exclusiva o parcial) a los 170-190 días; 10. % de jóvenes de 14 - 29 años con baja o nula actividad física tanto en su actividad habitual como en su tiempo libre; 11. % jóvenes de 14-29 años con al menos un consumo de atracón o intensivo (*binge drinking*) en los últimos 30 días (4 o más UBEs en mujeres y 5 o más UBEs en hombres en dos horas); 12. % de jóvenes de 14-29 años que consumen tabaco a diario; 13. % de personas ≥ 15 años que consumen tabaco a diario; 14 y 15. Tasa ajustada de personas con consumo de al menos 3 envases en el último año de alguno de estos grupos: N50B ansiolíticos, N05C hipnóticos y sedantes y/o N06A antidepresivos (T. bruta: mujeres 16,6 y hombres 7,6); 16. Prevalencia ajustada de obesidad en población de 0 a 5 años definida según patrones de crecimiento infantil OMS ( $z\text{-score} \geq +2$ ); 17. Prevalencia ajustada de personas ≥ 20 años con diabetes tipo 2 (T. bruta: 8,5); 18. % de población con diabetes tipo 2 y con medición de hemoglobina glicosilada (HbA1c) en el último año; 19. % de población con diagnóstico de hipertensión y medición de la tensión arterial (TA) en el último año; 20 y 21. Nº medio de años que se espera que viva una persona de acuerdo a las tasas de mortalidad actuales.

Imagen 4: Resultados de la Zona Básica de Aoiz en comparación con la media en Navarra.

En el municipio de Aoiz se encuentran la mayor parte de los servicios de toda la zona ya que es el pueblo que más habitantes tiene. Este municipio navarro, con 2624 habitantes, cuenta con una cantidad alta de servicios: un Ayuntamiento, Centro de Salud, Residencia de Ancianos, guardería, Juzgado, Asociación de Primeros Auxilios "DYA", Oficina de Correos, Asociación de Jubilados, diferentes bancos, polígono con varias empresas en activo, tres restaurantes, ocho bares, tres restaurantes, un frontón, un edificio con bomberos voluntarios, un polideportivo, escuela de música, diferentes escuela de bailes y varios grupos culturales *Anexo I*. Además existen líneas de autobuses para ir a Pamplona (30-45min).

Aoiz es un pueblo activo con muchos recursos y servicios. Todos los servicios están accesibles es decir, no hay largas distancias para llegar a ellos. Por eso, de un establecimiento a otro se puede ir andando.

### 3.2- Selección población

Se presenta un Centro Escolar en una zona rural de la Comunidad de Navarra: Aoiz. Se trata del único colegio público del Gobierno de Navarra que hay en dicho municipio. Se llama Colegio Público San Miguel de Aoiz<sup>8</sup> (Imagen 5). Está situado en la zona Este de Navarra a unos 30km de Pamplona. A ese colegio acuden niños y niñas de ese mismo municipio y valles de alrededor mediante autobús o taxi subvencionado por el Gobierno de Navarra.



Imagen 5: Colegio Público San Miguel

La organización directiva está compuesta por un director, director adjunto ESO, secretario, jefe de estudios educación secundaria y jefe de estudios educación primaria. Existe un servicio de orientación.

Todos los años acuden 470-500 estudiantes aproximadamente. La oferta educativa va desde los 3 a los 16 años. Ofrece tres etapas obligatorias de educación: segundo ciclo de infantil con 108 estudiantes entre 3-5 años, educación primaria con 216 estudiantes entre 6-12 años y educación secundaria con 155 estudiantes entre 13-16 años. Estas etapas se imparten tanto en el modelo A (se imparten todos los conocimientos en castellano y tienen como asignatura castellano e inglés.), el modelo D (se imparten todos los conocimientos en euskera y tiene como asignatura castellano e inglés) y modelo G (se imparten todos los conocimientos en castellano y tienen como asignatura inglés).

El colegio dispone de una jornada continua. Por un lado, en infantil y primaria el horario es de 9h hasta 14h. Por otro en la E.S.O es de 9h hasta las 15h. En primaria las clases tienen una duración de 45 minutos. Tienen tres clases seguidas de 45 minutos, un descanso de 30 minutos y vuelven a tener tres clases de 45 minutos. Los estudiantes de secundaria, hacen lo mismo, pero tienen un descanso de 10 minutos después de la sexta clase y seguido de la última clase.

Cuenta con la siguiente cartera de servicios: aulas específicas, bibliotecas, laboratorios, nuevas tecnologías, polideportivo, zonas exteriores y comedor.

Nos encontramos con una Asociación de Padres y Madres (APYMA). Además, de un Consejo Escolar formado por: el director, secretario, jefe de estudios primaria y secundaria, cuatro representantes de familia (uno elegido por la APYMA), un alumno, una representante municipal y un trabajador no docente.

Por lo tanto, este programa está dirigido directamente a todos los estudiantes de este colegio. Concretamente a los niños/as que estén entre los 6-15 años de edad. Esta etapa es muy importante en la vida de una persona ya que, es el momento en el que se adquiere los hábitos de vida. Por ello, este trabajo desarrollará las actividades en esa franja de edad. Se aprovechará que en esas edades la escolarización de los niños/as es obligatoria y por lo tanto tendremos un acceso directo a esta población.

También estará dirigido a los profesionales que trabajan en el centro. De forma indirecta podrán acudir a las diferentes actividades los niños/as y sus familias que no estén matriculados en el colegio.

Asimismo se utilizarán todos los recursos que dispone el pueblo para cumplir el presente programa. Aoiz es un municipio muy adecuado ya que es muy completo en cuanto a los servicios y recursos que dispone. Además, tiene una población adecuada (en cuanto al número de habitantes) donde la enfermera escolar puede trabajar y mejora el nivel de salud.



### 3.3- Cronograma de actuación

La duración del programa será el propio curso lectivo de septiembre a junio. La gran mayoría de actividades se realizarán en horario lectivo. Habrá varias actividades que se realicen fuera del horario escolar con el objetivo de que pueda participar más gente (padres, madres, profesionales del centro, otros niños que no estén escolarizados en el propio colegio pero que vivan en Aoiz...). A continuación se presenta el cronograma a seguir *Tabla 1*:

*Tabla 1: cronograma de actividades*

	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Ene.	Febr.	Mar.	Abr.	May.	Jun.
<b>Sesiones</b>										
<b>Actividad y Ejercicio</b>	X		X							
<b>Sesiones</b>										
<b>Nutrición Alimentación</b>	X	X								
<b>Sesiones</b>										
<b>Primeros Auxilios</b>	X						X			
<b>Sesiones de hábitos y conocimientos</b>	X							X		
<b>Seguridad</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>Comedor</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>Botiquín</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

<b>Resultados</b>					<b>X</b>		<b>X</b>			<b>X</b>
-------------------	--	--	--	--	----------	--	----------	--	--	----------

\*Las vacunas se realizarán según el calendario de vacunación y se concretarán las sesiones con la dirección del centro con el objetivo que no influya en las asignaturas y materias más importantes.

\*Las visitas del Programa de Salud Infantil se concretarán a lo largo del curso junto con los padres.

### 3.4 Situación Actual

En la actualidad la enfermera de pediatría del Centro de Salud de Aoiz junto con el equipo sanitario (pediatra, trabajadora social del centro) lleva a cabo diferentes estrategias para promover la salud y aplican diferentes programas de prevención.

Una de las estrategias de prevención más importantes es el Calendario de Vacunación Infantil de Navarra<sup>9</sup>. La enfermera de pediatría acude al centro escolar para poder captar mayor cantidad de niños.

En el centro de salud trabajan con un programa llamado Atenea. Este programa es la historia clínica donde están informatizados todos los protocolos, documentos y resultados de pruebas que se han realizado o se van a realizar.

En esta base de datos tienen adjuntados varios protocolos de salud. Uno de ellos es el *Protocolo de Salud Infantil 0-5 años y otro Protocolo Salud Infanto-Juvenil de 6-15 años*. A través de estos protocolos se valora el estado del niño/a además de las necesidades que puedan precisar.

Todos los años los profesionales del centro de salud imparten varios talleres en el colegio como por ejemplo taller de espalda en 1º de primaria, 4º de primaria y 1º de ESO. También imparten talleres de drogas en todos los cursos de educación secundaria (ESO). Además, un taller de primeros auxilios (2-3 cursos). Estos últimos años los profesionales sanitarios han impartido clases de formación a los diferentes profesionales del colegio. Se tratan los siguientes temas: diabetes, asma, convulsiones y anafilaxias. Se explican la forma de actuar ante un niño/a que sufren estas enfermedades.

Ante casos de problemática social existe una *Red de Trabajo*. Se trata de que todos los profesionales trabajen en grupo cada uno trabajando sus competencias con la finalidad de tratar y ayudar al niño/a. Este grupo de trabajo lo forman: pediatra, enfermera, trabajadora social, directora, orientador y tutor.

### 3.5 Protocolo Salud Infanto-Juvenil de 6-15 años

Para realizar una valoración holística a los niños/as de Aoiz se utilizará *El protocolo de Salud Infanto- Juvenil de 6-15 años* de Navarra. Se encuentra en el programa informático de historia clínica que se utiliza en todo Navarra: Atenea.

Consiste en rellenar todos los ítems que aparecen en seis páginas. El protocolo está diseñado siguiendo los 11 patrones de Margory Gordon<sup>10</sup> (Patrón Percepción y Manejo de la salud, P. Nutricional-Metabólico, P. Eliminación, P. Actividad y Ejercicio, P. Sueño-Descanso, P. Cognitivo Perceptivo, P. Autopercepción y Autoconcepto, P. Rol Relaciones, P. Sexualidad y Reproducción, P. Adaptación y Tolerancia al estrés y P. Valores y Creencias) además de otros aspectos. Esta herramienta de valoración permite recoger todos los datos relevantes del estado de salud de una manera holística del niño/a. Los niños/as en esta franja de edad se someterán a tres revisiones: a los 8 años, 10-12años y a los 14 años según el calendario de visitas aprobado por el Gobierno de Navarra. Estas revisiones las realizará la enfermera escolar junto con el pediatra del centro de salud.

Para aumentar la cobertura de participación desde el colegio se dará opción a los padres y madres que las revisiones se realicen en el horario escolar. No será necesario que los padres y madres acudan (será opcional). La enfermera escolar se acercará junto al pediatra al colegio donde se realizarán las revisiones. Así se evitará los problemas que ocasionan a los padres y madres salir de sus trabajos. Además el poder realizar dichas revisiones en el centro escolar será una ventaja para los niños/as y familias que vivan en pueblos cercanos ya que evitará el gasto y tiempo que lleva el acercarse al centro de salud.

Para realizar las revisiones en el centro escolar se mandará a los padres y madres a través de los niños/as un documento donde autoricen la realización de las revisiones *Anexo II*. La enfermera escolar y el pediatra redactarán un informe con todos los resultados obtenidos en la revisión. Este documento se mandará a cada padre y madre. En el caso de que el niño precise atención especializada se concertará una visita con el padre y madre donde se le explicará el problema y los pasos a seguir.

El *Protocolo de Salud Infanto-Juvenil 6-15 años* está compuesto de seis pestañas: psicosocial, antropométricos y cribaje, exploración física, percepción/alimentación/eliminación/actividad, sueño/ cognitivo/relación/adaptación y consejos/ actividades preventivas. En cada una de estas secciones se encuentran diferentes aspectos con los que se realizan una valoración holística al niño/a. A continuación se muestra el contenido de las seis pestañas.

- Psicosocial:

En esta primera página (*tabla 2*) se intenta definir aspectos y psicosociales generales del niño es decir, información de los progenitores, factores de riesgo y datos de interés.

Para comenzar, se recogerán los datos de los progenitores (si no están cumplimentados desde el *protocolo de Salud Infantil 0-5años*). Se rellenarán los siguientes datos: nombre, apellidos del padre o madre, edad, país de origen y los datos de los posibles convivientes y el parentesco con el/la menor. En el caso que los padres sean de otro país de origen se registrará el tiempo de residencia, situación laboral y profesión.

También se recogerán la sospecha de los factores de riesgo o signos de alarma que se puedan encontrar en tres niveles: personales, familiares, culturales y/o económicos. Para ello se encuentra a lado una pestaña donde se recoge una lista con diferentes factores de riesgo. En el caso que se encuentre algún problema se dejará reflejado la casilla “precisa seguimiento”. Si la situación del niño lo precisa se derivará al trabajador social quien junto con la enfermera escolar realizará las actividades pertinentes.

En esta primera página se encuentra otras casillas para satisfacer otras necesidades en cuanto a información y asesoramiento. Los posibles aspectos son los siguientes: información en la etapa evolutiva, estilos educativos, habilidades parenterales, resolución de conflictos, sexualidad, ocio individual y ocio familiar. Si se precisase rellenará la casilla “derivación a actividades grupal”.

Además se encuentra un apartado para rellenar si el niño ha sido adoptado. Fecha de adopción, país de origen, si ha estado institucionalizado y el motivo de que haya sido dado en adopción.

Finalmente se encuentran tres casillas para cumplimentar si se encuentran indicadores de riesgo detectados, el plan de intervención y posibles intervenciones.

Tabla 2: primera pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>						
Paciente		NHC				
Episodio		Profesional				
<b>Psicosocial</b>						
Nombre madre	Edad	País de origen	Tiempo de residencia en Navarra:	Nivel máximo de instrucción:	Situación laboral:	Profesión:
Nombre de padre						
Convivientes	nomb re	parentes co				
Sospecha de factores de riesgo SI /NO			Fortalez as de crianza	Niño	Progenitores	Situación sociofamiliar
Personales Familiares Factores de riesgo Culturales y/o económicos Precisa seguimiento:			Niño en adopción SI / NO	Fecha de adopción País de origen:	Institucionalización SI/ No	Motivo:
INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO  Etapa educativa, estilos educativos, habilidades parenterales, resolución conflicto, sexualidad, ocio individual y ocio familiar			Indicadores de riesgo:			
			Pan de intervención:			
Derivación a actividades de grupo SI / NO (recursos comunidad, consulta sexualidad, otro profesionales			Observaciones:			

- Antropométricos y cribaje

En la segunda pestaña (*tabla 3*) se empezará a valorar los datos antropométricos y se recogerán datos para realizar un cribaje. Se focalizarán en registrar datos antropométricos, aspectos de la agudeza visual y auditiva y búsqueda de factores de riesgo.

En un principio se cumplimentarán los datos antropométricos: peso, talla, índice de masa corporal (IMC), los percentiles respectivos a esos datos, tensión arterial sistólica y diastólica (HTA). En el caso de que estos datos estén alterados existe la opción de clicar la casilla de *cribado y manejo de HTA* donde se encuentran recogidas las indicaciones que se necesitan para tratar estos problemas.

A continuación de rellenar los datos antropométricos se encuentra el apartado de audición y visión. Aquí se cumplimentará la valoración de la visión y audición. Se observará los diferentes lados de ojos (ojo izquierdo y ojo derecho) mediante un examen con la herramienta y oídos (oído izquierdo y oído derecho). Si se encuentra alguna alteración se crearán episodios para tratarlos.

Finalmente se encuentra una sección de factores de riesgo. En el caso de encontrar alguna alteración se rellenará los siguientes ítems: prematuridad, cardiovascular (obesidad), oftálmico, personal/familiar auditivo, alérgico, grupo especial por etnia/país de origen, grupo especial fotoprotección, riesgo de mutilación genital, psicosocial y otros. También se encuentra una casilla de *Observaciones*.



Tabla 3: segunda pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>				
<i>Paciente:</i>		<i>NHC:</i>		
<i>Episodio:</i>		<i>Pofesional:</i>		
<b>Antropometría/cribajes</b>				
	<i>Peso:</i>	<i>Talla:</i>	<i>IMC:</i>	
	<i>Percentil peso:</i>	<i>Percentil Talla:</i>	<i>Percentil IMC:</i>	
	<i>TAS:</i>	<i>TAD:</i>	<i>Cribado y Manejo HTA</i>	
<b>Audición</b>				
Audiometría OD normal	<i>SI / NO</i>	<i>Timpanometría OD</i> <i>normal</i>	<i>OD</i>	<i>SI / NO</i>
Audiometría OI Normal	<i>SI / NO</i>	<i>Timpanometría OI</i> <i>nomal</i>	<i>OI</i>	<i>SI / NO</i>
Observaciones				
<b>Visión</b>				
Optotipo OD normal <i>SI / NO</i>		Lentes correctoras <i>SI / NO</i>		
Optotipo OI normal <i>SI / NO</i>		Derivado a oftalmología <i>SI / NO</i>		
Observaciones:				
<b>Factores de riesgo</b> <i>SI / NO</i>				
Prematuridad, cardiovascular (obesidad), oftálmico, personal/familiar auditivo, alérgico, grupo especial por etnia/país de origen, grupo especial fotoprotección, riesgo mutilación genital, psicosocial, otros.				
Observaciones:				

- Exploración física:

En esta sección (*tabla 4*) se continúa realizando un examen de la exploración física. Concretamente se valoran los siguientes aspectos (alteraciones): impresión genital, fenotipo, piel, acné, adenopatías, ojos, oídos, cavidad orofaríngea, dental, oclusión dental, ortodoncia, cuello, torác, auscultación cardiaca y pulmonar, abdomen, columna, extremidades inferiores (EEII), pies, neuromusculares, genitales masculinos y femeninos.

También se valora el inicio purperal mediante el estadio TANNER<sup>11</sup> (Imagen 9). Al final se cumplimentará los datos acerca de la menarquía.

Figura 3. Escalas de Tanner en niños.



Figura 2. Escalas de Tanner en niñas.

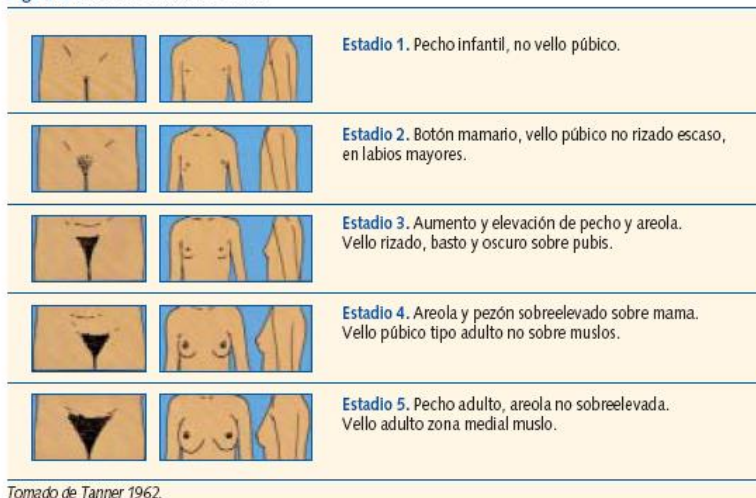


Imagen 6: tabla TANNER.

Tabla 4: tercera pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>			
<i>Paciente:</i>		<i>NHC:</i>	
<i>Episodio:</i>		<i>Pofesional:</i>	
<b>Exploración física</b>			
Exploración física norma Si / NO			
Alteración impresión genital (aspecto, coloración, actitud...)		Alt tórax	
Alt fenotipo		Alt auscultación cardiaca	
Alt. Piel		Alt auscul. Pulmonar	
Acné		Alt adbomen	
Adenopatías		Alt columna	
Alt visión		Alt Extremidades Inferiores	
Alt otoscopia		Alt pies	
Alt cavidad orofaríngea		Alt neuromuscular	
Alt dental		Alt genitales femeninos	
Oclusión dental		Alt genitales masculinos (pene)	
Alt cuello		Alt genitales masculinos (testículos)	
Otros			
Inicio Puberal SI / NO			
Estadio TANNER	Genitales (varones)	Mamas (mujeres)	Vello pubiano (todos)
Menarquía SI/NO	Edad	Dismenorrea SI/ NO	
Observaciones			

- Percepción/alimentación/eliminación/actividad:

En esta página (*tabla 5*) se realiza la valoración más detallada acerca de la higiene, seguridad, alimentación y actividad realizada por el niño/a.

Esta sección comienza recogiendo información sobre qué tipo de revisión se va a realizar al niño/a, la edad del niño/a y con quien acude.

El siguiente punto consiste en valorar la higiene corporal, bucal, si convive con animales, la seguridad vial, si sufre accidentes de repetición, si acude al Programa de Atención Dental Infantil (PADI), los hábitos tóxicos (fumador pasivo, tabaco, alcohol, otras drogas y vacunación correcta).

Además se encuentra un apartado que valora la alimentación. Principalmente tiene como objetivo recoger los siguientes datos: alimentación adecuada (ingesta de todos los grupos de alimentos), desayuno adecuado (se valorará que el desayuno contenga: proteínas, hidratos de carbono, lácteos, cereales y fruta), lugar de las comidas y consumo de azúcares).

También se recoge información sobre el hábito de eliminación del niño/a: hábito intestinal adecuado, hábito de retención vesical y enuresis nocturna.

Finalmente se encuentra el apartado de actividad. Aquí se valora si realiza ejercicio, si tiene actividades escolares y si tiene hábitos que favorecen el sedentarismo como por ejemplo el número de horas que ven la televisión, juegan a video juegos, etc... Para evitar accidentes importantes se recoge si el niño/a sabe nadar o no.

Tabla 5: cuarta pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>		
<i>Paciente:</i>	<i>NHC:</i>	
<i>Episodio:</i>	<i>Profesional:</i>	
<b>Percepción/alimentación/eliminación/actividad</b>		
Tipo de revisión	Edad actual	Acude con
<b>Percepción de salud</b>		
Higiene corporal adecuada SI / NO	Hábitos tóxicos: fumador pasivo: Si/NO	
Higiene boca adecuada SI / NO	Tabaco	Nº cigarrillos
Convivencia con animales SI / NO	Alcohol	
Seguridad vial adecuada SI / NO	Otras drogas SI / NO	
Accidentes repetidos SI / NO		
Acude a PADI SI / NO	Vacunación correcta	
<b>Alimentación</b>		
Alimentación adecuada SI / NO	Lugar de comidas	
Desayuno adecuado SI / NO	Consumo excesivo de azúcares refinados SI /NO (chucherías, bollería...)	
<b>Eliminación</b>		
Hábito intestinal adecuado SI/ NO	Hábito retención vesical SI / NO	
Enuresis nocturna SI / NO		
<b>Acitividad</b>		
Ejercicio reglado: nº h/sem.	Tipo ejercicio	
Actividades extraescolares: nºh/sem.	Tipo de actividad	
Pantalla nº h/ sem. (TV, videojuegos, ordenador)	¿Sabe nadar? SI / NO	
Observaciones		

- Sueño/ cognitivo/ relación/ adaptación:

El objetivo de esta sección (*tabla 6*) es recopilar información sobre el hábito del sueño, la adaptación a los cambios físicos del niño/a, sobre aspectos/problemas escolares y cuestiones acerca de las relaciones.

Respecto al área del sueño se valora el hábito de sueño: si es regular, si es suficiente, si tiene en la habitación televisión, ordenador... Para terminar de valorar esta sección se concreta si el niño/a sufre alguna alteración relacionado con el sueño.

En esta franja de edad es característico por los cambios corporales que sufre el niño/a. Por ese motivo es importante tener en cuenta la aceptación que el niño/a tiene a esos cambios. También es de gran importancia evaluar como son las relaciones con la familia, amigos, profesores...

Asimismo, se valora el aspecto cognitivo preceptivo en el que se encuentra es decir, el curso escolar, el centro, rendimiento escolar, si necesita apoyo dentro y/o fuera del colegio, si ha repetido algún curso y si necesita una educación especial (adaptación del curricular). En el caso que el niño/a presente alguna dificultad será derivado al orientador del centro escolar de Aoiz.

Finalmente se observa el área psicosocial-cognitiva. Si existe algún problema o incluso realizar un diagnóstico. Por ejemplo TDAH.

Tabla 6: quinta pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>	
Paciente:	NHC:
Episodio:	Profesional:
<b>Sueño/cognitivo/relación/adaptación</b>	
<b>Sueño</b>	
Hábito de sueño adecuado SI / NO	Tiene TV/video/PC en habitación SI / NO
Horario de sueño regulado y suficiente SI /NO	Alteraciones de sueño
<b>Adaptación/ Autopercepción</b>	
Aceptación cambios físicos SI / NO	Aceptación cambios psíquicos SI / NO
<b>Cognitivo - perceptivo</b>	
Centro escolar	curso
Adaptación escolar	¿Precisa apoyo escolar? SI / NO
Rendimiento escolar	¿Precisa apoyo extraescolar? SI / NO
¿Ha repetido algún curso? SI/NO	Necesidades educativas escolares SI/ NO
<b>Relaciones</b>	
Relaciones con la familia	Número total de hermanos: orden:
Relaciones con los compañeros	Relaciones afectivo sexual
<b>Área psicológica-cognitiva</b>	
Área	Cuestionario sospecha TDAH
Atención y/o hiperactividad	Lenguaje
Conducta	Emocional estado de ánimo
Aprendizaje	otros
Observaciones	

- Consejos/actividades preventivas:

En esta última página (*tabla 7*) se encuentran las actividades y consejos preventivos. Se realiza un abordaje en los siguientes temas: vacunación, alimentación, accidentes, tiempo libre, higiene, convivencia con animales, exposición solar, hábitos posturales, bucodental, hábitos tóxicos y sexualidad.

Estos aspectos se reforzarán con las actividades que se realicen en las diferentes sesiones que se realicen dentro y fuera del colegio.

La aplicación y realización del *Protocolo de Salud Infanto-Juvenil 6-15 años* es muy importante ya que nos dará pistas sobre cuáles son los aspectos que necesita mejorar cada niño/a y a su vez la población infanto-juvenil de Aoiz en general. Es decir, una vez aplicado este protocolo y haber analizado los resultados obtenidos podremos diseñar actividades para cubrir las necesidades que se precisen.



Tabla 7: sexta pestaña del protocolo Salud Infanto-Juvenil 6-15 años. Original Anexo III.

<b>PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 AÑOS</b>		
<i>Paciente:</i>	<i>NHC:</i>	
<i>Episodio:</i>	<i>Profesional:</i>	
<b>Consejos/ actividades preventivas</b>		
Realización de vacunación SI / NO	Motivo	
Mantoux	Resultado	
Alimentación (lácteos, variedad, horarios...)	Higiene (corporal, ambiental, sueño, tabaquismo pasivo)	Bucodental (cepillo, fluor, PADI, control azúcares y golosinas)
Accidentes (coche/moto/bici, ahogamiento, quemaduras, caídas/heridas, intoxicaciones étlicas)	Convivencia animales Exposición solar Hábitos posturales	Hábitos tóxicos (tabaco, alcohol y drogas)
Tiempo libre (extraescolares, pantalla, ejercicio deporte)	Promoción del buen trato (estudios educativos en familia, parentalidad positiva)	Sexualidad (prev. ETS y embarazo, prev. Abuso sexual)
Observaciones		

### 3.6 Control del entorno escolar

La inspección del entorno escolar ayuda a ver las posibles deficiencias higiénico-sanitarias y de seguridad que tiene el centro. Además, muestra los problemas y necesidades que tiene el centro y su entorno.

El profesional más adecuado para realizar esta supervisión *Tabla 8* es la enfermera escolar ya que, es una de las que mejor conoce las necesidades que debe tener el centro. Por lo tanto, todos los junio y septiembre de cada curso escolar se realizará esta inspección del entorno escolar para solucionar y/o mejorar el estado del centro escolar. El objetivo es promover la seguridad del centro. Se redactará un informe con los problemas a solucionar y se enviará al Director del Área de Servicios sanitarios y al coordinador de los Servicios Municipales de Aoiz.

Se valorará las diferentes estructuras del centro como por ejemplo: el propio edificio, polideportivo, campo de fútbol, columpios, zona de recreo, etc.

#### a) Seguridad del centro

Para evaluar la seguridad que el centro dispone se tendrá en cuenta la existencia de extintores, el buen funcionamiento de alarmas, la existencia adecuada de salida de emergencia y que esté bien indicado. Además, a lo largo del curso se realizará un simulacro para la evacuación ante un posible incendio. La enfermera escolar instruirá a los docentes para que éstos expliquen a sus alumnos/as la forma de realizar el simulacro. También se tendrá en cuenta que las vallas que rodean al centro estén en buen estado. Asimismo se evaluará el estado de los columpios y zona de recreo.

#### b) Aseos, duchas y vestuarios

Se evaluarán las condiciones en las que se encuentran los aseos, duchas y vestuarios en cuanto a la higiene y su estado general.

#### c) Limpieza

Se evaluará el estado de las aulas y resto de instalaciones. Se colocarán diferentes contenedores de basura por todo el centro para favorecer y fomentar el reciclaje.

d) Estado de conservación del centro

Se evaluará el estado de conservación del centro ya que dispone de zonas antiguas. Además se verificará el correcto funcionamiento de la calefacción y de una adecuada iluminación.

Tabla 8: control del entorno escolar.

Actividad		Fecha
<b>Seguridad del centro</b>	Extintores	Revisión
	Salida emergencia	Revisión
	Simulacro	Realización
	Columpios y recreo	Revisión
<b>Aseo, duchas y vestuario</b>	Higiene	
	Estado general	
<b>Limpieza aulas</b>		
<b>Estado general del centro</b>		

### 3.7 Botiquín del centro

En el centro existirá un botiquín con material de primeros auxilios. El material lo dará el Centro de Salud de Aoiz. La responsable será la enfermera escolar. Se ubicará en la sala donde la enfermera realice las diferentes actividades. El conserje tendrá una copia de la llave para utilizar en el caso que la enfermera escolar no se encuentre en el colegio y se necesite. Habrá un documento *Tabla 9* donde se recoja todos los accidentes que hayan sufrido los estudiantes y hayan precisado recibir atención y/o recursos materiales.

A lo largo del curso la enfermera escolar atenderá los accidentes que sufran los niños/as en el colegio. Además, también atenderá los procesos agudos que se den en el horario escolar.

*Tabla 9: documento de accidentes de los estudiantes.*

Fecha	Tipo de atención	Varon	Mujer	Edad	Nº de casos

### 3.8 Comedor escolar

La enfermera escolar llevará el control del comedor escolar *Tabla 10*. Su objetivo general será promover una adecuada alimentación en el colegio en dos niveles. Por un lado se tendrá en cuenta el aspecto nutricional del menú y por el otro lado el aspecto higiénico-sanitario. Es decir, los estudiantes recibirán una alimentación rica y equilibrada además de una educación sanitaria encaminada a obtener hábitos higiénicos saludables.

Como objetivos secundarios se plantearán: conseguir un aporte energético y equilibrado, mantener hábitos higiénicos adecuados y evitar problemas como infecciones alimentarias.

En el colegio de Aoiz los menús son servidos por la casa industrial *Jangarria*. Además, esta empresa es la encargada de contratar al personal responsable de servir y cuidar a los estudiantes en el comedor. Asimismo, el colegio dispone de una cocina y un cocinero donde pondrá a punto el menú.

La enfermera escolar será la responsable de verificar que las instalaciones del comedor escolar (cocina y comedor) sean adecuadas en cuanto a la higiene y funcionamientos de equipos. Además, cada dos meses se realizarán análisis de los menús para conocer las características organolépticas y los componentes nutricionales (hidratos de carbono, grasas, proteínas, nº total de calorías) del menú.

También se insistirá en el lavado de manos previo a comenzar a comer, uso de servilleta y cubiertos. Una vez finalizado se realizará un correcto cepillado dental. Finalmente, el personal responsable de servir y cuidar a los estudiantes mientras comen tendrá que presentar el carnet de manipulador de alimentos.

Se valorará un menú al mes de forma aleatoria durante todo el curso lectivo. Se tendrá en cuenta el peso total, grasas totales, grasas saturadas, hidratos de carbono, y proteínas. Un ejemplo: fruta 4-7 días/semana, verdura 1-4 días/semana, ensalada 1-2

días/semana, pescado 1-2 días/semana y carne 2-3días/semana, legumbres 1 día/semana. Además del estado de los alimentos.

Los padres recibirán el menú para que puedan complementar adecuadamente la alimentación de sus hijos/as.

Tabla 10: control del comedor escolar.

<b>Actividades a realizar</b>	
<b>Higiene adecuado comedor</b>	Sala y cocina
<b>Inspección de funcionamiento de equipos</b>	
<b>Evaluación del menú*</b>	
<b>Análisis del menú</b>	
<b>Promoción medidas higiénicas</b>	Lavado de manos
	Cepillado dental
<b>Personal responsable (carnet)</b>	

\*Se valorará el % de los nutrientes (hidratos de carbono, grasas, proteínas, nº total de calorías)

### 3.9 Sesiones

- ACTIVIDAD Y EJERCICIO

El ritmo de nuestra vida ha llevado a que tengamos un entorno más sedentario<sup>9</sup>. El resultado de ese sedentarismo nos lleva a tener enfermedades crónicas en la edad adulta<sup>9</sup>: obesidad, diabetes, hipertensión arterial entre otras. Por este motivo es importante aprovechar la infancia para implementar buenas conductas de actividad física. En ésta etapa es más fácil fijar las conductas adecuadas ya que, el desarrollo cerebral y psicomotor en los primeros años de vida es mayor<sup>12</sup>. La actividad física en la infancia debe ser aplicada a través del juego y actividades recreativas para poder obtener beneficios a largo plazo. Además, deben ser divertidas, fáciles de realizar, llamativas y que favorezcan la integración social<sup>9</sup>.

Para tratar este apartado se realizarán cinco sesiones *Tabla 11* en el colegio en un periodo de un mes. Participarán la enfermera escolar, profesor educación física, entrenador del polideportivo y tutor responsable. El objetivo principal será enseñar rutinas y ejercicios adecuados a los estudiantes. Así estos podrán adquirir herramientas y rutinas donde las podrán aplicar en su día a día a corto, medio y largo plazo. Además, se concretarán sesiones dirigidas por el propio entrenador del polideportivo para complementar y obtener más información de la mano de otro profesional.

#### 1º Sesión

La enfermera escolar, tutor, profesor de educación física y entrenador del polideportivo se reunirán al comienzo de curso donde fijarán los objetivos. Los objetivos serán los siguientes:

- Adquirir conocimiento de unos hábitos saludables en el deporte.
- Tratar cuatro componentes importantes de la actividad física.
- Dar a conocer los recursos del pueblo para poder desarrollar actividad física: gimnasio del polideportivo.

#### 2º Sesión

El profesor de educación física trabajará con los estudiantes los objetivos que se concretaron en la *sesión 1*. Se utilizarán diferentes juegos y actividades fáciles donde se trabaje la resistencia, flexibilidad, fuerza física y velocidad. Se utilizarán dos clases de educación física.

### 3º Sesión

El profesor de educación física junto con al entrenador del polideportivo presentará una forma adecuada de utilizar el gimnasio y piscina (un recurso que dispone el pueblo de Aoiz para poder realizar actividad física). Les explicará una tabla de ejercicios *Anexo IV* de ejercicios básicos y sencillos. Esta sesión lo realizarán los estudiantes de cursos superiores. Se utilizará una clase de educación física.

El colegio, el Ayuntamiento de Aoiz y la enfermera escolar llegarán a un acuerdo para favorecer que los estudiantes del colegio dispongan de una facilidad económica para que puedan aprovechar las instalaciones del polideportivo con el objetivo de promover la realización de la actividad física en los niños/as de Aoiz. Se realizarán descuentos y /o si la enfermera escolar junto con el pediatra ven necesario que un estudiante realice ejercicio por un problema de salud la entrada será gratuita.

### 4º Sesión

Los estudiantes elaborarán un trabajo donde se resuman todos los conocimientos recibidos a lo largo del programa (cada curso ajustado a su capacidad). Al finalizar las diferentes sesiones se entregará al profesor de educación física quien lo tendrá en cuenta a la hora de evaluar al alumno/a.

### 5º Sesión

Se reunirán la enfermera, tutor, profesor de educación física, entrenador del polideportivo para realizar una valoración de los resultados obtenidos. Se tendrá en cuenta la participación de los estudiantes y el resultado del trabajo escrito. Además se tendrán en cuenta las propuestas de mejora de los propios estudiantes, profesorado y profesionales a través de un cuestionario de satisfacción *Anexo V*.



Tabla 11: cronograma de actividad y ejercicio.

Sesión	Profesional				Cuándo	Actividades
	Enfermera escolar	Tutor	Profesor educación física	Entrenador		
1	X	X	X	X	Comienzo de curso	Concretar la duración y objetivos
2			X		Dos sesiones en noviembre	Explicación de diferentes actividades previamente definidas en 1 sesión.
3			X	X	Una sesión en noviembre	Introducción a un gimnasio real.
4			X		Hasta final de trimestre	Evaluación a través de un trabajo. Asignatura educación física
5	X	X	X	X	Enero	Valorar los resultados. Propuesta de mejoras.

- NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

Es importante que los niños desde una edad temprana vayan adquiriendo hábitos alimentarios saludables ya que, previenen muchas enfermedades. El colegio puede ser un lugar adecuado donde impartir ese conocimiento<sup>13</sup>.

En esta sección se proponen diferentes actividades para promover hábitos saludables de alimentación a los estudiantes. Se divide diferentes sesiones *Tabla 12*.

### 1º Sesión

Al principio de curso la enfermera junto al equipo médico del centro de salud, tutor, cocinero del centro y cocineros asociados se reunirán para poder definir los objetivos.

Se definirá el diseño del menú del comedor. El colegio de Aoiz dispone de una concina y equipo de cocineros. Por lo tanto, es muy fácil e importante realizar un menú adecuado. El menú se dividirá en tres platos<sup>13</sup> por ejemplo como primeros platos se pueden elaborar verduras, pasta, legumbre y arroz. Como segundo plato: pescado, carnes magras, huevos con patatas, ensaladas o guarnición de verduras y como postres frutas y más ocasionalmente leche o derivados lácteos. Como bebida de primera elección será el agua y el pan el acompañamiento.

### 2º Sesión

En la primera reunión de tutoría grupal el tutor/a explicará y propondrá la posibilidad de que cada niño/a lleve entre dos o tres días una pieza de fruta en el almuerzo. Entre los padres y madres se concretará que días de la semana tengan que llevar la pieza de fruta para así involucren a todos los niños/as por igual.

También se explicará en la primera reunión la posibilidad de solicitar subvenciones para que en los colegios soliciten la distribución de frutas y verduras a los niños/as. El pasado 23 de enero el Departamento de Desarrollo Rural y Medio Ambiente del Gobierno de Navarra publicó en el Boletín Oficial esta iniciativa *Anexo VI*. También ha participado el Departamento de Salud y Educación.

### 3º Sesión

Se crearán sesiones para el empoderamiento de los estudiantes donde se les educará en los buenos hábitos alimenticios. Para ello se utilizará la pirámide alimentaria<sup>14</sup> (*Imagen 7*). Además se invitarán a cocineros de los diferentes restaurantes del pueblo de Aoiz para que ellos puedan presentar los diferentes grupos de alimentos<sup>15</sup>: leche y derivados, proteínas (carne, pescado, legumbre y huevo), cereales y verduras frutas, frutos secos y hortalizas.

#### 4º Sesión

Los estudiantes de cursos superiores tendrán la opción de realizar un taller donde puedan cocinar diferentes platos de comida saludable e ir cogiendo hábitos adecuados en su elaboración.

#### 5º Sesión

Se reunirán la enfermera, tutor, equipo médico, cocinero, directiva del centro para realizar una evaluación de los resultados obtenidos. Se tendrá en cuenta la participación de los estudiantes. Además se tendrán en cuenta las propuestas de mejora de los propios estudiantes, profesorado y profesionales a través de la cumplimentación de la encuesta de satisfacción *Anexo V*.



*Imagen7: Pirámide alimentaria infantil. Sociedad Española de Nutrición Comunitaria*

Tabla 12: cronograma nutrición y alimentación.

Sesión	Profesional						Cuándo	Actividades
	Equipo médico	Directiva centro	Enfermera	Tutor	Cocinero centro	Cocineros asociados		
1	X	X	X	X	X	X	Comienzo curso	Se reunirán para definir duración objetivos y metodología
2			X	X			octubre	Explicación de importancia de buenos hábitos saludables
3			X	X		X	octubre	Introducción de alimentos
4					X		octubre	Técnicas (práctica)
5	X	X	X	X	X	X	Enero	Valorar resultados. Propuesta de mejoras.

- PRIMEROS AUXILIOS

Es importante que el equipo docente y los niños/as adquieran un manejo adecuado de primeros auxilios para poder estar preparados para actuar ante cualquier imprevisto dentro y fuera del colegio. Se presentan varias sesiones *Tabla 13* donde se trabajarán diferentes actuaciones ante diferentes situaciones: reanimación cardiopulmonar básica, actuación ante una situación de urgencia, higiene postural y realización de un botiquín.

### 1º Sesión

Participarán la enfermera escolar, tutor y grupos asociados (responsable de bomberos, equipo médico del centro de salud, responsable de la ambulancia). Se reunirán al principio de curso donde establecerán los objetivos concretos:

- Introducción a la RCP básica
- Simulación de una situación de urgencia donde participen el servicio de bomberos de Aoiz, ambulancia y equipo médico.
- Explicación de la higiene postural y botiquín.

### 2º Sesión

Es muy importante que desde la infancia se adquiera formación para realizar RCP básica ya que un 70% de los paros cardiacos surgen fuera del hospital<sup>16</sup>. Por ello, es necesario realizar una sesión donde el estudiante pueda formarse<sup>17</sup>.

La enfermera escolar en una sesión que dure dos horas explicará la RCP básica y realizará una práctica de lo previamente explicado con maniquís. Utilizará como base la guía de actuación de la Asociación Americana del Corazón (*American Heart Association*) y la guía de actuación de la Cruz Roja *Anexo VII*. Se realizará el mismo taller en horario no lectivo donde podrán asistir niños/as que no estén matriculados en el colegio y todas las familias.

### 3º Sesión

Se realizara una simulación de una situación de urgencia máxima. Participarán el equipo de bomberos, equipo médico del centro de salud, ambulancia, equipo docente y

estudiantes. Con esta práctica se intentara enseñar a los alumnos/as los diferentes recursos que existen, la forma de trabajar y poder vivir una experiencia de forma de entrenamiento para posibles futuras situaciones.

#### 4º Sesión

Se realizará una sesión donde se pueda explicar los principales fundamentos de una correcta higiene postural. Además, se presentarán los materiales básicos para elaborar un botiquín sencillo. Esta sesión se realizará fuera del horario escolar dirigido a padres y madres.

#### 5º Sesión

Se realizará una sesión con todos los grupos participantes para evaluar los resultados obtenidos y proponer aspectos de mejora. Al finalizar las diferentes sesiones se repartirá a los participantes una encuesta de satisfacción que la deberán de cumplimentar *Anexo V*.

Tabla 13: cronograma primeros auxilios.

Sesión	Profesional					Cuándo	Actividades
	Enfermera	tutor	Equipo médico	ambulancia	Bomberos		
1	X	X	X	X	X	Comienzo de curso	Establecer objetivos y metodología
2	X					Marzo	RCP
3	X	X	X	X	X	Marzo	Simulación
4	X	X				Marzo	Higiene postural y botiquín
5	X	X	X	X	X	Marzo	Evaluación de resultados · Propuesta de mejoras.

- VACUNACIÓN

La vacunación es una herramienta clave que existe en la sociedad para prevenir y controlar diferentes enfermedades infecciosas.

Por ese motivo se llevará a cabo el Calendario de Vacunación Infantil del Gobierno de Navarra<sup>9</sup> (*Imagen 8*) en la población infanto-juvenil de Aoiz (niños/as matriculados en el colegio como los que no estén). La enfermera escolar además de administrar las vacunas en el centro de salud acudirá al colegio para poder aumentar la cobertura. Esto se hará posible porque los niños se encontrarán en clase.

Se redactará un documento *Anexo VIII* para los padres, madres y tutores de los niños/as lo firmen y puedan acceder dando su autorización para la administración de esta herramienta de prevención. El documento se les dará a los niños una semana antes de administrar la vacuna. El padre, madre y tutor tendrá que llevarlo en mano y firmado a la enfermera escolar días antes de la administración de las vacunas. Además, tendrán que llevar la cartilla de vacunación. La enfermera escolar controlará que cada niño tenga todas las vacunas (que haya autorizado cada padre/madre) administradas.

Para la administración de la vacuna se utilizarán el horario de las asignaturas que el equipo directivo del centro autorice sin que influyan en las clases importantes.

En esta actividad tomarán parte la enfermera escolar, enfermera del centro de salud y tutora de cada clase. La enfermera escolar administrará las vacunas a los estudiantes, la enfermera del centro de salud rellenará la libreta de vacunas de cada estudiante y la tutora cuidará del resto de los estudiantes en el momento de la vacunación. Para finalizar la enfermera escolar y la enfermera del centro de salud registrarán en cada historia clínica (programa Atenea) la administración de cada vacuna.



CALENDARIO DE VACUNACIÓN INFANTIL DE NAVARRA 2019									
VACUNAS	EDAD								
	2 MESES	4 MESES	11 MESES	12 MESES	15 MESES	3 AÑOS	6 AÑOS	11-12 AÑOS	14 AÑOS
Poliomielitis	VPI	VPI	VPI				VPI <sup>5</sup>		
Difteria-Tétanos-Pertussis	DTPa	DTPa	DTPa				DTPa <sup>5</sup> /dTpa <sup>6</sup>		Td <sup>9</sup>
Haemophilus influenzae b	Hib	Hib	Hib						
Hepatitis B	HB <sup>1</sup>	HB	HB						
Enfermedad Meningocócica		McC <sup>3</sup>		McC				McACWY <sup>7</sup>	
Neumocócica conjugada 13v	NC13v <sup>2</sup>	NC13v	NC13v						
Sarampión-Rubéola-Parotiditis				TV <sup>4</sup>		TV			
Varicela					V	V			
Virus del Papiloma Humano								VPH <sup>8</sup>	

1. En recién nacidos de madre portadora: 1ª dosis de vacuna e inmunoglobulina al nacer, 2ª dosis de vacuna a los 2 meses, 3ª a los 4 meses y una 4ª dosis a los 11 meses de edad.
2. Para niños nacidos a partir del 1 de enero de 2016.
3. Según la vacuna utilizada puede ser necesaria la primovacuna con dos dosis (2 y 4 meses de edad). La vacuna adjudicada actualmente en Navarra solo precisa la primovacuna con una dosis a los 4 meses.
4. En situación de especial riesgo se puede adelantar a los 9 meses de edad. Si la primera dosis se aplica antes de los 12 meses, es necesario repetirla a los 12 meses con una separación mínima de cuatro semanas.
5. Se administrará a nacidos con posterioridad al 1 de enero de 2016.
6. Se administrará a nacidos con anterioridad al 1 de enero de 2016.
7. Todos los nacidos durante el año 2008 recibirán una dosis antimeningocócica ACWY en el curso escolar 2019-2020. Se incluye el rescate de los nacidos entre 2002 y 2007 durante los años 2020 y 2021.
8. Solamente a niñas.
9. Td: Vacuna Tétanos-difteria tipo adulto. Una vez completado el calendario de vacunaciones (5 o 6 dosis) o para adultos que hayan recibido cinco o más dosis, es suficiente la administración de una única dosis de recuerdo en torno a los 65 años.

Imagen 8: Calendario de Vacunación Infantil de Navarra 2019.

- SESIONES DE CONOCIMIENTOS Y HÁBITOS EN SALUD

Crear hábitos saludables en los niños/as es de vital importancia ya que, un mal hábito puede crear enfermedades en la edad adulta<sup>18</sup>. Por eso, es necesario que desde la infancia cada niño/a vaya adquiriendo una responsabilidad sobre su salud. Por ello, es importante que conozcan las diferentes enfermedades más comunes que existen. Para conseguir ese empoderamiento en los estudiantes se realizarán varias sesiones *Tabla 14*.

### 1º Sesión

La enfermera escolar, tutor/a y grupos asociados se reunirán a principio de curso para formalizar los objetivos y metodología.

- Adquirir conocimiento de diferentes enfermedades comunes.
- Visitar la residencia de ancianos.
- Tratar el tema de hábitos tóxicos.
- Educar en correctos hábitos sexuales.

### 2º Sesión

La enfermera escolar preparará diferentes sesiones con la tutora donde se presenten diferentes enfermedades como por ejemplo: diabetes, asma, convulsiones y anafilaxias. Además se darán unas nociones básicas del manejo de alguna enfermedad común por ejemplo la diabetes y/o el manejo de inhaladores en la enfermedad del asma. También se explicará la importancia y la forma adecuada de realizar una higiene bucal.

### 3º Sesión

Para que los estudiantes tomen mayor consciencia de las diferentes enfermedades se realizarán visitas a la residencia de ancianos de Aoiz. Ahí podrán escuchar por los propios residentes las vivencias que tengan con las enfermedades previamente vistas en clase. Por ejemplo el asma relacionado con el tabaquismo, los malos hábitos alimenticios relacionado con la obesidad /sobrepeso y diabetes incluso podrán ver casos de demencia.

#### 4º Sesión

Por otro lado se tratará el tema de hábitos tóxicos. Especialmente el consumo de alcohol y tabaco además de otro tipo de drogas.

#### 5º Sesión

También se invitará a la enfermera del Centro de Atención a la Mujer que corresponda a Aoiz para que les explique y presente los hábitos sexuales correctos. Además de las posibles enfermedades de transmisión sexual que existen. Se presentarán diferentes fotografías donde puedan ver los signos y síntomas de dichas enfermedades.

#### 6º Sesión

La enfermera escolar se reunirá con el tutor/a y profesionales que hayan participado en cada sesión para poder evaluar las diferentes sesiones además de proponer mejoras. Al finalizar cada sesión se repartirá una encuesta de satisfacción a todos los participantes  
*Anexo V.*

Tabla 14: cronograma sesiones de conocimientos y hábitos en salud.

Sesiones	Profesional				Cuándo	Actividades
	Enfermera	Tutor	Residencia	CAM		
1	X	X	X	X	Comienzo de curso	Establecer objetivos y metodología
2	X	X			Abril	Introducción de enfermedades
3	X	X	X		Abril	Visita a residencia
4	X	X			Abril	Introducción de los hábitos tóxicos
5	X	X		X	Abril	Introducción de hábitos sexuales adecuados.
6	X	X	X	X	Junio	Evaluación de resultados. Propuesta de mejoras.

### **3.10 Valores**

La enfermera escolar organizará una salida para enseñar a los niños/as los recursos y servicios que dispone el pueblo de Aoiz. Se presentarán y enseñarán los establecimientos del pueblo de Aoiz.

Se realizará un recorrido por todo el pueblo. El punto de partida será el colegio de ahí irán a visitar el centro de salud, gasolinera, residencia de ancianos, servicios (supermercado, farmacias, diferentes bancos,) bares y restaurantes, juzgado, ayuntamiento, registro, correos, frontón, bomberos, biblioteca y polideportivo. Se presenta el recorrido a llevar a cabo (*Imagen 9*).

Esta actividad la realizará la enfermera escolar junto con el/la tutor/a de los estudiantes.



**Servicios de Aoiz**

- ◆ Colegio San Miguel
- ◆ Gasolinera
- ◆ Centro de Salud
- ◆ Servicios
- ◆ Juzgado
- ◆ Ayuntamiento
- ◆ Frontón (Toki-eder)
- ◆ Bomberos
- ◆ Casa de cultura
- ◆ Polideportivo

Imagen 9: recorrido para presentar los diferentes servicios de Aoiz

## 4. Recursos materiales y humanos

---

Para la elaboración de este proyecto son necesarios recursos humanos y materiales.

Respecto a los recursos humanos todo lo liderará la enfermera escolar. Por eso es necesario crear un puesto en el Centro de Salud. También tendrán que participar en las sesiones todos los grupos asociados que se han nombrado previamente (equipo docente, equipo médico del centro de salud, entrenador del polideportivo, unidad de bomberos, equipo médico del centro de salud, cocineros de los diferentes restaurantes, la residencia de ancianos y el profesional del centro de atención a la mujer).

En cuanto a los recursos materiales se necesitara una consulta de enfermería equipada donde pueda trabajar la enfermera escolar: mesa, ordenador, camilla, botiquín, báscula y material específico.

En cuanto al presupuesto solo se necesitará crear el puesto de enfermera escolar. El resto de actividades serán incluidas en las competencias de cada grupo. Esto lo exigirá el propio Ayuntamiento de Aoiz a través de una negociación previa con todos los grupos que participen en el programa.

## 5. Información y divulgación

Una vez que el proyecto se apruebe antes del comienzo de curso se informará a través de la web del colegio la incorporación de la figura de enfermera escolar en el colegio. Se creará un apartado en la propia web donde aparezcan los puntos a trabajar así como el organigrama (*Imagen 10*). Así los padres, madres y cualquier persona interesada podrán consultar los objetivos y actividades que desempeñe la enfermera escolar de Aoiz.



Imagen 10: página principal de la web del Colegio Público San Miguel de Aoiz

Además, se colocarán carteles informativos en las zonas públicas de Aoiz como por ejemplo: en el colegio, polideportivo, Centro de Salud, Biblioteca, etc. Todo con el objetivo de que la población de Aoiz tenga conocimiento de este programa.

Asimismo, el Ayuntamiento de Aoiz creará un foro donde todo el mundo tenga acceso. El objetivo de esta plataforma será dar conocimiento de las actividades que se vayan a realizar y también dar la opción de que los propios habitantes de Aoiz propongan futuras actividades y temas a tratar.



## 6. Evaluación del proceso y de los resultados obtenidos

---

Transcurrido un curso de la implantación del programa se realizará una reflexión, un *feedback*. Se mantendrán las partes positivas del proyecto y con propuestas por parte de los profesionales del centro escolar, grupos asociados, estudiantes, padres y madres se mejorarán las partes negativas. Al terminar cada sesión se repartirá un cuestionario de satisfacción *Anexo IV* donde los participantes (equipo docente, estudiantes, padres y madres) podrán evaluar la actividad realizada.

Se aplicarán los siguientes indicadores para poder realizar una evaluación del plan (a corto plazo):

- Número de niños/as que tengan realizado el protocolo de salud infanto-juvenil 6-15 años.
- Número de personas que han participado en todas las sesiones propuestas.
- Número de alumnos que tienen todas las vacunas del calendario de vacunación de Navarra administradas y que tengan un correcto registro (cartilla vacunal correctamente cumplimentada).
- Número de estudiantes que aun participando en el programa sufren sobrepeso y obesidad.
- Número de accidentes atendidos en el colegio.
- Número de estudiantes que sufren enfermedades como: diabetes tipo I, asma, epilepsias y sobrepeso.
- Número de personas que habiendo participado en el programa sufre alguna enfermedad relacionada con el conocimiento de prevención recibida en la infancia: diabetes, obesidad, hábitos tóxicos...

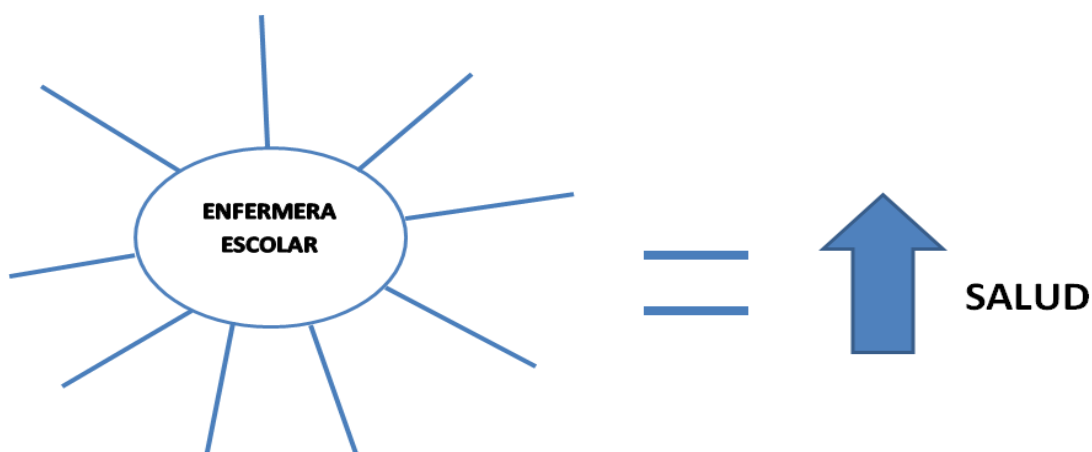
## COMENTARIO FINAL

En los colegios públicos, privados y concertados debería existir la figura de la enfermera escolar. Para ello se ha diseñado un proyecto concreto que incluye la participación de unos recursos humanos y materiales concretos. Se ha diseñado un programa de salud que incluye la inclusión de la figura de la enfermera escolar en una zona rural.

Por una parte se ha explicado el protocolo de salud infanto-juvenil 6-15 años que existe en Navarra. Por otro lado, se abordado el aspecto del entorno del centro de salud. Además, se han propuesto actividades para padres, madres y estudiantes del propio centro para realizar fuera y dentro del horario escolar con el objetivo de poder abarcar el mayor número de habitantes de Aoiz.

La enfermera escolar coordinará todos los recursos humanos y materiales que dispone el pueblo de Aoiz para utilizarlos en el centro escolar. Será la figura clave que coordine todas las disciplinas y profesionales.

Todo esto se realizará con un objetivo concreto (*Imagen 11*): mejorar la calidad de salud a través de la prevención y promoción de la salud de los estudiantes y al mismo tiempo a toda la población de Aoiz.



*Imagen 11: objetivo final de enfermera escolar*

## 7. Bibliografía

---

1-González García N., López Langa N. Antecedentes históricos y perfil de la enfermera escolar. *Metas de Enferm sep 2012* [consultado el 9 de octubre de 2019]; 15(7): 50-54. Disponible en: <http://www.amece.es/images/1.antecedentes.pdf>.

2-Memorias programas de salud escolar 1992-1993-1994-1995. Ayuntamiento de Pamplona. Archivo Municipal. Consultado 20 de enero de 2020.

3- Colegio Oficial de Enfermería en Navarra. El Colegio presenta a los departamentos de Educación y Salud un proyecto para implantar la enfermera escolar en Navarra. 17 de junio 2016 [consultado el 9 de octubre de 2019]. Disponible en: <https://www.enfermerianavarra.com/actualidad/colegio-presenta-a-departamentos-educacion-y-salud-un-proyecto-para-implantar-enfermera-escolar-en-navarra>.

4- Gobierno de Navarra. El Gobierno de Navarra y el Colegio de Enfermería promueven un programa de Enfermería Escolar en Mendillorri y la Sakana centrado en la prevención y promoción hábitos saludables. 19 de septiembre del 2017[consultado el 9 de octubre de 2019]. Disponible: [https://www.navarra.es/home\\_es/Actualidad/Sala+de+prensa/Noticias/2017/09/19/P+programa+enfermeria+escolar+Mendillorri+y+Sakana.htm](https://www.navarra.es/home_es/Actualidad/Sala+de+prensa/Noticias/2017/09/19/P+programa+enfermeria+escolar+Mendillorri+y+Sakana.htm).

5- Gobierno de Navarra. Departamento de Salud. Plan de Salud de Navarra 2014-2020. Consultado el: 4 de octubre de 2019. Disponible en: <https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/9D1A9CA4-9BA0-4EB8-81F4-338C5C1BDD62/342877/Plansalud20142020conDL.pdf>.

6- Gobierno de Navarra. Departamento de Derechos Sociales. II Plan Integral de apoyo a la familia, la infancia y adolescencia en la Comunidad de Navarra 2017-2023. Consultado el 8 de octubre de 2019. Disponible en: [https://gobiernoabierto.navarra.es/sites/default/files/ii\\_plan\\_familia\\_e\\_infancia-19-07-2017.pdf](https://gobiernoabierto.navarra.es/sites/default/files/ii_plan_familia_e_infancia-19-07-2017.pdf)

7- Gobierno de Navarra. Departamento de Salud. Situación de salud por Área Geográfica. 2017. Consultado el 15 de noviembre de 2019. Disponible en: [https://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Observatorio+de+S+alud+Comunitaria+de+Navarra/Situacion+de+salud/#header1](https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Observatorio+de+S+alud+Comunitaria+de+Navarra/Situacion+de+salud/#header1).

8- Colegio San Miguel de Aoiz. Consultado el 22 de octubre de 2019. Disponible en : <http://ipiesoagoitz.educacion.navarra.es/web/>

9- Gobierno de Navarra. Departamento de Salud. Programa de vacunaciones 2019. Consultado el 5 de diciembre de 2019. Disponible en: [https://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Me+cuido/Etapas+de+la+vida/Infancia+adolescencia+y+juventud/Vacunacion/Vacunaciones.htm](https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Me+cuido/Etapas+de+la+vida/Infancia+adolescencia+y+juventud/Vacunacion/Vacunaciones.htm)

10-Álvarez Suarez J.L., del Castillo Arévalo F., Fernández Fidalgo D., Muñoz Meléndez M. Manual de Valoración de Patrones Funcionales. Atención Primaria Área V Gijón. Servicio de dirección de enfermería.2010 (consultado el 10 de diciembre del 2019).Disponible en: <https://seapaonline.org/UserFiles/File/Ayuda%20en%20consulta/MANUAL%20VALORACION%20NOV%202010.pdf>

11-Temboury Molina M.C.. Desarrollo puberal normal: Pubertad precoz. Rev Pediatr Aten Primaria [Internet]. 2009 Oct [citado 2020 Ene 19] ; 11( Suppl 16 ): 127-142. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1139-76322009000600002&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322009000600002&lng=es).

12-Hernández-Rincón Erwin Hernando, Arias-Villate Sara Consuelo, Gómez-López Mariana Teresa, León-Pachón Laura Esthefany, Martínez-Ceballos María Alejandra, Chaar-Hernández Aldair José et al . Actividad física en preescolares desde atención primaria orientada a la comunidad, en un municipio de Colombia. Rev Cubana Pediatr [Internet]. 2018 Jun [citado 2020 Ene 07] ; 90( 2 ): 201-212. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75312018000200002&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312018000200002&lng=es).

13-Macias M Adriana Ivette, Gordillo S Lucero Guadalupe, Camacho R Esteban Jaime. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2012 Sep [consultado el 15 de diciembre del 2019] ; 39( 3 ): 40-43. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182012000300006&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182012000300006>.

14- Peña Quintana L., Ros Mar L., González Santana D., Rial González R. Alimentación del preescolar y escolar. Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno-Infantil. Las Palmas de Gran Canaria. 2Universidad Las Palmas de Gran Canaria. Hospital Universitario Miguel Servet. Zaragoza. Consultado el 13 de diciembre de 2019. Disponible en: [https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion\\_escolar.pdf](https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_escolar.pdf).

- 15- Cubero J., Cañada F., Costillo E., Franco L., Calderón A., Santos A.L. et al . La alimentación preescolar: educación para la salud de los 2 a los 6 años. *Enferm. glob.* [Internet]. 2012 Jul [citado 2020 Ene 07] ; 11( 27 ): 337-345. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412012000300018&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412012000300018&lng=es). <http://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412012000300018>.
- 16- Asociación Americana del Corazón. Hoja de datos de reanimación cardipulmonar (RCP) usando solo las manos (HANDS-ONLY™ CPR).2015. Consultado el 13 de diciembre del 2019. Disponible en: <https://eccguidelines.heart.org/wp-content/uploads/2015/10/2015-AHA-Guidelines-Highlights-Spanish.pdf>.
- 17- Cruz Roja. En tu hogar-quíérete mucho. 2008. Consultado el 13 de diciembre de 2019. Disponible en: [https://www.cruzroja.es/prevencion/hogar\\_09.html](https://www.cruzroja.es/prevencion/hogar_09.html).
- 18-Pérez-Cuevas Ricardo, Muñoz-Hernández Onofre. Importancia de la salud pública dirigida a la niñez y la adolescencia en México. *Bol. Med. Hosp. Infant. Mex.* [revista en la Internet]. 2014 Abr [citado 2020 Ene 11] ; 71( 2 ): 126-133. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-11462014000200010&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462014000200010&lng=es).
- 19-Departamento de Desarrollo Rural y Medio Ambiente. RESOLUCIÓN 485/2019.Gobierno de Navarra. Consultado el:23 de enero 2020. Disponible en: <https://bon.navarra.es/es/anuncio/-/texto/2020/15/5>.

## **8. Anexos**

---

## **Anexo I: Servicios de Aoiz**



*Programa de Salud Escolar en una zona rural*



*Colegio San Miguel de Aoiz*



*Polideportivo del colegio*



*Ayuntamiento de Aoiz*



*Centro de Salud de Aoiz*



*Casa de Cultura de Aoiz*



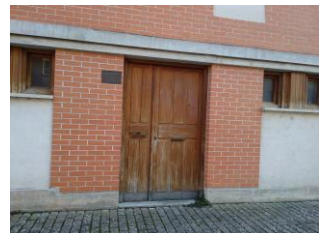
*Bomberos de Aoiz*



*Consulta Veterinaria*



*Frontón: Toki Eder*



*Club Deportivo Aoiz*



*Escuela de Música*



*Supermercado*



*Correos Aoiz*

*Programa de Salud Escolar en una zona rural*



*Residencia de ancianos*



*Farmacia*



*Parada de autobús de línea*



*Iglesia de Aoiz*



*Caja Rural*



*DYA*



*Gasolinera*



*INEM*



*Ferretería*



*Asociación Jubilados*



*Juzgado*

**Anexo II: Autorización revisión en el centro escolar**

## **Permiso revisiones en el centro escolar**

Yo..... (madre/padre/tutor legal) doy permiso a mi hijo/a ..... para que en el colegio se le realice la revisión escolar..... según el protocolo de salud infato juvenil de 6-15 años obligatorio de Navarra.

Firmado

En Aoiz, a ..... de ..... del 20.....

**Anexo III: Protocolo original salud infanto-juvenil 6-15 años**



**PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 - 05/12/2019**

Paciente: **DESCONOCIDO DESCONOCIDO, DESCONOCIDO** NHC: **[REDACTED]**  
 Episodio: **[REDACTED]** Profesional: **[REDACTED]**

**EXPLORACION FISICA**

EXPLORACION FISICA NO  Si  No

<input type="checkbox"/> Alt. impresión general (aspecto, actitud, coloración...)	<input type="checkbox"/> Alt. Torax
<input type="checkbox"/> Alt. Fenotipo	<input type="checkbox"/> Alt. Ausc. Cardiaca
<input type="checkbox"/> Alt. Piel/laneras	<input type="checkbox"/> Alt. Ausc. Pulmonar
<input type="checkbox"/> Acné	<input type="checkbox"/> Alt. Abdomen
<input type="checkbox"/> Adenopatías	<input type="checkbox"/> Alt. Columna (incluye Adams)
<input type="checkbox"/> Alt. Oculares	<input type="checkbox"/> Alt. EEII
<input type="checkbox"/> Alt. Otitoscopia	<input type="checkbox"/> Alt. Pies
<input type="checkbox"/> Alt. Cav. orofaríngea	<input type="checkbox"/> Alt. Neuromuscular
<input type="checkbox"/> Alt. Dental	<input type="checkbox"/> Alt. Genitales femeninos
<input type="checkbox"/> Malpos. /oclusión dental	<input type="checkbox"/> Alt. Genitales masculinos (pene)
<input type="checkbox"/> Ortodancia	<input type="checkbox"/> Alt. Genitales masculinos (testes)
<input type="checkbox"/> Alt. Cuello	
<input type="checkbox"/> Otros	

Inicio pubera  SI  No      Genitales (varones)       Mamas (mujeres)       Vello pubiano (todos)   
 Estadio de TANNER

Menarquia  SI  No      Edad       Dismenorrea  SI  No

Observaciones

Servicio Navarro de Salud/Osasunbidea

**PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 - 05/12/2019**

Paciente: **DESCONOCIDO DESCONOCIDO, DESCONOCIDO** NHC: **[REDACTED]**  
 Episodio: **[REDACTED]** Profesional: **[REDACTED]**

**PERCEP/ALIMENT/ELIMIN/ACT** 01052

Tipo revisión       Edad actual       Acude co

**PERCEPCION SALUD**

Higiene corporal adecuada <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Hábitos tóxicos: Fumador pasiv <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No
Higiene boca adecuada <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Tabaco <input type="text"/> Nº cig/di <input type="text"/>
Convivencia con animales <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Alcohol <input type="text"/>
Seguridad vial adecuada <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Otras drogas <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No
Accidentes repetidos <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Vacunación corre <input type="text"/>
Acude a PADI <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	

**ALIMENTACION**

Alimentación adecuada <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Lugar de comidas <input type="text"/>
Desayuno adecuado <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Consumo excesivo de azúcares refin <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No (chucherías, bollería, refrescos, sodas, zumo frutas con azúcar, jarabes)

**ELIMINACION**

Hábito intestinal adecuada <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	Hábito retencionista vesti <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No
Enuresis nocturna <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No	

**ACTIVIDAD**

Ejercicio reglado: Nº h/sem <input type="text"/>	Tipo de ejercicio <input type="text"/>
Activ. extraescolares: Nº h/ <input type="text"/>	Tipo de actividad <input type="text"/>
Pantalla: Nº h/sem (TV, videojueg, ordenador,...) <input type="text"/>	¿Sabe nadar? <input type="radio"/> SI <input type="radio"/> No

Observaciones

Servicio Navarro de Salud/Osasunbidea

**PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 - 05/12/2019**

Paciente: **DESCONOCIDO DESCONOCIDO, DESCONOCIDO** NHC: **[REDACTED]**  
 Episodio: **[REDACTED]** Profesional: **[REDACTED]**

**SUEÑO/COGNI/RELAC/ADAPT**

**SUEÑO**  
 Hábito de sueño adecuado  SI  No  
 ¿Tiene TV/Video/PC en la habitación  SI  No  
 Horario de sueño regular y suficiente  SI  No  
 Alteraciones sueño  SI  No

**ADAPTACION/ AUTOPERCEPCION**  
 Aceptación: Cambios físicos  SI  No  
 Aceptación: Cambios psicológicos  SI  No

**COGNITIVO-PERCEPTIVO**  
 Centro escuela  Curso  --> ESCALA, SNAP IV en listado de Protocolos  
 Adaptación escolar   
 Rendimiento escolar   
 ¿Ha repetido algún curso  SI  No  
 ¿Precisa apoyo escolar?  SI  No  
 ¿Precisa apoyo extraescolar?  SI  No  
 Necesidades educativas especiales (adaptación curricular, disc. intelectual)  SI  No

**RELACIONES**  
 Relación con la familia   
 Relación con los compañeros   
 Nº total de hermanos/Orden que ocupa en la fratria   
 Relaciones afectivo sexual

**AREA PSICOLOGICA-COGNITIVA**  
 Diagnóstico o problema detectado  SI  No  
 Cuestionario Sospecha TDAH

Area  Atención y/o hiperactividad  Lenguaje  
 Conducta  Emocional- estado de ánimo  
 Aprendizaje  Otros

Observaciones

Servicio Navarro de Salud/Osasunbidea

**PROTOCOLO: . SALUD INFANTO-JUVENIL 6-15 - 05/12/2019**

Paciente: **DESCONOCIDO DESCONOCIDO, DESCONOCIDO** NHC: **[REDACTED]**  
 Episodio: **[REDACTED]** Profesional: **[REDACTED]**

**CONSEJOS/ACT. PREVENTIVAS**

Realizac. Vacunación  SI  No  
 Mantoux  
 Motivo   
 Resultado

ALIMENTACION (Lácteos, variedad, horarios, dieta sin control, azúcares refinados, desayuno)  
 HIGIENE  
 Corporal  
 Ambiental  
 Sueño  
 Tabaquismo pasivo  
 BUCODENTAL  
 Cepillado  
 Fijor  
 PADI  
 Control golosinas/ azúcares

ACCIDENTES  
 Coche, moto, bici  
 Ahogamiento  
 Quemaduras  
 Caídas /Heridas  
 Intoxicaciones etílicas  
 CONVIVENCIA ANIMALES  
 EXPOSICION SOLAR  
 HABITOS POSTURALES (mochilas, sentado)  
 PROMOCION DEL BUEN TRATO  
 Estilos educativos en familia  
 Parentalidad positiva  
 SEXUALIDAD  
 Prev. ETS y embarazo  
 Prev. abuso sexual

TIEMPO LIBRE  
 Extraescolares  
 Pantalla (TV, ord...)  
 Ejercicio/ deporte

Observaciones

Servicio Navarro de Salud/Osasunbidea



**Anexo IV: Tabla de ejercicios**

## **TABLA DE EJERCICIOS (para una semana: 3 sesiones de 1h hora)**

### **RESISTENCIA Y VELOCIDAD:**

20-30min de ejercicio aeróbico: bici, cinta, nadar...

### **FUERZA:**

10-15min de trabajo con pesas y propio cuerpo (3 ciclos de 10 repeticiones con dos minutos de descanso). Se utilizarán tres máquinas que ejerciten pierna, brazos y tronco.

### **EQUILIBRIO:**

5min de trabajo con el bosu.

### **RECUPERACIÓN:**

10minutos de estiramientos de piernas, brazos y tronco.

## **Anexo V: Encuesta de satisfacción**

Puntúe del 1 al 5 las siguientes preguntas teniendo en cuenta que el 1 es la calificación más baja y el 5 la más alta.

- ¿Te han resultado útiles las actividades que has realizado?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- ¿Crees que todo lo aprendido te va a ayudar en tu futuro?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- ¿Consideras que la actividad realizada es beneficiosa?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- ¿te ha gustado la actividad?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- La organización de la actividad ha sido...

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- El tiempo dedicado a la actividad ha sido adecuado.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

- Aspectos de mejora

--

- Sugerencias

--

**Anexo VI: Solicitud de subvención de frutas y verduras (BOE<sub>19</sub>).**

Disponible en: <https://bon.navarra.es/es/anuncio/-/texto/2020/15/5>

**Boletín Oficial**  
DE NAVARRA \ Anuncio

## **BOLETÍN Nº 15 - 23 de enero de 2020**

---

### **1. Comunidad Foral de Navarra**

#### **1.4. Subvenciones, ayudas y becas**

---

### **RESOLUCIÓN 485/2019, de 31 de diciembre, del Director General de Agricultura y Ganadería, por la que se aprueban las bases reguladoras y la convocatoria para la concesión de subvenciones a la distribución de frutas y verduras en centros escolares de la Comunidad Foral de Navarra en el curso 2019-2020.**

El Reglamento (UE) 1308/2013 del Parlamento Europeo y del Consejo de 17 de diciembre de 2013, por el que se crea la organización común de mercados de los productos agrarios, recoge en su Sección I del Capítulo II del Título I de la Parte II los Programas de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas, así como los programas de consumo de leche en las escuelas. La modificación introducida por el Reglamento (UE) 2016/791, de 11 de mayo de 2016, fusionó ambos programas en un marco jurídico único, que persigue una mayor eficiencia, una ayuda más específica y una dimensión educativa mayor.

El Reglamento de Ejecución (UE) 2017/39 de la Comisión de 3 de noviembre de 2016, dispone las normas de desarrollo del Reglamento (UE) 1308/2013, en lo que atañe a la ayuda de la Unión para la distribución en los centros escolares de frutas y hortalizas, plátanos y leche determinando, entre otras, medidas de control para combatir las irregularidades y el fraude.

**Anexo VII: Reanimación cardiopulmonar**

## Reanimación cardiopulmonar (RCP)

Cómo detectar la parada cardiorespiratoria y qué debes hacer.

Cuando tras un accidente en el hogar, y aunque no sepas la causa, veas que una persona está inconsciente y no respira espontáneamente, debes iniciar rápidamente las maniobras de "reanimación cardiopulmonar"

**1** Asegura el lugar de los hechos. Elimina los peligros que amenacen tu seguridad, la del paciente o la de las personas que ahí se encuentren.

**2** Comprueba el estado de consciencia de la víctima. Arrodíllate a la altura de los hombros de la víctima y sacúdelo con suavidad. Acércate a su cara y pregúntale en voz alta si se encuentra bien:

Si responde: deja a la víctima en la posición en que se encuentra y pasa a realizar una valoración secundaria, poniendo solución a los problemas que vayas detectando. Si no responde:

**3** Pide ayuda sin abandonar a la víctima y colócala en posición de reanimación. Boca arriba con brazos y piernas alineados sobre una superficie rígida y con el tórax al descubierto.

**4** Abre la vía aérea. Coloca una mano sobre la frente y con la otra tira del mentón hacia arriba, para evitar que la lengua impida el paso del aire a los pulmones.



**5** Comprueba si la víctima respira normalmente manteniendo la vía aérea abierta (ver, oír, sentir durante no más de 10 seg.)

Si la víctima respira normalmente:  
- Colócala en posición lateral de seguridad (PLS).  
- Llama al 112 o busca ayuda.  
- Comprueba periódicamente que sigue respirando.



Si la víctima no respira normalmente:



**6** Pide ayuda, llama al 112 o pide a alguien que lo haga e inicia 30 compresiones torácicas en el centro del pecho.

**7** Realiza 2 insuflaciones con la vía aérea abierta (frente-mentón) y la nariz tapada. Si el aire no pasa en la primera insuflación, asegúrate de estar haciendo bien la maniobra frente-mentón y realiza la segunda insuflación, entre o no entre aire.



**8** Alterna compresiones - insuflaciones en una secuencia 30:2 (30 compresiones y 2 insuflaciones) a un ritmo de 100 compresiones por minuto.

**9** No interrumpas hasta que la víctima inicie respiración espontánea, te agotes o llegue ayuda especializada.



**Anexo VIII: Documento para administración de vacunas**

AUTORIZACIÓN PARA ADMINISTRACIÓN DE VACUNAS.

Yo..... (madre/padre/tutor legal) doy  
permiso a mi hijo/a ..... para que en el  
colegio se le administre la vacuna.....  
según el Calendario de Vacunación de Navarra.

Firmado

En Aoiz, a ..... de ..... del 20.....