



IES MAR DE ALBORÁN
ESTEPONA

Noticia que nos orientan a la necesidad de trabajar en materia de Fotoprotección:

<http://bit.ly/colegiopaternasufrequemaduras>

Concurso:

El concurso se basa en el Distintivo Soludable: <http://bit.ly/concursofotoprotección>

Manual Distintivo Escuela S@ludable: <http://bit.ly/manualdistintivoescuelasoludable>

Justificación:

<http://bit.ly/justificaciónproyectofotoprotección>



LA FOTOPROTECCIÓN EN LAS AULAS



INTRODUCCIÓN

La Fotoprotección se presenta como una necesidad de trabajar en la educación, sobre todo en edades tempranas, para reducir el riesgo de producir cáncer de piel en el futuro. Los centros educativos se presentan como ejes vertebradores de este proceso, constituyendo un poderoso instrumento para transmitir conocimientos, e inculcar valores y hábitos saludables en la comunidad escolar. Junto con los distintos programas relacionados con hábitos de vida saludable, y la integración de forma transversal de las diversas áreas del currículum se abordará un concepto integrador de salud.

El cáncer de piel está aumentando en todo el mundo a un ritmo de 3-8% anual desde 1960. Las cifras de cáncer de piel (melanoma, carcinoma basocelular y carcinoma espinocelular) se han duplicado en las últimas décadas. En EEUU, el cáncer de piel no melanoma, se encuentra entre los cinco tumores malignos que más costes genera. En este país, el melanoma cutáneo es en el segundo cáncer que más muertes ocasiona

entre los jóvenes. En España, coincidiendo con esta tendencia, las tasas de incidencia de cáncer de piel se han incrementado significativamente durante el periodo de 1978 a 2002, sobre todo en las mujeres y los **más jóvenes**.

Las quemaduras solares (QS) son el principal factor de riesgo de cáncer de piel y tan solo una QS en la infancia o adolescencia, duplica el riesgo a la aparición de melanoma en la vida adulta.

Los resultados son claros y necesarios, debemos concienciar de los beneficios y aspectos nocivos de una exposición excesiva del sol: la estrategia escolar demuestra mayor impacto, que el sanitario, medioambiental y publicitario.

Dato de interés:

Para hablar de Fotoprotección en educación, tenemos que tener como referencia los proyectos Sunsafe norteamericano y [Sunsmart](#) australiano.

Australia, es el país con mayor incidencia por cáncer de piel del mundo, y ha demostrado con su programa mejora en los hábitos de fotoprotección y reducción en las tasas de quemaduras solares en la infancia.

OBJETIVOS

1. Concienciar a toda la Comunidad Educativa de los riesgos de la exposición solar excesiva.
2. Desarrollar conocimientos, actitudes y hábitos saludables de fotoprotección en la población escolar.
3. Promover cambios en el entorno que faciliten las buenas prácticas.
4. Reducir las tasas de quemaduras solares, especialmente entre los más jóvenes

En torno al 75% del cáncer de piel podría prevenirse con unos hábitos adecuados de fotoprotección.

ACTUACIONES

1. Concienciar a toda la Comunidad Educativa de los riesgos de la exposición solar excesiva.

El ámbito educativo es uno de los más estratégicos desde el punto de vista de la prevención del cáncer de piel. Por este motivo todos los centros de la localidad de Estepona deben articular todos los medios disponibles para concienciar sobre la importancia de extremar la precaución con la exposición solar.

Se recomienda entre otras:

- Contacto con los centros de la localidad(reunión con directores o miembros del equipo directivo).
- Reunión con las AMPAS de los distintos centros educativos.
- Reunión con coordinadores de actividades deportivas de ámbito municipal y privado.
- Contacto con los centros de salud locales(valorar posibles intervenciones).
- Colaboraciones con el Área de Dermatología del Hospital Costa del Sol de Marbella(medios materiales, charlas, promoción).
- Charlas entre iguales(alumnado de bachillerato).
- Comunicación en la web de los centros y redes sociales.
- Creación de patrullas fotoprotectoras durante los meses de Abril, mayo, junio y septiembre.

2. Desarrollar conocimientos, actitudes y hábitos saludables de fotoprotección en la población escolar.

Nuestro objetivo es conseguir un entorno escolar, en el que los centros tengan:

- Espacios de sombra adecuados.
- Programen las actividades al aire libre en horarios de menor riesgo o en espacios sombreados.

- Integren en el curriculum escolar contenidos sobre fotoprotección en los diferentes ciclos educativos.
 - Creen normas de fotoprotección de obligado cumplimiento para toda la comunidad educativa cuando el nivel de irradiación solar sea peligroso para la salud(Abril-Junio).
- 3. Promover cambios en el entorno que faciliten las buenas prácticas educativas.**
- Promover el desarrollo de concursos de buenas prácticas entre los centros de la localidad desarrollando hábitos de vida saludable en general, y en particular con la fotoprotección.
 - Integración en dichas prácticas de toda la Comunidad Educativa del centro.
- 4. Reducir las tasas de quemaduras solares, especialmente entre los más jóvenes.**
- Difundir por los medios de comunicación y redes sociales aspectos relacionados con la fotoprotección.



Comenzamos nuestra andadura:

Vídeo spot de nuestra campaña:

<http://bit.ly/trailer campaña>

Orientaciones para realizar un proyecto educativo:

<http://bit.ly/orientaciones proyecto educativo>

SU PUESTA EN MARCHA: RECOMENDACIONES

1. El centro dispone de un documento escrito de políticas de fotoprotección que recoge las recomendaciones. El documento está incluido en el Plan de Centro.

Utilizamos como introducción a la recomendación el siguiente vídeo:

<http://bit.ly/recomendacionespolíticasfotoprotección>

Área implicada: Educación Física

Recomendaciones en Fotoprotección del IES Mar de Alborán:

<http://bit.ly/políticasiesmaralboran>

Vídeos realizados por el alumnado de 1º y 2º de Bachillerato sobre las recomendaciones:

Gafas: <https://www.youtube.com/watch?v=gRbD7hClh40&t=11s>

Fototipo: https://www.youtube.com/watch?v=U_7DrsajOEI&t=8s

Protector Solar: <https://www.youtube.com/watch?v=XPMuUjwNFvw&t=4s>

¿Qué es la Fotoprotección?:

<https://www.youtube.com/watch?v=kR42BQ0iPo0>

Horarios: reducir en lo posible las horas de Educación Física a última hora al aire libre.

Currículum: trabajo de forma transversal desde el Programa de Hábitos de Vida Saludable Forma Joven.

Planificación de las sombras:

Formación del profesorado:

<https://aula.conviveconelsol.es/login/index.php>

Modelos de conducta: El profesorado del centro adopta medidas de Fotoprotección en el centro y en su vida diaria, prestando especial atención al profesorado de Educación Física y profesorado que realiza las guardias de recreo llevan a cabo varias medidas de Fotoprotección.

2. El centro realiza el diagnóstico y auditoría de sus sombras.

Áreas implicadas: Matemáticas, Informática y Educación Física.

3. El centro y el profesorado organizan las actividades al aire libre en las zonas sombreadas y/o evitando las horas centrales del día (12-16 horas).

Área: Educación Física.

4. El centro promueve de forma activa el uso de medidas fotoprotectoras en toda la Comunidad Educativa.

- <https://youtu.be/pftW91IDHLQ>: municipio de Estepona
- <https://youtu.be/z7jxNuKL3K4>: Patrullas Fotoprotectoras en el recreo.
- Charla Comunidad Educativa Estepona:
<https://www.youtube.com/watch?v=IQ2C41vXXCQ>
- Charla Comunidad Educativa Municipio de Jubrique:
<https://www.youtube.com/watch?v=kh4HPhHnAnc&t=3s>

Áreas: todas.

5. El centro lleva a cabo una evaluación permanente de actitudes de fomento de la protección solar, la sombra y la importancia que se le da en el currículo escolar.

Al final de curso se va a pasar un cuestionario de valoración a todo el profesorado sobre todas las medidas llevadas a cabo en materia de Fotoprotección y sus posibles mejoras. A principio del curso se va a llevar a cabo un análisis DAFO que nos sirve de referencia para arrancar todas las actuaciones que se lleven a cabo.

6. El centro informa a la Comunidad Educativa sobre su política de fotoprotección.

Utilización de la página web del centro: maralboran.eu

Canal de Youtube: <http://bit.ly/fotoprotegetealboran>

Diario de Jubrique: <http://bit.ly/diariojubrique>

Diario Sur: <http://bit.ly/diariosurfotoprotección>

En el Ámbito Deportivo: incorporación de información en materia de Fotoprotección en la Carrera [Gran Vuelta Valle del Genal](#).

7. Las comunicaciones que se realicen a la Comunidad Educativa, relacionadas con actividades al aire libre, incluirán recomendaciones en fotoprotección.

Modelo de comunicación: <http://bit.ly/autorizaciónIES>

8. Los centros cuentan con sombras en sus espacios recreativos exteriores.

Centros de Estepona: en este apartado que está en vías de llevar a cabo, se pretende conocer la situación actual en cuanto a sombras de todas las instalaciones deportivas al aire libre de los distintos centros de Estepona, y llevar a cabo una intervención conjunta para el próximo Curso Escolar. Por este motivo se adjunta un enlace con la situación de los distintos centros del municipio, a falta de incluir información de sus instalaciones.

<http://bit.ly/mapabuenaspracticas>

9. El centro informa a la Comunidad Escolar del UVI Local.

Áreas: Informática y Tecnología.

Ciclo de informática: vídeo UVI

Vídeo medidor UV METER: <https://youtu.be/dFwxZnUglvw>

Paneles en el centro:

10. La fotoprotección se incorpora al programa de formación del profesorado.

Curso online conviveconelsol: <https://conviveconelsol.es/>

Formación inicio de curso: durante la primera quincena de septiembre se informa al profesorado nuevo de los distintos programas que se llevan a cabo en el centro y se les entrega información al respecto. Además a todos los tutores se les comparte información para trabajar en las tutorías relacionadas con la Fotoprotección.

11. La Educación en Fotoprotección se incorpora en las áreas adecuadas del currículo escolar.

Buenas prácticas en los centros educativos:

<http://bit.ly/buenasprácticasfotoprotección>

Trabajo realizado por el alumnado de 1º Bachillerato sobre la Fotoprotección: <http://bit.ly/presentaciónfotoprotecciónalumnado>

Estudio de Sombra en Matemáticas 2º ESO(Una de las pistas exteriores del centro):

<http://bit.ly/estudiodesombra2°eso>

12. La plantilla da ejemplo, adoptando una combinación de medidas de fotoprotección.

En todas las actividades que se realizan en el centro como fuera del mismo, el profesorado es modelo de conducta en cuanto a la Fotoprotección:

- Caminata Marcha Solidaria



- Viaje al Puerto de Algeciras



- Semana de las Letras y las Artes:
https://www.youtube.com/watch?v=N5_I9fLFop0
- Actividades de Inglés en el patio



- Charla Forma Joven:



- Charla Directores Centros Educativos de Estepona



- En ediciones anteriores:

Día Europeo de la Prevención Cáncer de Piel:

https://www.youtube.com/watch?v=sQ_rwN1p2PU

II Desafío Cooperando:

<https://www.youtube.com/watch?v=tl4kNZbR09Y>

13. Las familias y visitantes utilizarán una combinación de medidas de fotoprotección cuando asisten a una actividad o evento al aire libre.

Para padres:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=225&v=Oll3IAveCs8

Recomendaciones para padres:

<http://bit.ly/recomendacionespadres>

14. En las actividades desarrolladas a diario en el centro escolar el alumno utiliza de forma habitual ropa escolar (incluyendo el uniforme deportivo) que cumple con los aspectos básicos de protección solar y utiliza zonas sombreadas en el recreo.



