

COMUNIDAD VALENCIANA: ENFERMERAS ESCOLARES IMPARTEN 28 TALLERES SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA Y EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL IES DE PEDREGUER Y EL IES IFACH DE CALPE

- **Desde el Colegio de Enfermería de Alicante se destaca que contar de forma continuada con una enfermera escolar permite, no solo cubrir las necesidades de información sobre estilos de vida que previenen obesidad y otras enfermedades derivadas de malos estilos de vida, sino también la detección precoz de estos problemas o población en riesgo de padecerla**

La vocal III del Colegio de Enfermería de Alicante, Inés Sánchez, y la enfermera escolar del Ayuntamiento de Pedreguer, Deva Fernández, han impartido un total de 28 talleres sobre alimentación saludable, actividad física y educación emocional en el IES de Pedreguer y el IES Ifach de Calpe, respectivamente.

Una actividad de educación para la salud que vino precedida por una valoración de estado de salud del alumnado de la ESO de estos institutos, con la realización de unas mediciones antropométricas y unas encuestas sobre hábitos de alimentación en los alumnos de la ESO de los IES de Pedreguer e Ifach y desarrollada con la colaboración de las direcciones de estos centros y tras el contacto por parte del Colegio de Enfermería de Alicante con una de una de las profesoras del Ifach, Piedad Isabel Garrido.

Tras la posterior recogida y puesta en común de los datos se decidió que la actividad debía ser completada con unas charlas de educación para la salud, cuyo título fue «Los tres pilares de la salud: Alimentación saludable, Actividad Física y Educación emocional».

Unas sesiones de cuarenta y cinco minutos de duración en las que se abordaron estos aspectos de una manera teórico-práctica, confeccionando platos saludables por parte de los alumnos, visualización de vídeos e incluso fomentando el ejercicio y la autoestima a través del baile. En ellas se abarcó a población de la ESO obteniendo una valoración muy positiva tanto por parte de los alumnos como del profesorado.

Desde el Colegio de Enfermería de Alicante se quiere resaltar la necesidad de la enfermera escolar como figura clave para la continuidad de estos talleres, ya que, por ejemplo, esta actividad es una prueba de que con una enfermera en el centro simplemente la actividad puede llegar a más población. Tanto es así, que en el centro que contaba con esta figura, el IES Pedreguer, se impartieron 19 talleres, frente a los 9 impartidos en el otro centro.

Contar con la presencia de forma continuada de una enfermera escolar en los centros educativos permite, no solo cubrir las necesidades de información sobre estilos de vida que previenen la obesidad y otras enfermedades derivadas de los malos estilos de vida como HTA o diabetes, sino que también realiza la detección precoz de estos problemas o población en riesgo de padecerla y actúa antes de que se produzca, bien trabajando con el alumno y su familia o bien derivando a otro especialista precozmente, por ejemplo en trastornos de alimentación como la anorexia o bulimia. Junto a ello, se detectan también otros problemas de consumo de sustancias no adecuadas para la edad, como puede ser ingesta de alimentos altos en cafeína o bebidas energéticas, y se tratan falsos mitos sobre alimentos o formas de perder peso.