

ALICIA

OBXECTIVOS DE SUSTENTABILIDADE



EXPERIENCIAS A DESENVOLVER ODS NA ESCOLA

Carlos Piñeiro Díaz

Médico de Familia e Comunitaria, Magister Saúde Pública

CFR FERROL 2021

REDE DE ESCOLAS ASOCIADAS DA UNESCO

- Coordinadora nacional de España
- Ms Luisa MARQUEZ
- Coordinadora nacional RedPEA
- Avenida de los Reyes Católicos, 4
- 28040 Madrid
- Phone: (+34) 915823348 - (+34) 915828222
- Email:
peacoordinacion.espanha@gmail.com



Caixa de Ferramentas da UNESCO ODS



<https://es.unesco.org/themes/educacion-desarrollo-sostenible/herramientas>

ODS 3 Obxectivos de aprendizaxe cognitivos

- 1. O/a alumno/a coñece os conceptos de saúde, hixiene e benestar, e pode reflexionar criticamente sobre eles, incluída a comprensión da importancia do xénero na saúde e o benestar.
- 2. O/a alumno/a coñece datos e cifras sobre as enfermidades transmisibles e non transmisibles máis severas, e os grupos e rexións máis vulnerables en canto a enfermidades, trastornos e mortes prematuras.
- 3. O/a alumno/a comprende as dimensións sociais, políticas e económicas da saúde e o benestar, e coñece os efectos da publicidade e as estratexias para promover a saúde e o benestar.
- 4. O/a alumno/a comprende a importancia da saúde mental. O/o alumno/para comprende os impactos negativos de condutas tales como a xenofobia, a discriminación e a intimidación sobre a saúde mental e o benestar emocional, e como as adiccións ao alcol, o tabaco e a outras drogas poden danar a saúde e o benestar.
- 5. O/a alumno/a coñece as estratexias de prevención relevantes para fomentar a saúde e o benestar físico e mental, incluída tanto a saúde sexual e reprodutiva como a alerta temperá e a redución de riscos.

ODS3 Obxectivos de aprendizaxe socioemocionais

- **1. O/a alumno/a é capaz de interactuar con persoas que sofren enfermidades e de sentir empatía pola súa situación e os seus sentimentos.**
- **2. O/a alumno/a é capaz de falar sobre temas de saúde, incluída a saúde sexual e reprodutiva, especialmente para promover estratexias de prevención que fomenten a saúde e o benestar.**
- **3. O/a alumno/para é capaz de motivar a outros a decidir e actuar a favor do fomento da saúde e o benestar de todos.**
- **4. O/a alumno/a é capaz de idear unha visión holística dunha vida sa e benestar, e de explicar os valores, crenzas e actitudes relacionados.**
- **5. O/o alumno/a é capaz de comprometerse persoalmente para promover a saúde e o benestar para si mesmo, a súa familia e outros, incluso considerando traballos voluntarios ou profesionais en saúde e benestar social.**

ODS3 Obxectivos de aprendizaxe conductuales

- **1. O/a alumno/a é capaz de incluír nas súas rutinas diarias condutas que promovan a saúde.**
- **2. O/a alumno/a é capaz de planificar, implementar, avaliar e replicar as estratexias que fomentan a saúde, incluída a saúde sexual e reprodutiva, e o benestar para si mesmo, a súa familia e outros.**
- **3. O/a alumno/a ten a capacidade de percibir cando outros necesitan axuda e de buscar axuda para si mesmo e outros.**
- **4. O/a alumno/a é capaz de esixir e apoiar publicamente a formulación de políticas que promovan a saúde e o benestar.**
- **5. O/a alumno/a é capaz de propoñer formas de abordar os posibles conflitos entre o interese público de ofrecer medicamentos a prezos alcanzables e os intereses privados dentro da industria farmacéutica.**

ODS 3 Temas suxeridos UNESCO

<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000252423>

- **Enfermidades graves transmisibles e non transmisibles**
- **Problemas de saúde dos grupos vulnerables e nas rexións máis vulnerables, e unha comprensión de como as desigualdades de xénero poden afectar a saúde e o benestar**
- **Estratexias directas para promover a saúde e o benestar, por exemplo, vacinas, alimentos saudables, actividade física, saúde mental, consulta médica, educación e educación sexual e reprodutiva, incluída a educación sobre prevención do embarazo e prácticas sexuais máis seguras**
- **Estratexias indirectas (de saúde pública) para promover a saúde e o benestar: por exemplo, programas políticos para seguros de saúde, prezos alcanzables de medicamentos, servizos de saúde, incluídos os servizos de saúde sexual e reprodutiva, prevención de drogas, transferencia de coñecemento e tecnoloxía, redución da polución e a contaminación, e alerta temperá e redución de riscos**
- **Concepcións filosóficas e éticas da calidade de vida, o benestar e a felicidade Educación sobre saúde sexual e reprodutiva, incluíndo planificación familiar**
- **Actitudes discriminatorias contra persoas que viven con VIH, outras enfermidades ou trastornos mentais**
- **Accidentes de tráfico**
- **Sobrepeso e obesidade, actividade física insuficiente e alimentos non saudables**
- **Químicos, polución e contaminación do aire, a auga e o chan**

Exemplos de enfoques e métodos de aprendizaxe para o ODS 3 "Saúde e benestar"

- Montar unha cabina de información na cidade, por exemplo, no "Día Mundial da SIDA" (1 de decembro)
- Ver vídeos que mostren condutas preventivas de saúde (por exemplo, uso do condón como práctica de sexo seguro, dicir "Non" a ofrecementos de drogas...)
- Escribir ensaios e/ou soste diálogos éticos e reflexivos sobre o que unha vida sa e en benestar significa
- Compartir historias con persoas con enfermidades graves, adiccións ás drogas, etc.
- Organizar sesións de capacitación sobre a promoción da saúde e as estratexias de prevención de enfermidades (por exemplo, realizar actividades físicas, preparar comida sa, colocar un condón, instalar unha malla para mosquitos, detectar e manexar fontes de enfermidades transmitidas pola auga)
- Levar a cabo un proxecto sobre enfermidades epidémicas e endémicas – éxitos vs. desafíos (Malaria, Zika, *Ébola, etc.)
- Desenvolver un proxecto de investigación sobre a seguinte pregunta: "É bo vivir máis anos?"

ODS 3

- <https://www.youtube.com/watch?v=AFNCBbOECZw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=dg6U9L8xsUA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Gnks9aUC9gs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=AtiixU bTW4>
- Recursos UNESCO Caixa Ferramentas
- <https://en.unesco.org/themes/education/sdgs/materia>
!
- <https://en.unesco.org/themes/education/sdgs/materia>
I/03

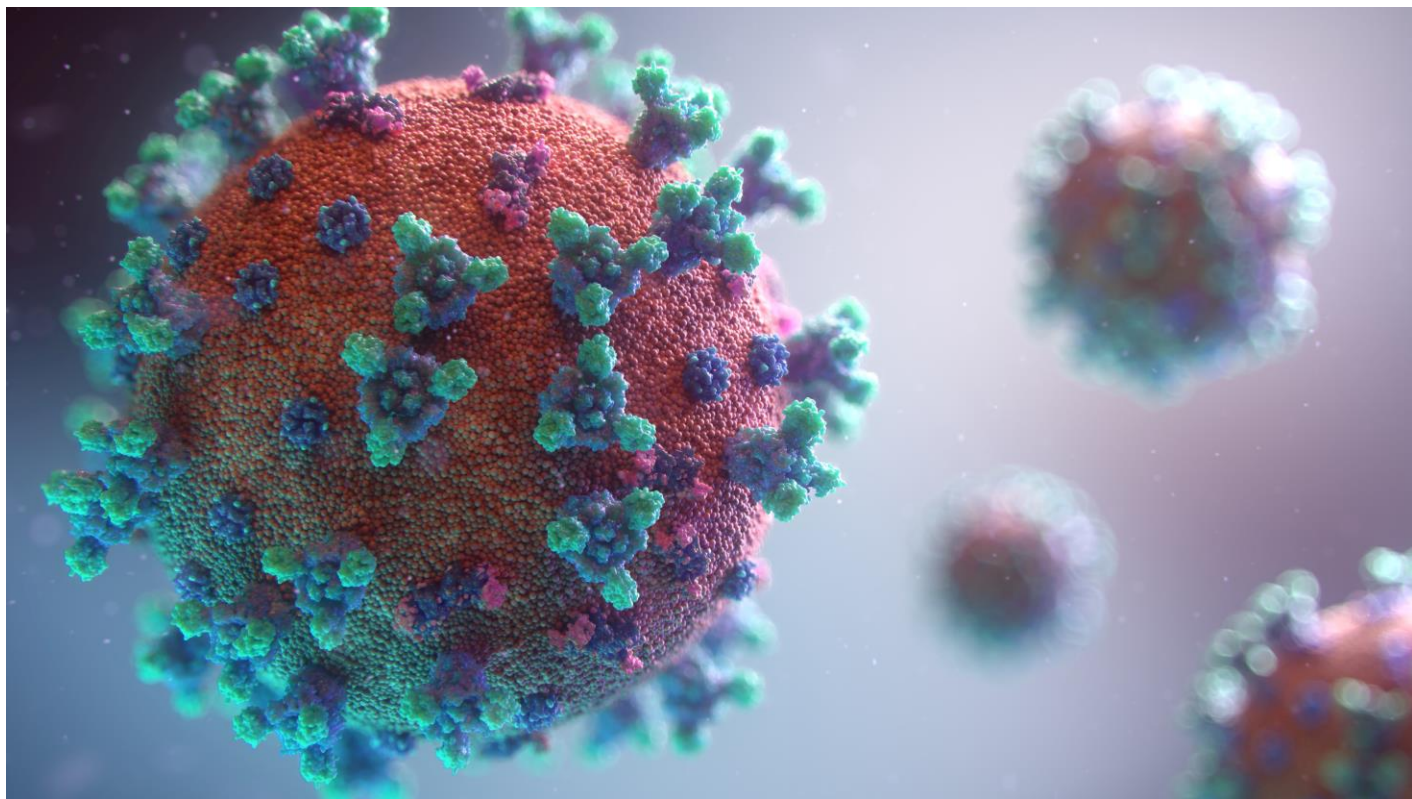


Material pedagógico educación secundaria

- <https://en.unesco.org/themes/education/sdgs/material/03#secondary>
- Recursos pedagógicos
- Ideas para actividades na aula
- Recursos educativos multimedia
- Inspírate



A vida da pandemia: nosas vivencias



Biciescola



Biciescola

- Até 2030, proporcionar o acceso a sistemas de transporte seguros, accesíbeis, sustentábeis e a prezo accesíbel para todos, mellorando a seguranza rodada viária a través da expansión da rede de transportes públicos, con especial atención para as necesidades das persoas en situación de vulnerabilidade, mulleres, nenos, persoas con deficiencia e anciáns



Dieta ártabra



Nutrición 1

- Valorar Plan estratégico saúde escolar

<https://sede.educacion.gob.es/publ/venta/d/22124/19/0>



Nutrición 4

- Debate sobre saúde, alimentación san, estilos de vida, actividade física



Nutrición 5

- Exposición sobre cuestións clave da alimentación: a importancia dos almozos, a pirámide dos alimentos (dieta mediterránea, dieta ártabra), diferencias esenciais



Nutrición 6

- Cuestionario de adherencia dieta mediterránea e dieta atlántica dirixido o alumnado



Nutrición 7

- Pratos cocina da dieta ártabra tradicional e gastronomía sostible
- Plato de Harvard Local
- Menús sostibles



Nutrición 3