

TOTS I TOTES JUNTS PER LA SALUT

TEMPORALITZACIÓ: 4 SESSIONS DE CLASSE

ACTIVITATS D'APRENTATGE

1 DIGUES-ME QUÈ MENGES I ET DIRÉ QUINA SALUT TENS

Objectius: identificar la relació que hi ha entre alimentació i salut. Reconèixer la relació entre malalties i riquesa i pobresa.

Descripció: l'activitat té quatre parts. La primera treballa amb les quatre imatges que s'inclouen en la portada i que l'alumnat ha de titular. Són imatges que evidencien estils de vida diferents amb relació als hàbits alimentaris i a l'accés a l'alimentació. La segona part se centra en la relació entre l'alimentació inadequada i certs problemes de salut des d'una perspectiva global, ja que no es fa distinció aparent entre els problemes que genera una mala nutrició al Nord o al Sud i, d'aquesta manera, es ressalta el valor global i universal de la nutrició com a pilar de la salut. La tercera part centra la relació nutrició-salut en la malnutrició a partir de dues dades: el nombre de mal nodrits i la dada que desmunta el fals mite que no hi ha prou aliments per a tots. Seria interessant reforçar aquesta informació mostrant que actualment la Terra té capacitat per produir prou aliments per aportar 2.100 kilocalories diàries a 12 milions de persones, el doble de la població actual. La necessitat diària aproximada d'energia en persones adultes se situa entre 1.800 i 3.000 kilocalories diàries.

La quarta part, de reflexió primerament individual i després en grup, busca la reflexió no només sobre l'excés d'oferta alimentària en el nostre entorn, sinó sobre el menyspreu de la seva importància a partir d'un exemple proper.

Orientacions: en aquesta activitat es tracten aspectes relacionats amb l'educació per a la salut i d'altres vinculats a la salut i al desenvolupament, tot al voltant de la nutrició, que es presenta com un bé global al qual tots i totes tenim dret. És evident que problemes com l'obesitat, l'anorèxia o la bulímia, sense ser objecte de l'activitat, serveixen com a referent a l'hora de parlar de la relació entre nutrició i salut en tota la població. Interessa desmuntar mites com el referit en la part tercera i introduir l'alumnat en la reflexió sobre les veritables causes de la malnutrició (un repartiment desigual i la falta d'accés).

Propostes complementàries: una possibilitat interessant, relacionada amb l'última part de l'activitat, és treballar la racionalització del consum. Això permet veure la relació publicitat-consum i, com s'indica en l'activitat, la pèrdua de valor que en el nostre entorn té un aliment garantit. Es pot complementar aquesta idea del consum responsable amb una acció de participació en un projecte de comerç just, bé a nivell global del centre, bé amb el grup-classe proposant fer una guardiola per adquirir productes alimentaris de comerç just que després es repartiran per consumir als esbarjos, en lloc de comprar altres aliments per menjar.

2 INVERTIR EN SALUT

Objectius: posar en relació salut i desenvolupament. Evidenciar el condicionant específic que suposa el gènere en termes de salut. Reconèixer la presència diferent del medicament en les diferents zones del planeta.

Descripció: l'activitat presenta dues parts. La primera presenta dues històries de salut ambientades en dues societats amb nivell de desenvolupament diferent. L'activitat d'unir (amb línies, colors o un altre sistema) ambdues històries es complementa amb l'anàlisi de les diferències en l'accés a la salut que es comenten en les orientacions. La segona part de l'activitat proposa treballar les diferències Nord-Sud amb relació a l'accés a la salut a partir de dos exemples (proporció de metges per habitant i consum de medicaments). El mapa sobre el consum de medicaments ens servirà per introduir la següent activitat.

Orientacions: l'activitat posa en evidència les diferències en l'accés a la salut entre el Nord i el Sud. La primera part inclou la perspectiva de gènere, ja que té com a protagonistes dues dones. Al voltant de l'activitat es poden treballar molts aspectes diversos, alguns des de la pròpia realitat de l'alumnat, que es pot convertir en la tercera història (quina edat tenen les vostres àvies = esperança de vida; a quina edat us van tenir les vostres mares; germans i germanes a la família; programa de vacunacions, etc.). És important treballar l'aspecte de facilitat del nostre accés al sistema sanitari enfront de la dificultat amb què es troben altres persones.

Propostes complementàries: l'activitat es pot complementar treballant un aspecte més de la relació salut i gènere. A partir d'una informació molt bàsica (la dificultat en l'accés al sistema sanitari és més gran per a les dones que per als homes) es pot veure el risc més gran de contraure malalties per a les dones que per als homes com a conseqüència del seu sexe. D'una banda, pel risc que suposen els diversos embarassos i les condicions dels parts al Sud i, d'una altra, per pràctiques com l'ablació en certs països empobrits.

3 UN VIATGE AL VOLTANT DEL MEDICAMENT

Objectius: introduir el medicament dins del cicle de la salut. Relacionar ús del medicament i pobresa. Reflexionar sobre el consum de medicaments.

Descripció: l'activitat presenta dues parts. En la primera, es treballa la reflexió sobre l'ús que fa el propi alumnat del medicament. A partir d'aquest senzill test, que es proposa que es faci primer de manera individual i després afegint-hi les dades, s'introdueixen quatre idees bàsiques sobre el nostre accés i consum de medicaments: la facilitat d'accedir-hi (en termes físics i econòmics), la conveniència d'utilitzar-los només per prescripció facultativa, el consum adequat i el reciclatge dels residus que produeixen. La segona part se centra en una història concreta per fixar l'atenció en la relació entre pobresa i accés al medicament.

Orientacions: és important que l'alumnat reflexioni sobre si en la nostra societat el medicament és un component de la salut o un bé de consum, com a punt de partida per reflexionar sobre les xifres que es donen després. Pel que fa a l'ús del medicament al Sud, convé centrar l'atenció en la dificultat d'accés (un farmacèutic per cada mil habitants al Nord i un per cada milió al Sud), i la propietat dels resultats de la investigació.

Propostes complementàries: pot reforçar-se el treball al voltant del medicament fent auditories de medicaments, primer dins l'àmbit del centre escolar i després dins l'àmbit de la llar. Es tractarà d'esbrinar l'estat de la farmaciola i, per fer-ho, pot buscar-se l'ajuda d'un professional de la salut (centre de salut proper al centre o farmàcia de proximitat) per elaborar l'estudi de medicaments i per proposar com hauria de ser, per exemple, la farmaciola del centre. Després, pot fer-se una proposta a l'òrgan rector del centre per canviar la farmaciola.

4 LA SALUT DEL PLANETA ÉS LA NOSTRA SALUT

Objectius: descobrir que la qualitat de l'entorn és un dels components bàsics de la salut i incidir en la idea que no hi ha diversos entorns, sinó que tots i totes compartim el mateix.

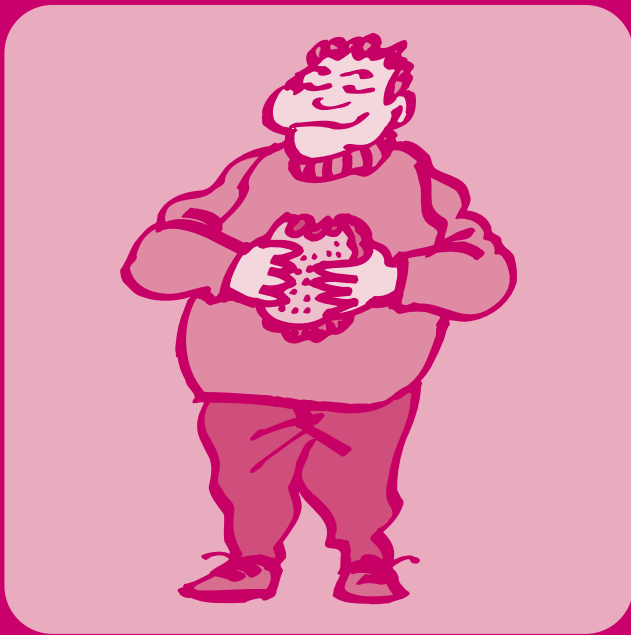
Descripció: l'activitat té tres parts. La primera –l'efecte papallona– és un text de caràcter general i amb valor metafòric que intenta introduir l'alumnat en la idea de la globalitat i de les interrelacions. La segona part se centra específicament en un cas on es relacionen els conceptes de salut i medi ambient per provocar una reflexió en tres sentits: sobre la relació entre aquests dos conceptes, sobre la diferència entre preservació del medi ambient i pobresa, i sobre la relació entre el nostre estil de vida i la salut de les comunitats del Sud a través del medi ambient. La tercera part busca implicar l'alumnat, a través de la modificació de la seva conducta, en el compromís per millorar el medi ambient, el seu entorn i la seva salut; per tant, i indirectament, per millorar l'entorn i la salut de les comunitats del Sud.

Orientacions: a través d'aquesta activitat es pretén interioritzar la idea que el medi ambient en què vivim és un dels components de salut modificable. La consciència sobre l'entorn, a més, ha de transcendir allò local i, per això, s'ha de posar en relació els conceptes de salut i entorn saludable de manera global, a escala planetària. L'activitat té un component de reflexió, però incideix, a més, en el compromís individual i col·lectiu.

Propostes complementàries: la proposta d'aquesta activitat de relacionar medi ambient i salut a partir del petroli es fa per la consciència que hi ha en la nostra societat que el consum d'aquest combustible deteriora el medi ambient (en concret, l'aire que respirem) i, d'aquesta manera, permet relacionar Nord i Sud. És evident que medi ambient i salut poden tractar-se des d'altres perspectives i, així, el professorat pot proposar completar l'activitat amb propostes sobre la relació entre qualitat de les aigües i salut, per exemple. Les preguntes que es plantegen després dels fragments de l'informe Yana Curi poden orientar-se cap a les diferències legislatives en uns països i en d'altres, i les diferències de comportament de les empreses en matèria de medi ambient segons la riquesa del país. L'última part, la referida al compromís, pot plantejar-se com una auditoria energètica que uneixi els conceptes de consum responsable, medi ambient i salut.

3r cicle de primària

TOTS I TOTÉS JUNTS PER LA SALUT



1

DIQUES-MÉ QUÈ MENQUES I ET DIRÉ QUINA SALUT TENS

Relaciona amb fletxes els següents problemes de salut amb el tipus de problema alimentari:

Cansament

Anorèxia

Bulímia

Càries

Obesitat

Facilitat per contraure malalties

Dificultats per concentrar-se

Sobrealimentació

Alimentació insuficient

Alimentació inadequada

Sabies que al món hi ha prop de 800 milions de persones que no tenen accés a una alimentació suficient?

Sabies que el planeta podria produir prou aliments per cobrir les necessitats del doble de la població mundial actual?

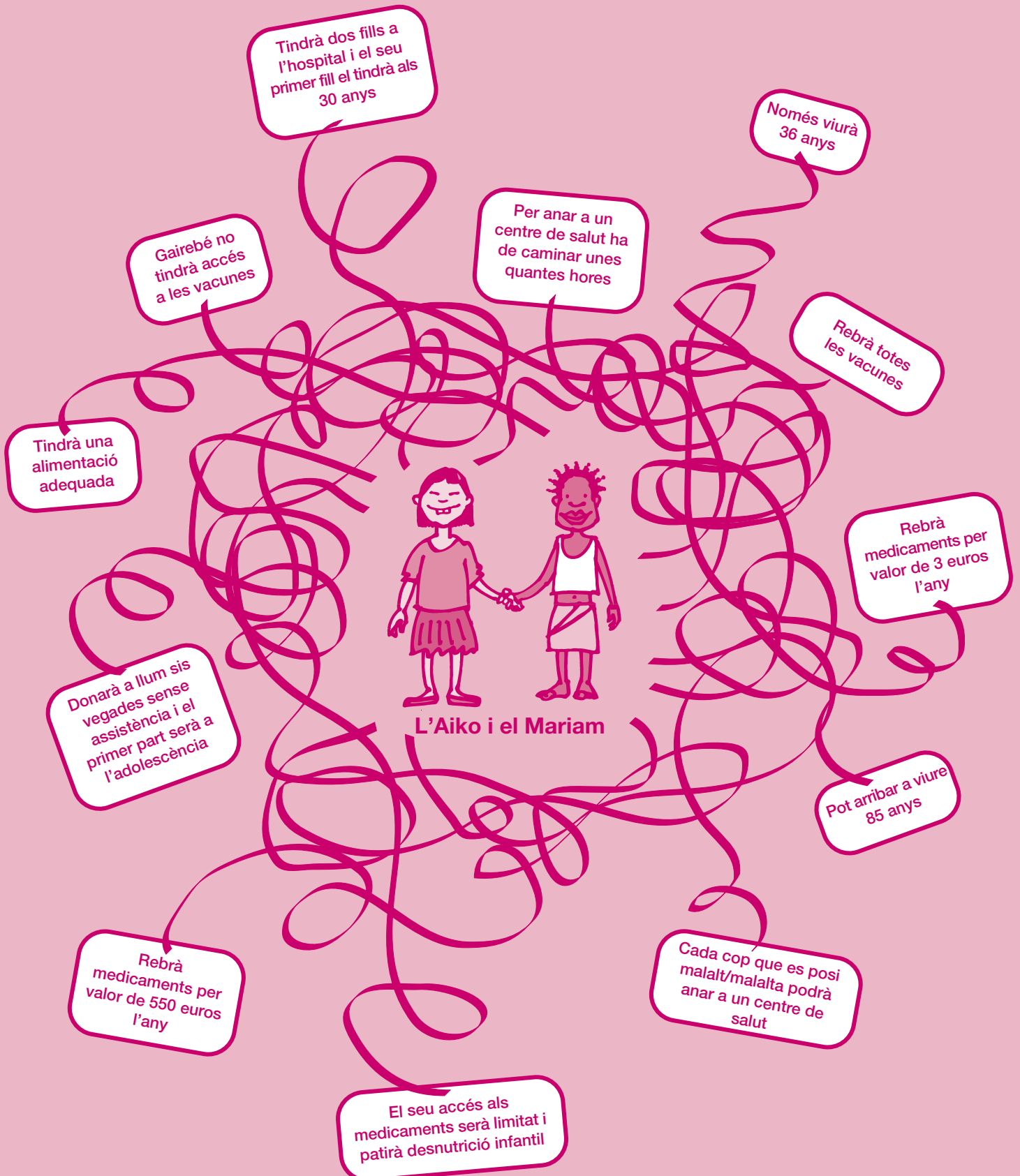


Pregunta als teus companys i companyes si han comprat mai algun producte d'alimentació que oferís un regal (un cromó, una enganxina...), i si el van comprar per la necessitat d'alimentar-se o pel regal.

Empty rounded rectangular box for writing answers.

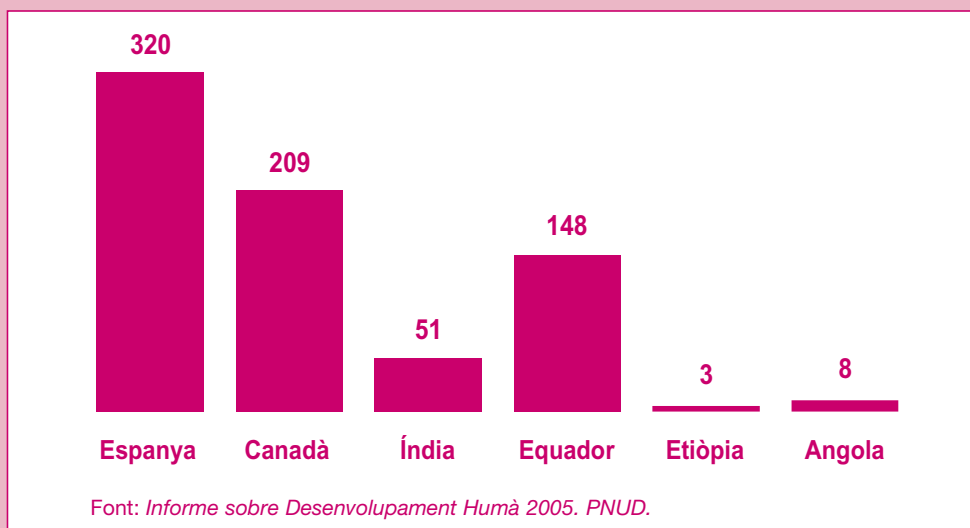
Desembolica la troca

Se'ns han creuat dues històries. Ajuda a descobrir el fil de cadascuna de les històries llegint atentament i unint els textos que corresponen a les històries de la japonesa l'Aiko i d'en Mariam, de Sierra Leone.



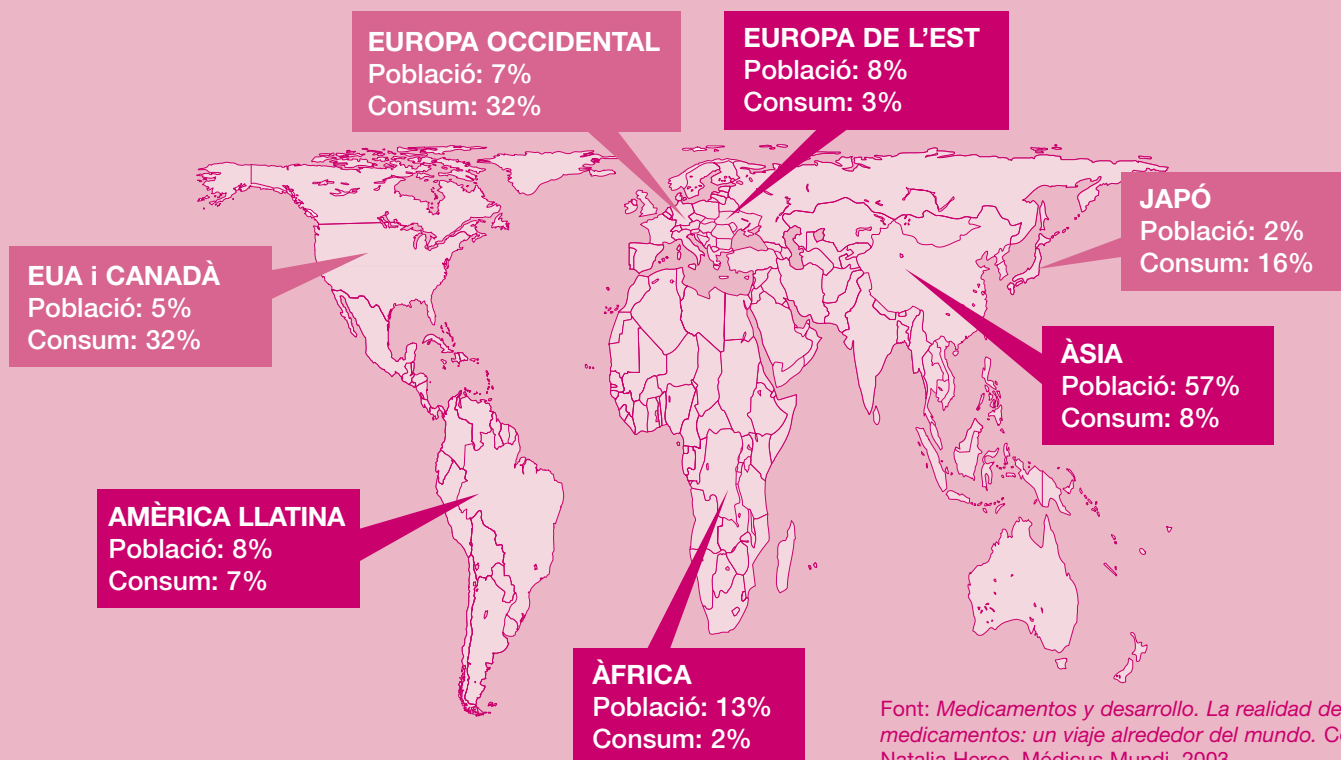
Les xifres canten

Observa el gràfic següent. S'hi mostren la quantitat de metges per cada 1.000 habitants en alguns països del món. Què et semblen les diferències? A què creus que es deu?



El repartiment diferent del consum de medicaments.

Observa el següent mapa, on registrem la relació entre percentatge de població mundial i consum de medicaments.



Si els habitants dels països més pobres són els que tenen pitjor salut per diversos motius, per què són els que consumeixen menys medicaments?

UN VIATGE AL VOLTANT DEL MEDICAMENT



Analitza el teu consum de medicaments

Contesta les següents qüestions per saber quina és la teva relació amb els medicaments (si ho necessites, pregunta-ho a casa):

	SÍ	NO
He pres algun medicament en els darrers 12 mesos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Només prenc medicaments quan me'ls recepten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Compleixo les indicacions del meu pediatra i del prospecte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Les restes de medicaments les lliuro a la farmàcia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Llegeix el següent testimoni:

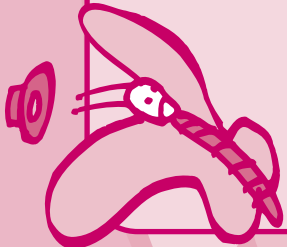
Em dic Denis i visc, com gairebé tot el meu país, el Txad, a un poblet. El meu pare fa uns dies que està malalt. Avui hem anat al metge després de caminar una mica més de tres hores. La doctora li ha fet unes proves i li ha dit que té pneumònia. Li ha receptat un medicament, però per pagar-lo el meu pare ha hagut de donar els diners del sou de tot un mes i, a més, com que està molt dèbil, ara no pot anar a treballar al camp.



Sabies que aquest mateix medicament per a la pneumònia equival a només tres hores del nostre sou?

LA SALUT DEL PLANETA ÉS LA NOSTRA SALUT

Es diu que quan una papallona mou les ales al Japó, es desencadena un huracà a l'Amèrica Central. És una manera molt gràfica de fer veure que tot està relacionat i que fins i tot l'acció més petita té les seves conseqüències, de vegades enormes. És el que es coneix com a *efecte papallona*.



L'INFORME YANA CURI va servir per confirmar la denúncia de les poblacions indígenes contra l'empresa petrolera per destruir el seu entorn i danyar-los la salut.

- Aquest informe demostra la relació que hi ha entre la contaminació del medi ambient i el desenvolupament de certes malalties en la gent que viu a la selva amazònica de l'Equador.
- La contaminació d'aquestes zones es produeix com a conseqüència de l'extracció del petroli que s'exporta i que els habitants de la zona no consumeixen, i del qual gairebé no reben beneficis.
- L'estudi ha demostrat que els abocaments contaminants als rius han afectat les poblacions rurals, ja que han provocat un augment dels casos de càncer i del nombre d'avortaments.

Creus que si a la teva ciutat es descobrís petroli es permetrien abocaments que perjudiquessin la teva salut?

Creus que el consum de petroli (en forma de plàstic, en el transport...) provoca també problemes de salut a la nostra societat?

El petroli mou les nostres vides. Què podem fer per tal que no afecti la salut de les poblacions d'on s'extreu?

En acció. Els recursos del planeta són limitats i el nostre consum de petroli destrueix el medi ambient i provoca malalties. Proposa quatre mesures per reduir el consum d'energia en el teu centre i fes un pla per posar-les en marxa.