

**Memoria del Programa de Prevención del Cáncer en el Ámbito Escolar:**

*+Vida +Saludable*

Rafael Morales Chamorro  
Sección de Oncología médica  
Hospital La Mancha Centro

## **Título**

Programa de Prevención del Cáncer en el Ámbito Escolar: *+Vida +Saludable*

**Autores:** Rafael Morales Chamorro<sup>1</sup>, Carmen Román<sup>2</sup>, Carolina Ruíz, Sandra Quiralte Gómez-Comino<sup>4</sup>, Laura Benetó<sup>5</sup>, Macarena Román<sup>6</sup>, Ainhoa Osuna<sup>7</sup>, Ana Santabaella<sup>8</sup>

<sup>1</sup>Sección de Oncología médica, Hospital La Mancha Centro; <sup>2</sup>Sección de Medicina preventiva, Hospital La Mancha Centro; <sup>3</sup>Profesora de Educación Primaria en el CEIP Carrasco Alcalde; <sup>4</sup>Educadora social, formadora y especialista en proyectos socio-educativos; <sup>5</sup>Diseñadora gráfica, CyAMarkeTeam, <sup>6</sup> Estudiante de 2º Curso de Diseño gráfico, Universidad de Berlín, <sup>7</sup>Estudiante 1º Curso del Grado de Artes Escénicas de la Universitat de Girona, <sup>8</sup>Coordinadora de la Sección SEOM de Prevención y Diagnóstico Precoz, Servicio de Oncología médica, Hospital Universitario y Politécnico La Fe de Valencia.

## **Introducción**

El cáncer constituye uno de los problemas de salud pública más importante a nivel mundial. Un gran número de tumores presentan factores de riesgo evitables.

## **Objetivos**

Dar a conocer a la comunidad escolar las 12 recomendaciones del *Código Europeo Contra el Cáncer* con la intención de favorecer en los alumnos el desarrollo y mantenimiento de actitudes y conductas saludables, las cuales presentan un carácter preventivo respecto al cáncer.

## **Material y Métodos**

El proyecto de *+Vida +Saludable* es un programa dirigido a las niñas y niños de 4º, 5º y 6º de educación primaria de los centros educativos de la localidad de Alcázar de San Juan.

## **Resultados**

Durante los meses de noviembre y diciembre 2020 nos reunimos con la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Alcázar de San Juan para exponerles los objetivos del estudio:

- Dar a conocer las 12 recomendaciones del Código Europeo Contra el Cáncer.
- Reflexionar con el alumnado sobre las consecuencias de malos hábitos de vida.
- Favorecer la toma de una postura autónoma y razonada sobre los problemas derivados de unos malos hábitos de vida.
- Sensibilizar a la comunidad educativa sobre la necesidad de instaurar estilos de vida saludables, haciendo partícipes al alumnado, equipo docentes y familias.
- Concienciar sobre la necesidad de transformación de rutinas con el fin de prevenir el cáncer.

Se concretaron las dinámicas de trabajo, que se realizarían a través de *Google Meet* para evitar la entrada de personal no docente en los centros educativos dada la situación actual derivada de la pandemia. Desde la Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Alcázar de San Juan se contactó con los equipos directivos de los centros educativos de la localidad, ofreciéndoles la posibilidad de participar en el proyecto a los cursos de 4º, 5º y 6º de educación primaria. Los centros educativos que aceptaron la invitación fueron:

- CEIP Alces (4º A, 4º B, 5º A, 5º B, 6º A y 6º B)
- CEIP Gloria Fuertes (5º A, 5º B y 6º B)
- CEIP Santa Clara (5º A, 5º B, 6º A y 6º B)
- Colegio Sagrada Familia (4º, 5º y 6º)
- Colegio Santísima Trinidad (6º).

Han participado 5 de los 11 centros de educación infantil y primaria de la localidad de Alcázar de San Juan, con un total de 324 alumnos distribuidos en 17 cursos de 4º, 5º y 6º de educación primaria.

Durante el mes de Febrero 2021 el alumnado, profesorado y familias contestaron el cuestionario “*Queremos Saber de Tt*”. En el formulario se les preguntaba diferentes aspectos: número de comidas al día, alimentos que ingiere en el desayuno / almuerzo / merienda / cena, número de comidas preparadas que ingiere a lo largo de la semana, si come en comedor escolar, comida familiar durante los fines de semana / festivos, número de bebidas azucaradas que toma a la semana, número de horas que dedica al deporte a la semana, practica deporte en familia, medio de transporte para asistir al colegio, colabora con las labores del hogar, actividades extraescolares, quién decide y a qué actividades extraescolares asiste, hora de ir a dormir, número de horas de sueño al día y si utiliza protección solar.

Entre los días 11 de marzo y 21 de abril todos los cursos realizaron 2 dinámicas de trabajo a través de conexión en remoto. Sin embargo, la pandemia COVID-19 impedía el acceso de la educadora social y docente al centro escolar, que era el planteamiento inicial en el proyecto- (**tabla 1**).

La 1ª dinámica se inició con una “*lluvia de ideas*” en la cual los alumnos explicaban lo que entendían por “hábitos saludables”. Tras escucharlos y contestar las dudas que surgían, se les emitió un vídeo en el cual se les explicaba qué es el cáncer, etiología, etc. Asimismo, en el vídeo se les explicaban las 12 recomendaciones del Código Europeo Contra el Cáncer que cada individuo puede adoptar y que pueden disminuir la predisposición a desarrollar cáncer en la vida adulta. Por último, se les encargó que escribiesen un diario con las rutinas saludables y rutinas a mejorar durante una semana completa, con la intención de reflexionar sobre sus hábitos, así como interiorizar la importancia de los hábitos de vida saludables y la posibilidad de unipersonalmente modificar su riesgo de desarrollar cáncer.

En la 2ª dinámica de trabajo se les pidió a las niñas y niños que compartieran las rutinas anotadas en sus diarios y se les propuso una reflexión: “*Y yo, ¿qué puedo hacer para evitarlo ...?*”. Uno a uno fue exponiendo los cambios que incluirían en sus rutinas personales y familiares con intención de alcanzar unos hábitos de vida saludables, compartiendo con sus compañeros su razonamiento. Antes de finalizar la segunda sesión de trabajo se les encargó escribir un cuento / cómic, en el cual los alumnos podían ser los protagonistas y debían mostrar a otros niños qué medidas pueden tomar individualmente para prevenir la aparición del cáncer. Esta actividad podían realizarla a nivel individual o grupal ya que cada clase seleccionaría y presentaría una de estas creaciones.

Igualmente, el día 19 de mayo a las 12:30 horas se realizó con todos los cursos participantes la 3ª sesión, en la cual el alumnado pudo aclarar sus dudas sobre el cáncer en general y sobre las posibles soluciones que planteaban para modificar aquellos estilos de vida que consideraban no saludable. Para finalizar la sesión y con ella el proyecto, se comunicaron los 2 ganadores del concurso de cuentos: “*Cáncer al Margen*”, elaborado por Manuel Carlos Córdoba Herrera del 5º curso A CEIP Alces y “*Oianhe y su Vida Saludable*”, elaborado por Silvia Martínez López del 5º curso del CEIP Santa Clara. Aprovechamos los cuentos ganadores para reflexionar sobre lo aprendido en el proyecto, así como los cambios que llevaría a cabo en las próximas semanas.

El día 16 de junio, a las 19:00 horas, se inauguró la exposición de todos los cuentos presentados al certamen en la Sala de Lectura Infantil de la Casa de la Cultura de la localidad de Alcázar de San Juan. Debido a la pandemia COVID-19 tan sólo asistieron la señora Rosa Melchor Quiralte, Alcaldesa de la localidad de Alcázar de San Juan; Mariano Cuartero García-Morato, Concejal de Cultura, Educación y Seguridad vial de la localidad de Alcázar de San Juan, Manuel Carlos y Silvia junto con sus familiares, Carolina Ruíz Quiralte y Sandra Quiralte Gómez-Comino en representación del equipo de trabajo del proyecto *+Vida+Saludable*. Se les hizo entrega de su cuento digitalizado, una copia ilustrada de los cuentos ganadores y un bono con un valor de 300 euros en material escolar a canjear por los centros educativos de los niños ganadores en la librería Akiservi (calle Pozo Cardona, número 58, 13600 Alcázar de San Juan, Ciudad Real), válido hasta el 31 de diciembre de 2021. La exposición de cuentos podrá visitarse en el horario de apertura de la Casa de la Cultura hasta el día 26 de junio.

Los resultados del Programa de Prevención del Cáncer en el Ámbito Escolar: *+Vida +Saludable* se presentarán en formato de póster Congreso Nacional de la Sociedad Española de Oncología médica SEOM2021 que se celebrará en formato virtual entre los días 18 y 22 de octubre de 2021.

## **Mejoras**

- 1.-** Sesión informativa a los directores de todos los centros educativos donde se explique el proyecto, los objetivos y las dinámicas de trabajo con la intención de involucrar el mayor número de centros educativos e incentivar su participación en el proyecto.
- 2.-** Sesión formativa con personal docente de los diferentes cursos y familias con la intención de que se envíe el mismo mensaje de aprendizaje a los alumnos desde el centro educativo y desde casa.
- 3.-** El concurso de cuentos se modificará parcialmente y se les entregará a los alumnos el inicio de un cuento, que ellos finalizarán siguiendo la estructura: Introducción, Nudo y Desenlace y con la finalidad de que los niños puedan sensibilizar a sus propios compañeros de la importancia de llevar unos hábitos de vida saludable.
- 4.-** Escribir un cartel informativo (A3) para exponer en todos los centros educativos de la localidad de Alcázar de San Juan. Además, se publicará un díptico explicativo donde consten las 12 recomendaciones del *Código Europeo Contra el Cáncer* que se entregarán a todos los alumnos de los centros educativos de la localidad de Alcázar de San Juan.
- 5.-** Mejora del vídeo explicativo mostrado a los alumnos donde se explique en un idioma comprensible por los niños y niñas.
- 6.-** Propuesta de realizar un cortometraje donde se muestren hábitos de vida no saludables y propuesta de mejoras, para sensibilizar a los alumnos.
- 7.-** Desarrollo de un modelo de dieta saludable para la comunidad educativa.
- 8.-** Mayor difusión local del programa *+Vida+Saludable*.
- 9.-** Realizar mayor número de intervenciones dentro del aula.

**Tabla 1:** Cronograma de las Sesiones Formativas

Centro Educativo	Grupos	Hora	Fecha
CEIP Gloria Fuertes	5º A y 5º B (Número de alumnos: <b>33</b> )	10:00 h	11 de marzo (1ª sesión)
	6º B (Número de alumnos: <b>17</b> )	11:00 h	12 de abril (2ª sesión)
CEIP Alces	4º A y 4º B (Número de alumnos: <b>29</b> )	10:00 h	17 de marzo (1ª sesión) 13 de abril (2ª sesión)
	5º A y 5º B (Números de alumnos: <b>25</b> )	11:00 h	
	6º A y 6º B (Números de alumnos: <b>32</b> )	12:30 h	
CEIP Sagrada Familia	4º (Número de alumnos: <b>28</b> )	09:30 h	18 de marzo (1ª sesión) 14 de abril (2ª sesión)
	5º (Número de alumnos: <b>29</b> )	10:30 h	
	6º (Número de alumnos: <b>28</b> )	12:00 h	
CEIP Santa Clara	5º A (Número de alumnos: <b>25</b> )	10:00 h	22 de marzo (1ª sesión)
	5º B (Número de alumnos: <b>25</b> )	11:00 h	20 de abril (2ª sesión)
	6º A (Número de alumnos: <b>25</b> )	10:00 h	25 de marzo (1ª sesión)
	6º B (Número de alumnos: <b>25</b> )	11:00 h	21 de abril (2ª sesión)
CEIP Trinitarios	6º (Número de alumnos: <b>28</b> )	13:00 h	25 de marzo (1ª sesión) 21 de abril (2ª sesión)

**Tabla 2:** Cuestionario entregado a profesores y alumnos participantes en el proyecto +Vida+Saludable

Queremos Aprender de Tí
¿Qué comidas haces al día?
¿Qué desayunas?
¿Qué almuerzas?
Indica las comidas que sueles hacer al mediodía durante una semana
¿Qué meriendas?
Indica las cenas que sueles hacer por las noches durante una semana
¿Cuántas veces comes hamburguesa no casera, pizza, patatas fritas y/o snacks a la semana
¿Comes en el comedor escolar?
¿Realizas alguna comida con los miembros de tu familia los fines de semana?
¿Con qué frecuencia tomas bebidas azucaradas?
¿Practicas algún deporte? ¿Cuál?
¿Practicas algún deporte con tu familia?
¿Cómo vas al cole?
¿Colaboras en las tareas de casa?
¿Alguna vez decides qué alimentos desayunar, almorzar o merendar?
¿Qué sueles hacer en tu tiempo libre?
¿Quién decide qué hacer en tu tiempo libre?
¿Te vas a la cama todos los días a la misma hora?
¿Cuántas horas duermes al día?
En qué momento utilizas protección solar
Cuando estás al sol, en la piscina o en la playa, ¿te sueles dar protección solar?

**Tabla 3:** Gastos durante la realización del programa piloto del proyecto *+Vida+Saludable*

Titular	Concepto	Cuantía
<b>Carmen Román Ortiz</b>	Desarrollo del proyecto +Vida+Saludable Asesoramiento médico Reuniones con Concejalía de Educación de Alcázar de San Juan Elaboración del cuestionario "Queremos saber de ti" 3ª Dinámica de trabajo Análisis estadístico del cuestionario "Queremos saber de ti"	1200,00 euros
<b>Sandra Quiralte Gómez-Comino</b>	Desarrollo del proyecto +Vida+Saludable Elaboración del cuestionario "Queremos saber de ti" Dinámicas de trabajo (x26)	2000,00 euros
<b>Laura Benetó Gandía</b>	Diseño gráfico del cuestionario "Queremos saber de ti" Diseño gráfico del vídeo explicativo +Vida+Saludable Diseño gráfico del bono-regalo a los ganadores del concurso de cuentos Digitalización de los cuentos ganadores	510,00 euros
<b>Papelería Akiservi</b>	Impresión del cuestionario "Queremos saber de ti" Impresión de los cuentos (DIN·A3) Bono-regalo a los colegios ganadores del concurso de cuentos	626,70 euros
<b>Total</b>		4336,70 euros