

SJ

SALUD Y JUVENTUD



1995  2021

pajeps

Más de 25 años formando a jóvenes



13

EDICIÓN ONLINE

PROGRAMA FEDRA

CURSO DE PREVENCIÓN,
DETECCIÓN Y ATENCIÓN A
MUJERES EN SITUACIÓN DE
DROGODEPENDENCIA DESDE LA
PERSPECTIVA DE GÉNERO

DEL 22 DE JUNIO AL 15 DE JULIO

20H

ENTRA EN WWW.FUNDADEPS.ORG

ORGANIZA



COLABORA CON





SALUD Y JUVENTUD

SALUD Y JUVENTUD (SJ)

es una publicación del Programa PAJEPS editada por la Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS) en colaboración con la Federación de Asociaciones de Scouts de España

FUNDADEPS

Hospital Clínico San Carlos
28040 Madrid
Telfs.: 91 330 25 24 / 34 22
Móvil: 615 64 07 81
e-mail: comunicación@fundadeps.org
agentesdesalud@fundadeps.org
Web: www.fundadeps.org
Facebook: www.facebook.com/fundadeps
Twitter: @FUNDADEPS
Boletín de Educación para la Salud:
<https://fundadeps.org/suscripcion-boletin/>

SCOUTS DE ESPAÑA

C/ Lago Calafate n.º 3
28018 Madrid
Telf: 91 517 54 42
Fax: 91 517 53 82
e-mail: asde@scout.es
Web: www.scout.es

DIRECCIÓN

Dra. María Sáinz.
Presidenta FUNDADEPS

CONSEJO DE REDACCIÓN

Antonio Merino, Teresa Gómez,
Nieves Cáceres, Irene Ramos,
Hernán Díaz y Marcela Gracia.

Maquetación e impresión:

Lesinguer, S.L.

ÍNDICE

- 04 EDITORIAL
- 05 INNOVACIÓN EN SALUD Y AGENDA 2030
- 09 PROGRAMA PAJEPS
- 11 EXPERIENCIAS PARTICIPANTES
- 13 ENTREVISTA A LAS COORDINADORAS DEL PROGRAMA PAJEPS
- 16 ¿POR QUÉ SER UN/A AGENTE DE SALUD PARA HABLAR SOBRE EPILEPSIA?
- 19 LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL OCIO Y LA SALUD
- 22 LA PANDEMIA Y EL FUTURO
- 24 OTROS TEMAS EN RED
- 26 SCOUTS DE ESPAÑA
- 33 PROYECTO RECONOCE



EL SUEÑO DE LA RAZÓN

Dra. María Sáinz Martín

Presidenta ADEPS-FUNDADEPS

A penas si fue ayer cuando estábamos celebrando los 25 años de la creación del programa PAJEPS. Se creó una nueva imagen conmemorativa, se difundió un vídeo sobre la importancia de ser Agente de Salud, visitamos a entidades amigas que nos ayudaron a seguir creciendo (como el INJUVE, o la Gerencia de nuestro propio Hospital Clínico San Carlos...), incorporamos algunos de nuestros programas al territorio de América Latina, seguimos trabajando en nuevos proyectos y acciones, y sin apenas advertirlo, sin dar tiempo a más, todo quedó quieto, difuso. El llamado COVID-19 entró de lleno en nuestras vidas para que nada fuera igual. Cerramos las oficinas y regresamos a nuestros hogares, confiando en que el tiempo fuera nuestro mejor aliado. Y pudimos aprender a visitarnos desde la frialdad de las pantallas, a conectar la vida con angustia y con una sonrisa, a seguir trabajando con la misma ilusión de siempre.

A pesar de ese fatídico día, que tanto dolor y vacío ha dejado en nuestra historia personal, hemos seguido creciendo y nos hemos hecho más fuertes. Con el éxito de las voluntades pusimos en marcha el III ENCUENTRO ESTATAL DE AGENTES DE SALUD. Toda una aventura virtual que ha continuado con otras acciones, bajo el trabajo y la entrega de todo nuestro equipo técnico.

Siempre nos ha quedado pendiente saber, de primera mano, qué recuerdos tienen nuestras primeras coordinadoras de PAJEPS. Es cierto que han sido muchas, pero ahora podemos estar con algunas de ellas. Con ello no solo queremos reconocer esa labor de años, sino también afianzar los nuevos signos de la memoria en este tiempo de pandemia, porque al contrario de lo que pensaba el genial Francisco de Goya, el sueño de la razón no crea monstruos, crea voluntades. Y la nuestra es muy fuerte.

INNOVACIÓN EN SALUD Y AGENDA 2030

EJES DEL III ENCUENTRO DE LA RED ESTATAL DE AGENTES DE SALUD

Más de un centenar de Agentes de Salud y de representantes de entidades públicas y privadas comprometidas con la promoción y la educación para la salud en la población juvenil se reunieron los días 24 y 25 de marzo de 2021 en el III Encuentro de la Red Estatal de Agentes de Salud, organizado por la **Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS)** con el apoyo del **Ministerio de Sanidad**.

Atendiendo a la situación de pandemia actual y a las restricciones del número de personas en las reuniones, el Encuentro se desarrolló de forma íntegramente online. A lo largo de dos días, las y los participantes en el evento se conectaron a conferencias en directo con jóvenes promotores/as comprometidos en proyectos dirigidos al cuidado de la salud, la innovación y el impulso de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible.

La presidenta de FUNDADEPS, la **Dra. María Sáinz Martín**, destacó la importancia de este evento para la Red: *"La crisis derivada de la pandemia de COVID-19 nos ha mostrado el enorme potencial de las redes colaborativas y nuestro Programa de Agentes Jóvenes en Educación para la Salud (PAJEPS), pionero en España y una referencia en Iberoamérica, es una muestra de ello. Llevamos ya 26 años trabajando en red para intervenir de manera directa, en cada Comunidad Autónoma, con el público juvenil, haciendo tangible aquello de pensar globalmente y actuar localmente"*.

En el acto de apertura del III Encuentro de la Red Estatal de Agentes de Salud, contamos con la presencia de la presidenta del Consejo de la Juventud de España (CJE), **Elena Ruiz**. En su intervención remarcó la importancia de la red de Consejos de la Juventud estatales y comarcales, que intentan aunar los intereses y necesidades de las personas jóvenes en relación con el ocio, la educación y las políticas de empleo, y destacó que estas últimas son una prioridad en estos momentos por las crisis sanitaria y económica derivadas de la pandemia de COVID-19. La salud mental y la atención psicológica de personas jóvenes —en especial, las conductas asociadas



a adicciones como la ludopatía—; la promoción de hábitos de vida saludable, la actividad física y de modelos de consumo responsable son algunas de las prioridades del CJE. Elena Ruiz también reafirmó su apoyo a la Red Estatal de Agentes de Salud y su disposición a seguir trabajando conjuntamente, tal y como ha venido desarrollando la Red desde su creación.

► <https://www.youtube.com/watch?v=-G3i8ja-jPw4&t=328s>

La coordinadora del Programa PAJEPS, **Irene Ramos Núñez**, reivindicó el papel protagonista de los jóvenes en este III Encuentro de la Red Estatal de Agentes de Salud. *“Es un orgullo ver cómo las y los jóvenes que han participado en las distintas ediciones del Programa PAJEPS toman la palabra para compartir sus experiencias y pensar de forma conjunta en todo lo que pueden aportar a la transformación social. Y lo hacen en un contexto de pandemia en el que, además, las y los jóvenes están siendo uno de los colectivos más afectados y no se está hablando mucho de ello”*.

Jóvenes que transforman el mundo

La conferencia inaugural del Encuentro estuvo a cargo de **María González Manso**, Ingeniera Biomédica por la Universidad Carlos III de Madrid y líder de la startup Tucuvi, en la que desarrollan soluciones con inteligencia artificial para expandir la capacidad de cuidados de los profesionales sanitarios y garantizar que todos los pacientes estén bien atendidos. Bajo el título “Innovación para transformar la salud”, María González explicó en su conferencia que Tucuvi es una plataforma de atención y cuidado virtual, que por un lado tiene un panel de control que ayuda a los profesionales y por otro lado un cuidador virtual especializado en las principales patologías crónicas de los adultos mayores que cuida de los/las pacientes.

Este cuidador virtual llama por teléfono cada día a los/as pacientes y, a través de técnicas y algoritmos de procesamiento de lenguaje natural, procesa la conversación y entrega a los/as profesionales sanitarios un informe transformado en escalas para que puedan intervenir si fuera necesario. Tucuvi permite hacer cientos de llamadas de seguimiento al día, ayudando y complementando el trabajo de los/as profesionales sanitarios en la gestión de pacientes

crónicos. Al tratarse de un asistente virtual que funciona de forma online, sin necesidad de presencialidad, esta herramienta se está mostrando de gran utilidad en tiempos de pandemia.

“Este Encuentro es el lugar ideal para hablar de la transformación, de cómo cuidamos y cómo nos cuidamos nosotros. Somos los jóvenes los que vamos a definir cuál va a ser la salud del futuro. Todos y todas somos críticos y relevantes para definir la sanidad del futuro y cómo vamos a cuidar, desde emprendedores/as y profesionales sanitarios. A mí la persona que más transformó e impacto en cómo me cuidaba fue mi profesora de educación física del instituto”, afirmó María González.

► <https://www.youtube.com/watch?v=XWpXd-YBPJAw>.

Experiencias de los PAJEPS

Los y las agentes de salud formados en el Programa PAJEPS tuvieron una presencia destacada durante los dos días del Encuentro, con intervenciones en las que compartieron los proyectos en los que están implicados.

La mesa de experiencias de Agentes de Salud del primer día fue moderada por Itahisa Pérez, docente e investigadora de la Universidad de La Laguna, Agente de Salud y promotora de FUNDADEPS en la Comunidad de Canarias. La primera comunicación estuvo a cargo de **Elena Peña Calzado**, Agente de Salud PAJEPS 2019), que es graduada en Educación Primaria (U. de Sevilla), Máster en Educación para el Desarrollo, Sensibilización Social y Cultura de Paz (UPO) y especialista en intervención educativa en Salud y Sexualidad (Universidad Nebrija). En su comunicación “Diversitygen: feminismo y sexualidad” presentó el proyecto Congreso Diversitygen, que es una unión entre la academia y el activismo sobre sexualidad y perspectiva de género.

► <https://www.youtube.com/watch?v=xMgtA-20Xg8o>

Posteriormente intervino **Andrea Lozano García**, Agente de Salud PAJEPS 2020 y doble Grado de Derecho y Administración de Empresas. Andrea relató que desde los 17 años tiene epilepsia y eso le ha motivado a investigar y realizar actividades de divulgación como talleres en colegios e institutos, programas de radio, una plataforma web y acciones con asociaciones de personas con epilepsia, explican-

do en qué consiste esta patología y cómo afecta la vida de las personas que la padecen. Su comunicación "Lolito epiléptico: haz visible la epilepsia" es un ejemplo claro de cómo realizar educación para la salud de forma entretenida y efectiva sobre epilepsia, con el foco puesto en mejorar la salud de las personas y en la normalización y concienciación de esta enfermedad.

► <https://www.youtube.com/watch?v=Cl-veQz7tWPY&t=427s>

Pedro Adoniram García Castruita, Agente de Salud de PAJEPS México en 2018, fue el encargado de cerrar la mesa del primer día con su comunicación "Voces LGTBI desde la Frontera Norte". Adoniram es activista LGTTBIQ+



y está especializado en prevención, atención e investigación en VIH y nuevas masculinidades, con amplia experiencia de trabajo con hombres homosexuales, trabajadores/as sexuales y hombres migrantes. En su ponencia compartió su trabajo en promoción de salud con colectivos vulnerables, y recalcó la importancia del trabajo en red para visibilizar las disidencias sexuales y afectivas. Adoniram insistió en la importancia de la especialización en estas problemáticas e instó a trabajar por los derechos humanos de estos colectivos desde una perspectiva social y de salud.

► <https://www.youtube.com/watch?v=ix5J-c9BcAXA>

Los y las Agentes de Salud PAJEPS también tuvieron presencia el jueves 24 con la mesa de experiencias moderada por **Antonia Sánchez Lazaro**, docente de la Universidad de Murcia, Agente de Salud y promotora de FUNDADEPS en la Comunidad de Murcia.

El primero en intervenir fue Roberto Pedrero Tomé, Agente de Salud PAJEPS 2018 e investigador en epidemiología nutricional (UCM) y Máster de Bioestadística y Bioinformática (Universidad de Cataluña). En su ponencia "Diagnóstico del estado nutricional de la población escolar del Bajo Lempa" describió una experiencia de trabajo en El Salvador, que pudo abordar de una manera más efectiva gracias a los conocimientos adquiridos en PAJEPS *"Es una experiencia que hay que vivir sí o sí. Mi carrera fue muy teórica, yo venía de un mundo muy académico, con muy poca devolución a la sociedad. Lo que aprendí en PAJEPS de la mano de compañeros/as del ámbito de la enfermería, de la integración y la educación social, fue a detectar y escuchar las necesidades de la población. Y aplicar mi conocimiento científico a las necesidades sanitarias de una población concreta. Me vino bien enriquecerme en el intercambio de experiencias"*, contó Roberto, al tiempo que animó a los y las jóvenes a apuntarse a futuras ediciones de PAJEPS.

► <https://www.youtube.com/watch?v=fh-n8eMhy2y4&t=288s>

En segundo lugar intervino **Javier Ramón Gras**, Agente de Salud PAJEPS 2019, que es monitor y coordinador de ocio y tiempo libre de la Asociación El Patio y estudiante del Grado de Psicología en la UCM. Además, investiga y colabora en tres proyectos sobre micromachismos, factores de personalidad en conductas prosociales y estilos de aprendizajes en las aulas. Javier es fundador de Wimovi Social Tec, una empresa de reciente creación en la que pretenden desarrollar aplicaciones y web destinadas a solventar los problemas sociales, poniendo la tecnología al servicio de la sociedad y la inclusión social. En su ponencia "Wimovi: un nuevo concepto de red social" recalcó cómo las redes sociales promueven conductas de ocio superficiales entre los y las jóvenes (fama, moda, popularidad, ser viral) que se traducen en retos peligrosos y que facilitan una obsesión por la apariencia física. El miedo a la

exclusión y el deseo de pertenencia al grupo de los y las adolescentes alimenta conductas de riesgo a través de las redes sociales especialmente Youtube e Instagram. Dar “likes” y consumir este tipo de ocio sostiene que se sigan retroalimentando. En cambio, Wimovi pretende ser una aplicación que fomente el pensamiento crítico y los valores saludables, en la que los y las usuarios publiquen acciones que muestren sus mejores valores.

► https://www.youtube.com/watch?v=jF_34x-VgVOQ&t=1218s

El cierre de la segunda mesa de experiencias estuvo a cargo de **Cristina Márquez Sánchez**, Agente de Salud PAJEPS 2000, profesora e investigadora, licenciada en Psicología Clínica y de la Salud (UCM) y experta en mediación familiar (UNED). Desde el año 2018 trabaja en el proyecto Vidas Cruzadas de la fundación Educacuentos y en su ponencia se refirió al proyecto “Plataforma Somos Vidas Cruzadas”, una iniciativa que trabaja en la detección y prevención del acoso escolar. El proyecto comenzó en la provincia de Toledo, como un cómic interactivo, para trabajar en centros escolares, y ahora también incluye charlas formativas para padres y tutores y una guía pedagógica para trabajar sobre el acoso escolar en el aula. El programa involucra de manera activa a los alumnos/as a través de concursos de carteles, videoclips y cortometrajes. Ha sido reconocido con el premio “Google Impact challenge 2021” y está abierto a todos los centros escolares que quieran unirse y participar.

► <https://www.youtube.com/watch?v=wCc-dpely6cO&t=1275s>

La juventud y la Agenda 2030

El papel que las y los jóvenes pueden desempeñar en la difusión e impulso a los Objetivos de Desarrollo Sostenible fue el eje de la intervención de **Pablo Prego Meleiro** en la conferencia de clausura. Con el título “El desafío de la juventud ante la agenda 2030 para el desarrollo sostenible. Una década crucial”, este licenciado en Farmacia, Máster en Ciencias Policiales y Máster en Fenomenología Terrorista, e investigador de la Universidad de Alcalá de Henares, realizó una presentación muy didáctica y motivadora sobre la Agenda 2030. En su intervención enfatizó que la Agenda es una

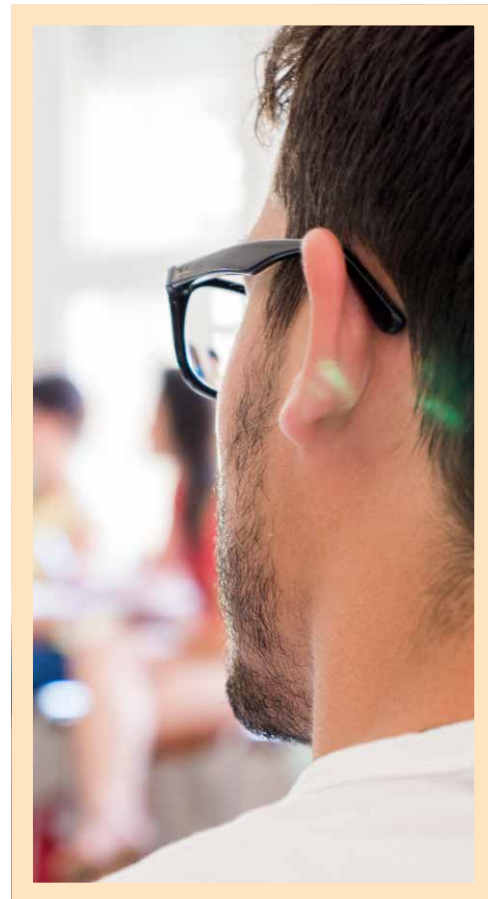
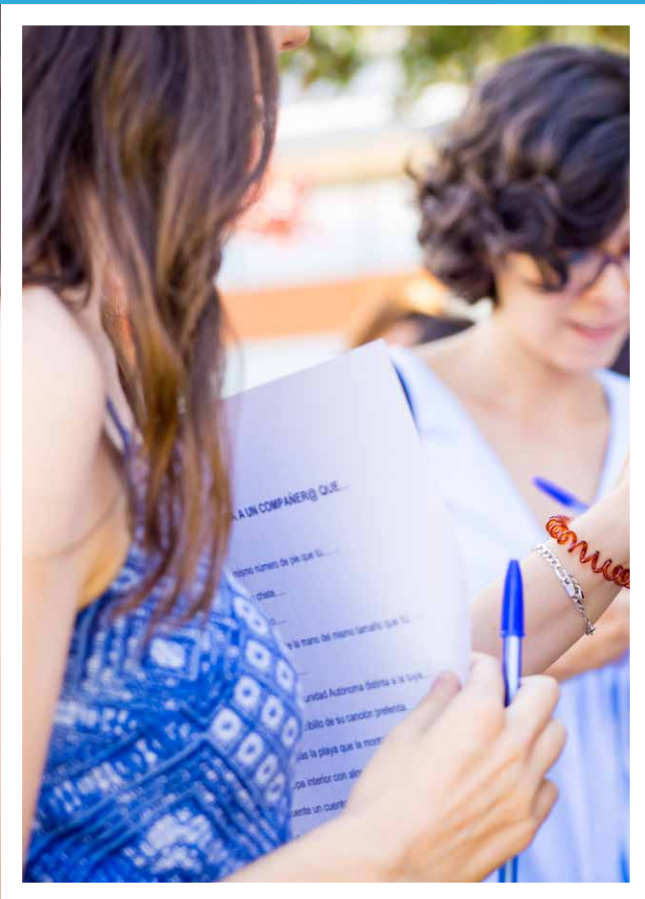
guía para la gente joven y les invitó a intentar alcanzar los ODS con los jóvenes como motor de cambio. *“Nos quedan casi 10 años por delante, pero es una tarea urgente reconducir al mundo por el camino de la sostenibilidad y la resistencia. La Agenda 2030 nos reconoce a los jóvenes como agentes fundamentales del cambio. En los Objetivos de Desarrollo Sostenible encontramos una guía para encauzar nuestra infinita capacidad de activismo y de creatividad para contribuir a un mundo mejor”*.

► <https://www.youtube.com/watch?v=Wx-pOudarplo>

El cierre del III Encuentro de la Red Estatal de Agentes de Salud lo realizó **Diego Villalvilla**, enfermero y fisioterapeuta del CS Martínez de la Riva de Madrid, coordinador de Actividad Física y Salud de FAECAP y promotor de FUNDADEPS en la Comunidad de Castilla-La Mancha. Su intervención, en la que se refirió a un proyecto de salud comunitaria desarrollado en el barrio de Vallecas (Madrid), sirvió también para homenajear al Dr. Juan Luis Ruiz-Giménez, referente de la Salud Pública española fallecido recientemente. Además, reconoció la inspiración e influencia de FUNDADEPS y de la Dra. María Sáinz en su trabajo de promoción y salud comunitaria. En su ponencia, Diego resaltó la importancia de la participación comunitaria en la salud *“Ser agentes comunitarios es muy importante- Tenemos una responsabilidad y la obligación de tomar decisiones. Existen bienes, como es la Sanidad, que solo se pueden suministrar colectivamente”*. En su exposición mostró experiencias concretas de promoción de la salud comunitaria; creación de alianzas y redes; y capacitación de Agentes de Salud con la metodología PAJEPS.

► https://www.youtube.com/watch?v=b3RK_9eokU&t=74s

En resumen: un encuentro muy productivo que nos abrió las ventanas a múltiples iniciativas de promoción de la salud y educación para la salud. Acciones que nos recuerdan el papel protagonista que tienen que los y las jóvenes en la transformación de nuestra sociedad, aprovechando toda la potencia y las sinergias que ofrece nuestra Red Estatal de Agentes de Salud. ¡Nos vemos en el próximo Encuentro!



PROGRAMA de AGENTES JÓVENES en EDUCACIÓN PARA la SALUD



¿QUÉ ES?

Es un Programa organizado por la Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS) y subvencionado por el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social que pretende promover hábitos de vida saludables entre la población juvenil a través de la formación de jóvenes líderes de asociaciones juveniles o con una potencialidad importante a la hora de contactar y verter sus conocimientos sobre colectivos juveniles y adolescentes.

Quién y cómo participar

- Jóvenes de entre 18 y 30 años.
- Que pertenezcan a una asociación, entidad o institución.
- Que sean presentad@s o avalad@s por una asociación, entidad o institución.
- Es necesario cumplimentar la ficha de adhesión al Programa.
→ www.fundadeps.org
- Compromiso de divulgación de la Educación para la Salud.
- Realizar intervenciones directas entre los colectivos de jóvenes y adolescentes en las comunidades de origen.

Contenidos

- Educación para la Salud.
- Salud Comunitaria.
- Prevención de adicciones.
- Educación sexual.
- Diversidad sexual y de género.
- Prevención ITS-VIH/Sida.
- Alimentación saludable.
- Técnicas de comunicación.
- Medio ambiente y bienestar.
- Reducción de daños.
- Recursos psicoemocionales.
- Violencia de género en el noviazgo.
- Medidas generales de prevención y control de infecciones.
- Metodologías de la Educación para la Salud.
- Técnicas de Intervención para la Promoción de la Salud.

Dónde informarse

ADEPS-FUNDADEPS

(Fundación de Educación para la Salud)
Hospital Clínico San Carlos
Calle Profesor Martín Lagos, s/n
Planta 7ª Norte
28040 Madrid

Dirección

Dra. María Sáinz

Coordinación

Irene Ramos

Secretaría

De lunes a viernes de 10 a 14 horas

☎ 91 330 37 05
615 64 07 81

✉ agentesdesalud@fundadeps.org

🌐 www.fundadeps.org

f www.facebook.com/fundadeps

🐦 @FUNDADEPS

YouTube www.youtube.com/fundadeps



EXPERIENCIAS

de l@s participantes de PAJEPS

Mi experiencia en el programa PAJEPS 2020 ha sido muy enriquecedora. Empecé esta aventura sin ser seleccionada, lo cual me puso muy triste, ya que desde el momento en el que vi el curso, sentí que quería hacerlo porque me interesaban mucho los contenidos, la forma en la que se iba a desarrollar y lo que significaba poder ser Agente de Salud.

Más tarde, recibí la noticia de que finalmente podía acceder a participar en el curso, lo que me hizo mucha ilusión, ya que ahí comenzó mi andadura con FUNDADEPS, empecé a conocer cómo trabajaban en la Fundación y los programas que desarrollaban.

En este programa he podido aprender y valorar la importancia de la figura del Agente de Salud como profesional que actúa e interviene en las realidades sociales del día a día de las personas. Y también he aprendido a sentir que, como sociedad, podemos hacer mucho si hay ganas y trabajo.

En cuanto al equipo docente, se compone de un maravilloso grupo de profesionales especializados, quienes hicieron muy fácil el aprendizaje y motivaron mucho a la participación en los foros, esto hizo que gente de muchas partes de España nos conociéramos y compartiéramos nuestras experiencias, intereses y recursos que íbamos recomendando por los foros. La metodología seguida ha sido fácil de llevar, pese a que la situación nos lo había puesto como reto. La parte práctica era una de las que más miedo me daba, ya que la situación del COVID-19 parecía ponerlo difícil para poder ser creativa, pero gracias a las nuevas tecnologías al final decidí crear un blog en el que hacer publicaciones en relación a mis intereses, como es la salud mental y la perspectiva de género.

Sin duda, es una experiencia que recomiendo y que repetiría, incluso me encantaría que se pudiera hacer más adelante algún encuentro presencial para ver cómo han ido evolucionando los proyectos, poder conocer a más Agentes de Salud e incluso crear nuevas ideas de intervención entre todos/as.

Os animo a que, desde FUNDADEPS, sigáis con esta labor educativa y divulgativa otros 25 años más, y mientras tanto yo seguiré recomendándoos y apuntándome a más formaciones para seguir aprendiendo, y para poder llegar algún día a ser parte de este gran equipo.

MIREYA ESTESO BANCALERO

Lwa verdad es que conocer el Programa PAJEPS en esta edición 2020 ha sido para mí una sorpresa... justo cumpliría al final del año la edad de corte para acceder al Programa, lo que me animó a investigar profundamente qué traía consigo esta formación, y de ahí que me aventurara a hacer los trámites necesarios para solicitar la participación en ella. Fue una enorme sorpresa cuando me concedieron la oportunidad de participar en PAJEPS y formarme como Agente de Salud, este año en modalidad online debido a las circunstancias de sobra conocidas por todos/as de la pandemia por el COVID-19.

Ha sido una experiencia muy positiva, porque mediante las diferentes temáticas de la formación he podido conocer cómo la salud está presente en una multitud de ámbitos, por ejemplo, en la educación transmitimos información a las personas durante nuestro día a día que antes me podía pasar desapercibida, y que ahora se han convertido en herramientas que comparto en el desarrollo de mi profesión como Trabajadora Social, y en el acompañamiento a diferentes personas en diversidad de actividades y contextos sociales.

Ha sido para mí una oportunidad el poder transformar los contenidos aprendidos, en las intervenciones prácticas que desarrollé en el Programa. En ellas elaboré materiales para la difusión de medidas de prevención y promoción de la salud, y también desarrollé charlas formativas entre la población migrante.

Participar en esta experiencia me ha ayudado a nivel personal y profesional a darme cuenta de la importancia de la salud, a valorarla realmente, y a transmitir ese valor a personas de todas las edades. En conclusión, hemos de cuidar la salud y hacer de esta sociedad un mundo más humano partiendo de la responsabilidad individual e incidiendo en la responsabilidad colectiva sobre nuestra salud, así como cuidando de la tierra pues ella influye positivamente en nuestro bienestar, en el cuidado de nuestra salud y de nuestras vidas.

¡GRACIAS por la oportunidad de conoceros y de participar en PAJEPS! Animo a todas las personas jóvenes a que participen en el Programa, es una experiencia que cambia la mirada hacia el mundo que nos rodea y sin duda nos enriquece.

AROHA AMARO GARRIDO



PRIMERA EDICIÓN
ONLINE



PROGRAMA DE AGENTES JÓVENES EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD (PAJEPS)

¿TIENES ENTRE 18 Y 30 AÑOS?

¿QUIERES FORMARTE EN
EDUCACIÓN PARA LA SALUD?

¿Y REALIZAR INTERVENCIONES
EN TU COMUNIDAD?

ENTRA EN WWW.FUNDADEPS.ORG

35€

25 años
pajeps
AGENTES DE SALUD

del 15 de septiembre
al 1 de diciembre

REALIZA:



SUBVENCIONADO POR:



☒ POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

ENTREVISTA

a las Coordinadoras del Programa PAJEPS



Nieves Cáceres Álvarez

Coordinadora del Programa PAJEPS desde el 2000 hasta el 2012

¿Cómo definirías el Programa Pajeps en 3 palabras?

Jóvenes, formación e intervención.

Durante tu tiempo en la coordinación del Programa Pajeps, ¿cuáles dirías que fueron los temas de formación que más gustaron y los más relevantes?

Los temas de formación que más gustaron fueron Educación afectivo sexual, Prevención del abuso de drogas, Alimentación y nutrición y metodología de la EPS.

Los temas más relevantes y sobre los que se realizaron intervenciones fueron Nutrición, Educación afectivo sexual, Prevención de Drogas y Prevención de ITS/VIH y SIDA.

¿Cuáles fueron los principales desafíos, cambios y aprendizajes?

Algunos de los principales desafíos fueron encontrar un lugar donde desarrollar PAJEPS relativamente bien comunicado y espacioso para reunir y propiciar la convivencia durante una semana entre 40 jóvenes de 14 CCAA.

Implantar un modelo diferente de EpS basado en la formación e intervención de tú a tú.

Potenciar la figura del Agente de Salud como joven con liderazgo y capacidad para transmitir conocimiento a sus iguales en materia de Eps y buenos hábitos saludables.

Fomentar una mayor participación de varones, puesto que históricamente siempre han sido mujeres más de la mitad de los/as participantes del programa.

Cada grupo es único, aprendes con ellos que el cambio está en la convivencia y en el aprendizaje multidisciplinar en EPS. Y que para avanzar hay que educar siempre que se pueda y/o prevenir la reducción de los daños o riesgos. Es una formación intensiva y una convivencia que fomen-

ta el intercambio de experiencias y la participación activa de los/las jóvenes como protagonistas de su propia salud.

¿Cómo ves la evolución de Pajeps desde las primeras ediciones hasta las ediciones actuales?

Es lógico y deseable que el programa PAJEPS evolucione con los tiempos y se adapte a las nuevas necesidades formativas de los jóvenes en cuanto a temáticas y clases más prácticas y dinámicas. Además, resulta muy enriquecedor que los/as Agentes de Salud ya formados vuelvan al programa desde una doble vertiente de formados y formadores de PAJEPS para transmitir su profesionalidad y su valor añadido de una experiencia única a sus iguales. El programa PAJEPS hay que vivirlo para comprenderlo en toda su magnitud. Es fomentar la Cultura de la Salud y aplicar el método en cualquier entorno de la vida por una salud poblacional e individual de mayor calidad.

El Programa PAJEPS desde sus comienzos, siempre ha contado con una revista del propio programa, en ella se ven los cambios de edición y de nombre: Comenzamos con "Higeia", pasamos a "Cultura de la Salud", y actualmente la revista se denomina "SJ - Salud y Juventud".

¿Qué ha cambiado y que se mantiene?

Han cambiado un poco las temáticas (se han incorporado temas muy demandados, como RCP, actividad física y educación medioambiental...), el profesorado y la propia retroalimentación de los/as jóvenes formados que ahora son también formadores de las futuras promociones de PAJEPS.

Se mantienen las ganas de compartir, de convivir y de aprender nuevas técnicas metodológicas en EPS, de crear Red y grupo que perdura en el tiempo con lazos tanto profesionales como de amistad. ¡Somos una gran familia, como nos gusta llamarnos!

Continuamos con ganas de realizar encuentros de Agentes de Salud ya formados, hasta la fecha ya hemos realizado tres Encuentros de la Red de Pajeps (1º encuentro en "El Paraninfo" de El Escorial, 2º encuentro en "La Cristalera" en Miraflores y el 3º encuentro este mismo año en versión virtual, dadas las circunstancias).

Marta Ampuero Ludeña

Coordinadora del Programa PAJEPS desde el 2012 hasta el 2016



¿Cómo definirías el Programa Pajeps en 3 palabras?

Aprendizaje, vivencias y compartir.

Durante tu tiempo en la coordinación del programa Pajeps, ¿cuáles dirías que fueron los temas de formación que más gustaron y los más relevantes?

En cuanto a las temáticas que más gustaban destacaría dos: Metodología de intervención y Técnicas de comunicación verbal. Tanto por la forma de dar clase como por la calidad de los docentes a la hora de impartir la materia. También destacaría la importancia de las temáticas que se introdujeron nuevas como actividad física, recursos psicoemocionales, Educación Medio Ambiental...

¿Cuáles fueron los principales desafíos, cambios y aprendizajes?

El mayor desafío para mí fue coger el testigo de mi antecesora en la coordinación Nieves, pues el programa llevaba muchos años funcionando y lo viví como un gran reto, no solo profesional sino también personal. Se introdujo como novedad una digitalización de la forma de proceder a nivel administrativo y logístico, y se renovó parte del temario para adaptarnos a las nuevas generaciones que venían con otras demandas, haciendo un tránsito de lo que hasta ese momento era el programa, hasta lo que es a día de hoy. Se hizo mucho hincapié en la difusión para poder llegar a nuevas instituciones que hasta el momento no nos conocían, y se introdujo el programa en redes sociales, lo cual ayudó mucho a que PAJEPS tuviese más visibilidad para los/as jóvenes a los que estaba enfocado.

¿Cuál crees que es la mayor fortaleza del programa Pajeps?

Creo que la fortaleza de PAJEPS es poder compartir con personas que tienen intereses afines una formación y una convivencia con todo lo que ello conlleva... crear amistades, un lugar de encuentro de compartir formación e información, creación de posteriores redes de profesionales que puedan intercambiar sus intereses, sus dudas, sus experiencias, no solo a nivel profesional sino también personal, y por supuesto hacer llegar la importancia de la Educación para la Salud a todo tipo de personas a través de la intervención sociosanitaria. A mi parecer es un programa muy completo y enriquecedor en todos los sentidos y desde luego lo recomiendo, no solo por haber formado parte de él como coordinadora, sino también como Agente de Salud.

Irene Ramos Núñez

Coordinadora del Programa PAJEPS desde el 2018 hasta la actualidad

¿Cómo definirías el Programa Pajeps en 3 palabras?

Aprendizaje, transformación y diversidad.

Durante tu tiempo en la coordinación del programa Pajeps, ¿cuáles dirías que fueron los temas de formación que más gustaron y los más relevantes?

Los temas dentro de la formación que más éxito han tenido en estos últimos años son el módulo de sexualidad, el de prevención del VIH, diversidad sexual y de género, y metodología de la intervención. Hemos ido adaptando las temáticas a las necesidades y peticiones de los/as jóvenes, ofreciendo así una formación actualizada y de gran calidad y utilidad para los/as Agentes de Salud.

¿Cuáles fueron los principales desafíos, cambios y aprendizajes?

Asumir la coordinación del Programa PAJEPS no es tarea fácil, pero tuve la suerte de acudir a la edición del año 2017 como personal de apoyo a la coordinación, lo cual me permitió conocer la magnitud del Programa de primera mano.

Los retos comienzan ya desde la selección de los/as participantes. Actualmente los/as jóvenes tienen unos perfiles, tanto en formación como en voluntariado, idiomas, experiencia profesional, etc. muy buenos, lo que dificulta enormemente la tarea. La logística del Programa es compleja, contamos con una gran cantidad de módulos teóricos, un/a docente esperto/a por módulo, los desplazamientos de los/as Agentes de Salud, la organización de los encuentros, la supervisión de las intervenciones, etc. Pero cada año realizamos todas estas tareas con ilusión y entusiasmo, intentando siempre transmitir a los/as jóvenes la importancia de la Educación para la Salud, la prevención y/o la promoción de hábitos de vida saludables, fomentando que se hagan responsables de su propia salud, y que puedan compartir todo lo aprendido con otros

colectivos de jóvenes.

¿Cómo ha sido el cambio de PAJEPS presencial a estas ediciones en el contexto pandemia con la adaptación online?

Debido a la llegada de la pandemia del COVID-19, nos vimos obligados a cambiar la modalidad de la formación a online, y a adaptar todo el programa para seguir ofreciendo la mejor experiencia posible para los/as participantes. Ha sido todo un desafío, puesto que uno de los puntos fuertes del Programa es la parte de la convivencia, pero creo que se ha podido suplir con la cercanía que nos permitían tener los medios tecnológicos, así como con la atención más personalizada y las facilidades para la realización del mismo. El feedback que hemos obtenido tras la primera edición online es muy positivo, lo que nos impulsa a continuar en esta línea mientras sea necesario cumplir con las normas de seguridad vigentes, manteniendo la esencia y la calidad del Programa.

¿Cuál será el futuro del Programa PAJEPS?

PAJEPS es más que un programa de formación para jóvenes. Después de más de 25 años se ha convertido en un programa modelo de promoción de salud como concepto integral, con una metodología consolidada y efectiva, referente tanto en Europa como en Sudamérica. No me cabe la menor duda de que PAJEPS tiene un largo recorrido por delante, y de que continuará formando a jóvenes en temas relacionados con la Educación para la Salud, para que puedan intervenir con otros colectivos de jóvenes dentro de sus comunidades, creando red y expandiendo así la idea fuerza de la importancia que tiene la Cultura de la Salud para toda la población.



¿Por qué ser un/a Agente de Salud para hablar sobre EPILEPSIA?

Andrea Lozano

Hace no mucho tiempo descubrí la definición de "Agente de Salud". Hasta entonces, no tenía ni idea de qué era o para qué servía. Desde ese momento, decidí emprender el viaje.

Con 17 años tuve mi primera crisis de epilepsia sin saber que era una crisis. Al tener la segunda, fui al neurólogo a que me dijera qué le había pasado a este cerebro mío. En la consulta me dijeron qué ocurría, qué medicación debería empezar a tomar, los posibles efectos secundarios que podían pasar... En ocasiones, incluso se tiende a prohibir o a no recomendar algunas actividades, como salir de fiesta, tener un horario del sueño fluctuante, tomar alcohol, etc. para mejorar tu día a día y reducir al máximo tus crisis. Al principio llega a ser un agobio para la persona hasta que acepta la situación. En ese momento, apareció una línea entre mi vida de antes y mi nueva vida que no entendía y tampoco quería entender.

Pero, ¿qué es la epilepsia?

Es un trastorno neurológico que afecta a más de 65 millones de personas

en el mundo y a unas 400.000 personas en España. Es un trastorno derivado de una actividad anormal de las neuronas debido a un exceso de actividad eléctrica, es decir, hay un grupo de neuronas que es hiperexcitable y afecta a funciones concretas de esas neuronas. Esto conlleva crisis epilépticas que pueden ser focales o generalizadas.

La aparición de la epilepsia en la adolescencia es menos frecuente que en la infancia, afecta entre un 1,5% y un 2% de la población adolescente. Y el 18% de los casos aparece entre los 12 y los 18 años. Entre este porcentaje, estuve yo.



Junto con el diagnóstico de epilepsia, aparece una preocupación por lo que vayan a pensar las personas de nuestro alrededor. Por lo que es importante explicar la patología al entorno familiar. Es conveniente que las personas más cercanas a nosotros/as lo sepan, sobre todo por la ayuda y el apoyo que pueden darnos.

En el momento del diagnóstico, lo único que quería era desaparecer o ser como el resto de personas que veía a mi alrededor. Ir a la universidad, estudiar y

salir con mis amigos y amigas por la noche. Cosas que hacía, pero de una forma muy diferente. Me costó unos cuantos años aceptar lo que me había ocurrido, y otros cuantos años más abrir mi mente para crear a Lolito Epiléptico.

¿Qué es Lolito Epiléptico?

Es una plataforma de divulgación sobre epilepsia. El objetivo es la educación y sensibilización, tanto a personas que viven con esta situación como a personas que no, para dar apoyo y acabar con el estigma en la sociedad. Quería ampliar la explicación a un mayor rango de población, sobre todo a jóvenes. Me interesa explicar este mundo de enfermedades crónicas, explicar qué es la epilepsia, cómo poder vivir con ella controlando tu vida y sin que ella la controle por ti.

En mi caso, después de ir al neurólogo/a por primera vez, tuve que hacerme varias pruebas, me dió la pauta de medicación y me dijo: "Ven dentro de 4 ó 5 semanas para ver cómo vas con la medicación, o a urgencias si te pasa algo". Como si nada, entras en un agujero negro que te lleva a un mundo nuevo; esa misma noche debes tomar tu primera medicación, y claro que no quieres. Por ello es tan importante transmitir calma, responsabilidad y seguridad en uno/a mismo/a a las personas que pasan por este proceso, pero ¿Cómo se hace eso?

A mí no me enseñaron. Fui aprendiendo yo sola, tropezando y levantándome, una, dos, tres... muchas veces. Afortunadamente, tuve ayuda y apoyo. Fue algo difícil, pero con esto no quiero decir que fuera horrible. Empecé a vivir de otra forma y a entender las cosas a mi manera.

En septiembre de 2018 creé el proyecto "Lolito Epiléptico" para mostrar cómo fue y cómo sigue siendo todo este viaje en el que me encuentro. Empecé creando un blog en el que hablaba sobre mi propia experiencia, cómo empezó mi historia en un hospital y cómo apareció mi nueva vida con un trastorno neurológico llamado epilepsia. Al poco tiempo, creé una página web y varios perfiles en redes sociales para no sólo hablar sobre mí, sino para dar visibilidad a la epilepsia tanto a las personas que conviven con ella, como a las que no. Con este proyecto quería investigar y saber más acerca de esto que me estaba ocurriendo. Continué con mi actividad de divulgación y amplié mi campo de miras para realizar más actividades.

En mi experiencia, las redes sociales ayudan a descubrir y conocer nuevos ámbitos y personas. Así, un día, investigando, apareció FUNDADEPS. Descubrí el Programa PAJEPS que me ayudó a mejorar mi forma de difundir contenido sobre la epilepsia, incluyendo la salud en sus diferentes ámbitos y el autocuidado. Con este programa ví que podía ir más allá y cambiar la forma de expresarme en los talleres que realizo y mejorar las sesiones para dar diferentes enfoques a quienes voy a dirigirme.

Gracias a ello, además de hacer divulgación sobre la epilepsia, ahora desarrollo otras actividades que me encantan: realizo talleres como Agente de Salud en centros de educación y ONGs, escribo en diferentes revistas digitales, doy entrevistas a medios que quieran difundir información sobre la epilepsia, participo en programas de radio de la localidad en la que vivo, y hago colaboraciones con asociaciones, organizaciones, divulgadores/as.

¿Por qué es importante hablar de epilepsia?

La epilepsia tiene asociado el estigma en la sociedad desde que el mundo es mundo. En primer lugar, por el miedo de las personas cuando escuchan esa palabra y el no saber cómo enfrentarse a una posible crisis. Y en segundo lugar, por la poca información que se le facilita a la persona cuando le dicen que a partir de ese momento debe convivir con ella. La visibilización y la normalización de esta condición son básicas para hacer de la epilepsia un factor más en el día a día, y se consiguen a través de la divulgación como Agentes de Salud. Uno de los objetivos principales de este proyecto es que una persona con epilepsia se sienta escuchada, aconsejada y empatizar con ella. Además de concienciar a la sociedad educando en epilepsia de una forma diferente, no solo hablando de ello, sino educando en valores a las personas.

Lolito Epiléptico me ha dado una nueva visión de mi día a día, ha conseguido que acepte que la epilepsia forma parte de mi vida, y que sepa cómo actuar al respecto, que pueda conocer a otras personas con este trastorno y apoyarlas, y que aprenda algo nuevo todos los días. Todo ello me ha permitido empoderarme, algo que nunca pensé que ocurriría, me ha dado más fuerza y ganas de seguir adelante.



Lolito Epiléptico: **La epilepsia no controla tu vida, eso lo haces tú.**



EDICIÓN ON-LINE



PROGRAMA **mias**

(Mujeres Informadoras como Agentes de Salud)

Programa Subvencionado

30 h

15 DE SEPTIEMBRE AL
1 DE DICIEMBRE 2020

Inscripciones próximamente
www.fundadeps.org

LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL OCIO Y LA SALUD

JAVIER RAMÓN GRAS

Hace ya bastante tiempo que llevo observando y reflexionando sobre las modas, las redes sociales y los/as referentes juveniles. Soy una persona vinculada con la educación, tanto desde lo formativo para crecer como profesional, como desde un ámbito de intervención directa con voluntariados. En todas las actividades que he realizado en estos años no he podido evitar ver cómo los/as jóvenes hablaban de *youtubers*, *instagramers*, *influencers*..., imitándoles, hablando de su deseo por parecerse a ellos/as.

Estamos viviendo en la era tecnológica, y uno de los mayores impactos que esto ha tenido en las nuevas generaciones es que a la mayoría de las personas jóvenes les interesa más el mundo de internet y las redes sociales que las actividades en entornos naturales enfocadas a un ocio más saludable. Debido a las influencias y a la presión de grupo que esta situación genera, es difícil hoy en día encontrar a un niño o niña que prefiera pasar un fin de semana en la montaña, a que le regalen un móvil o una videoconsola. Desde luego, hay excepciones, pero es una situación que está aumentando y en la

que no se invierten tantos esfuerzos ni recursos para mejorarla.

La educación y la prevención social históricamente han sido dos ámbitos en los que apenas se ha invertido, teniendo como resultado una falta de valores y hábitos en la población juvenil que no han sido informados/as de alternativas para su ocio saludables que potencien su bienestar y que podrían resultarles de interés.

Es fácil culpar a las nuevas generaciones cuando cometen errores de conducta, o escuchar frases como "es que esta juventud es cada vez peor" pero, ¿en cuántos sitios se les habla del

crecimiento personal o de la autorrealización? ¿Cuántos ámbitos de su vida sirven de guía para encontrar las metas personales y poder alcanzarlas?, o ¿En qué contextos la juventud aborda aspectos como la reflexión, el autoconocimiento, la sexualidad, los hábitos saludables, herramientas de socialización y regulación emocional? La mayoría de estas facetas son olvidadas por la educación formal e informal, y por gran parte de las instituciones, mientras que los



centros que pueden trabajarlas, no reciben la suficiente importancia como para que se informe de ellos.

Esa falta de inversión en recursos y de esfuerzo mencionada, es desde luego una de las causas que dificultan lograr todas estas metas en la educación de los/as jóvenes, pero la falta de referentes en todo ello es, sin lugar a dudas, un agravante.

Si buscamos en internet a los y las *influencers* que son seguidos por un mayor número de personas, vemos que en su mayoría destacan por temas superficiales. Por ejemplo, ponen como prioridad su aspecto físico, invirtiendo tiempo, mucho dinero y esfuerzo en tratamientos, operaciones y productos para mejorarlo. Otros/as *influencers* se dedican a grabarse cometiendo actos vandálicos y presumiendo de ello, viven de polémicas y acusaciones o de usar como objeto de burla a otras personas. Se graban en fiestas, consumiendo drogas o alcohol, en coches de lujo, siendo la envidia de adolescentes y jóvenes.

Vaya por delante que cada persona tiene libertad para actuar y para hacer con su vida lo que considere mejor, sin que nadie tenga que juzgarles por ello, pero esto no sería un problema si no fuese por los mensajes que mandan a la juventud. Estas actitudes y la influencia que ejercen en el público más joven, y la cantidad de seguidores/as que les imitan pretendiendo llegar al mismo sitio que ellos/as. No sería un problema si estas personas fuesen conscientes del poder que tienen y la repercusión que causa en la juventud todo lo que muestran, de la responsabilidad que conlleva ser un influenciador/a, un referente de tantas personas que esperan ser como tú, y que como bien sabemos, “un gran poder conlleva una gran responsabilidad”.

Nada de esto me preocupaba hace unos años, hasta que empecé a escuchar a jóvenes de trece años diciendo que iban a probar el reto de la canela, que querían tirarse desde un tejado a una piscina, que no eran suficientemente delgados/as o guapos/as, y que pensaban en operarse cuando pudiesen. Que a lo que aspiraban era a tener un coche como el que habían visto en una historia de Instagram. No era preocupante hasta que aparecieron casos de accidentes de niños y niñas que se

quemaron vivos imitando a sus *youtubers* y que se intoxicaron con los retos que vieron en internet. A niñas y niños que dejaron de querer jugar con pinturas porque se manchaban la ropa, o que hacían llaves de lucha libre a otros/as más pequeños/as porque sus referentes lo hacían. Estudiantes de primaria diciendo que jugar a polis y cacos no “molaba”, que mejor irse al banco del parque a beber, y midiendo el número de seguidores/as que tienen en sus redes, lo cual puede considerarse como un elemento de poder o “jerarquía” que puede desencadenar en relaciones de desigualdad y/o abusos.

Desde un punto de vista científico, se han realizado estudios que ponen de manifiesto la influencia negativa que ejercen las redes sociales en la juventud. Por ejemplo, en un estudio realizado en 2020 por distintas universidades, se encontró que gran parte de los jóvenes en internet estaban a favor del consumo de alcohol porque los *influencers* a los que seguían lo estaban (Perez-Fuentes et al., 2020). Al mismo tiempo, la realización de conductas nocivas, como en este caso el consumo de alcohol, se veían influenciadas por los comentarios positivos de otros usuarios y usuarias en las redes sociales (Cavazos-Rehg et al., 2015; West et al., 2012).

Además, algunos estudios han encontrado una relación positiva entre el mal uso de las redes sociales con dificultades de regulación emocional (Hormes et al., 2014; Pontes et al., 2018) y con síntomas depresivos (Andreassen et al., 2016; Jiménez-Murcia, et al., 2017; Li et al., 2018; Shenzen et al., 2017). Por su parte, un estudio de Gracia, Quintana-Orts y Rey (2020) concluye que una mala gestión emocional favorece un uso inadecuado de las redes sociales. Las autoras indican que el mal uso de las redes sociales puede funcionar como estrategia de evitación de los sentimientos negativos. El poder y la influencia que tienen actualmente internet y las redes sociales en la juventud, es desproporcionado. Añadido a eso está la dificultad que atañe a la labor de todos quienes nos dedicamos a la educación en valores igualitarios e inclusivos, ya que, si no se asemejan a los que han visto en su *youtuber* favorito/a, son desacreditados o les parece un aburrimiento. Veo que hay una oportunidad y

que es necesaria la colaboración de este tipo de personas (*influencers*) para cambiar la mentalidad. La educación debe adaptarse a los nuevos tiempos y darles importancia a los que tienen la capacidad real de llegar a otras personas, a estos referentes actuales, al mismo tiempo que se trata de tener un control de las madres y padres sobre el contenido que puedan ver sus hijos e hijas.

La labor del ocio y tiempo libre es, sin lugar a dudas, un arma que lucha contra esa corriente de modas que puedan ser perjudiciales contra la salud o para el desarrollo personal, pero ante la inmensidad de jóvenes que hay, llegar a todos/as resulta casi imposible con las herramientas de las que disponemos ahora mismo.

Si la sociedad se moderniza, las actividades de tiempo libre también pueden hacerlo a la par, colaborando con las personas famosas de internet. Quizá incluso contratándolos/as para algunas actividades o publicaciones que puedan hacer. La capacidad de generar cambio que tienen en las nuevas generaciones y su poder mediático, se desaprovecha si no se cuenta con ello. **¿Por qué luchar contra lo que enseñan cuando podemos colaborar e ir todos en la misma dirección? Es necesario crear y visibilizar a referentes con valores saludables, que te enseñen a ser tú misma/o y no a seguir ni pretender ser lo que son otras/os.** Si se contase con esas personas referentes desde los centros de ocio y tiempo libre u otras instituciones educativas para hacer vídeos, historias o subir fotos realizando un ocio sano y actividades productivas para el desarrollo personal, la balanza de valores y hábitos perjudiciales se inclinaría hacia el otro lado.

Otro posible recurso, es que todas y todos quienes nos dedicamos a educar y promocionar la salud tratemos de convertirnos en nuevas y nuevos *influencers*. No hay que temer a la tecnología ni rechazarla. Hay que sacarle provecho en pos de estas metas. **¿Por qué seguir limitándose a estar en un aula, cuando podemos además ser referentes en redes sociales?** Gran cantidad de docentes, médicas/os, científicas/os y entidades han conseguido impor-

tancia mediática por crearse canales de YouTube o perfiles en otras plataformas, tratando de lograr precisamente esa influencia positiva en las personas y poder para lanzar mensajes constructivos al mundo.

Una alternativa más directa para cambiar la utilización de estas tecnologías y redes sociales, es el nuevo concepto de red social que estamos desarrollando, motivados por esta idea, es el proyecto: **Wimovi**.

Aunque todavía el proyecto y su aplicación no está activa, esperamos que para 2022 pueda empezar a usarse. Wimovi incluye todas las características de una red social (historias, publicaciones, seguidoras/os, likes...) pero enfocándose de otra manera. **Esta red social está hecha para publicar únicamente acciones positivas:** todo aquello que realizamos en nuestro día a día y que hace del mundo un lugar mejor. Desde los detalles más pequeños como recoger un papel del suelo, hasta fundar tu propia ONG. De esta manera, si quieres publicar y hacerte visible para las demás personas, tendrás necesariamente que tener conductas prosociales y realizar acciones para un cambio positivo. Con ello

pretendemos crear una nueva y diferente generación de referentes, ya que quienes logren más seguidores/as en Wimovi, serán las personas que más visibilicen las buenas acciones. Además, existen unos retos diarios y otros propuestos por las propias usuarias/os, siempre orientados a hábitos saludables para nosotras mismas/os o para nuestro entorno, de manera que siempre haya algo por hacer.

Como conclusión, en temas de educación y salud, la tecnología puede ser un fuerte enemigo o una poderosa aliada. Todo depende de cómo la usemos, de cómo nos adaptemos a ella y, al mismo tiempo, de cómo la adaptemos a nosotras/os, a nuestros proyectos. No se debe desconfiar del progreso. No se debe demonizar ni culparla del mal uso que nosotras/os, como personas, le demos. La sociedad avanza y las/os profesionales que nos dediquemos a estos ámbitos de intervención, debemos hacerlo con ella para entender a las nuevas generaciones y que estas nos entiendan a nosotras/os.



LA PANDEMIA Y EL FUTURO

Profa. Dra. María Sáinz Martín

Especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública. Presidenta de ADEPS-FUNDADEPS

La Pandemia de la **COVID-19** que vivimos intensamente desde hace más de un año se parece a los sucesos de las historias infantiles, como el cuento del lobo. Ya teníamos referencias científicas y sanitarias de las anteriores epidemias o pandemias que predecían el alto riesgo que estábamos asumiendo con los cambios bruscos y continuados en las formas de vivir, de consumir, de relacionarnos, pero sobre todo por la gran movilidad y las concentraciones humanas desde cualquier rincón del planeta.

Tenemos que recordar que **las epidemias** son las enfermedades infectocontagiosas que se producen en un territorio o país, y **las pandemias** suceden cuando la sufren todos los pueblos de la Tierra durante un tiempo determinado.

Para proyectar algo en el futuro, aunque sea de forma didáctica, podemos apuntar algunas epidemias y pandemias históricas como:

La **Peste de Justiniano** del año 541 (virus), donde hubo un 25% de fallecidos de la población romana, y la **Peste negra** (1346-1353, virus *Yersinia pestis*) que se transmitía a través de las ratas y por el "picotazo" de las pulgas infectadas con el virus, la cual produjo la muerte de más de 50 millones de personas. Hasta la **Viruela** (conocida hace más de 10.000 años), con el 30% de fallecidos. Afortunadamente hoy está erradicada gracias a la vacunación masiva propiciada por los propios países.

Más cerca a nuestra vida contemporánea hemos tenido información completa de la mal llamada **Gripe española** (1918) durante la Primera Guerra Mundial y que produjo unos 50 millones de fallecidos. Y ya comenzamos a saber



un poco más de los virus agresivos como la **Gripe asiática o gripe A** (1957, virus H2N2) con un millón de fallecidos. También la **Gripe de Hong Kong-gripe A** (1967, virus H3N2) con otro millón de fallecidos. Y la gran **pandemia del VIH** que produce la enfermedad del SIDA (1986), para la cual no existe vacuna, pero sí una farmacopea que ha hecho posible que la tratemos como una enfermedad crónica.

Y ahora viene la gran novedad que significa vivir en una nueva era digital, donde la información de cualquier suceso local, en un remoto pueblo, se transmite en tiempo real a través de las Redes y de los procesos globalizadores. Y así ha sucedido con las nuevas epidemias como el **SARS** del 2002 (síndrome respiratorio agudo. Coronavirus) que produjo un 13% de mortalidad. Y la **gripe aviar** del 2004 (virus gripal aviar A/H5N1) con un 90% de mortalidad en las aves afectadas. O la, no tan lejana, **Gripe A del 2009 (virus H1N1)** que alarmó al mundo por su recuerdo de la gripe española de 1918 y la OMS la clasificó como nivel de alerta 6 (zoonosis de una cepa aviar-2 porcina-1 humana) y que afectó fundamentalmente a las personas más jóvenes. Y el **Ébola** de los años 2013 y 2016 (zoonosis de murciélago a humano, primer caso en un niño en África). Pero luego tuvimos el **MERS** del 2014 (Síndrome Respiratorio por coronavirus) de Oriente Próximo. Y el **virus del Zika** del 2015 (se transmite por mosquitos) en el Océano Pacífico, sudeste asiático y América Latina, y que alteró los Juegos Olímpicos de Brasil.

¿Acaso la pandemia que sufrimos actualmente va a ser la última? Pues no. Hay que recordar una vez más la necesidad de vernos de forma holística para poder entender lo que nos sucede, analizarlo, poner los medios para evitarlo (prevención primaria). Si ya ha sucedido, saber cómo disminuir sus efectos (prevención secundaria) y superar las consecuencias (prevención terciaria) de forma rehabilitadora.

Durante la pandemia hemos recomendado reiterativamente el fomentar un comportamiento saludable e individual con las tres **M** que son las siguientes: Higiene de **Manos-Mascarillas-Metros** de distancia entre personas. Así como disminuir las dos **C**, que son las siguientes: evitar

las **Concentraciones** humanas y los **Contactos** entre personas, aunque sean de la misma familia pero que no convivan en la misma casa. Y como todos sabemos desde hace siglos en relación con los virus, bacterias, hongos, tóxicos, etc., hay que mantener siempre el medio donde vivimos, descansamos, trabajamos y nos relacionamos con una importante limpieza e higiene diaria, así como, una ventilación aérea constante.

Al ser una enfermedad nueva y desconocida, que ha afectado principalmente a personas mayores, con o sin enfermedades crónicas, con o sin alteración del Sistema Inmunitario, pero con importantes síntomas respiratorios, fiebre, tos, cansancio generalizado etc., tuvo que hacerse un diagnóstico diferencial con otros cuadros catarrales o gripales, lo cual ha sido determinante en los tratamientos.

Afortunadamente toda la medicina clínica hospitalaria y en especial las UCIs han avanzado de forma espectacular, así como las gestiones de coordinación de los servicios de Medicina Preventiva, Prevención de Riesgos Laborales, Medicina Interna, Microbiología y Laboratorio, además del apoyo absoluto de los demás servicios hospitalarios. La ciencia, la clínica y la sanidad pública unidas contra una pandemia que ha puesto más de una vez en jaque al Sistema Sanitario en España.

Ahora, más que nunca, no podemos olvidar los conceptos claros de la Educación para la Salud, de creer que toda la sociedad tiene que seguir apoyando la ciencia, tener medios profesionales bien entrenados y formados y poder suficiente para desarrollar nuestros proyectos.

Hay que apostar una vez más por la Idea-fuerza de la OMS de **Pensar globalmente y actuar localmente**, y no olvidar nunca las fuentes científicas, pedagógicas y sociales de la Educación para la Salud y la Promoción de la Salud. Además de recordar que para hacer Educación para la Salud hay que creer en ello, tener medios para fomentarla y poder mantenerla. No solo tenemos grandes ideales, sino que la pertenencia a un grupo nos hace más fuertes, más sabios y más comprometidos con la salud personal, familiar y social.

Otros temas en Red

Haz click en el logo de cada recurso para ir a su página web.

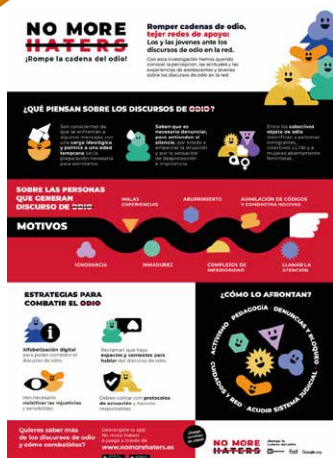


Estudio desarrollado por el Plan Nacional Sobre Drogas (Ministerio de Sanidad) que indaga sobre el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas y sobre adicciones comportamentales, como el uso compulsivo de internet y posible juego problemático o trastorno del juego, en personas residentes en España de entre 15 y 64 años.

Informe desarrollado por el Instituto de la Juventud (INJUVE) que analiza la situación de la juventud española en relación con la educación, el empleo, la emancipación, y sus intereses y actitudes con respecto al ocio, la sexualidad, la igualdad de género y el cambio climático, entre otras cuestiones.



Investigación desarrollada por el Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud con el apoyo de Google, con el objetivo de entender las actitudes y diferentes posturas de las personas jóvenes ante la proliferación y difusión de discursos de odio en el espacio digital.





El Cuerpo Europeo de Solidaridad es una iniciativa que respalda a los jóvenes que quieran participar en actividades de voluntariado. En esta primera convocatoria de propuestas, la salud es la prioridad definida por la Comisión Europea, intentando movilizar a los voluntarios hacia proyectos que aborden retos sanitarios como el impacto de la pandemia de COVID-19 y la recuperación de los países.

El juego online es un problema que afecta especialmente a la población juvenil y es necesario establecer mecanismos preventivos que eviten la adicción. Con esa evidencia, FUNDADEPS desarrolló esta campaña de prevención de adicciones, enfocada específicamente en la prevención de las adicciones tecnológicas, el juego on-line y la promoción de hábitos saludables, así como la construcción de relaciones de buen trato y el cuidado entre iguales desde un enfoque de género.



Grupo de trabajo dependiente del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 que tiene como misión desarrollar un sistema de información centralizado y compartido, con capacidad para vigilar y hacer seguimiento del bienestar y calidad de vida de la población infantil y de las políticas públicas que afectan a la infancia.

SCOUTS De ESPAÑA

EL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE SON ESENCIALES PARA LA SALUD DE LA JUVENTUD

El escultismo es el mayor movimiento juvenil de ámbito global. Su objetivo es promover la educación integral de infancia, adolescencia y juventud y su implicación social. El movimiento scout trabaja con y para la infancia y la juventud con la ilusión de construir un mundo mejor a través del liderazgo entre iguales. A través de los más de 300 grupos scouts que componen la organización promovemos actividades que capacitan, desarrollan, potencian y enriquecen los hábitos saludables, la prevención de adicciones con o sin sustancia (como las apuestas online), la prevención de Infecciones de Transmisión Sexual y la educación afectivo-sexual. Desarrollamos nuestra labor a través de actividades de ocio y tiempo libre.

La educación para la salud se recoge como compromiso en el programa educativo de Scouts de España y, a pesar de las dificultades del último año, hemos seguido educando para fomentar los hábitos saludables en nuestros grupos scouts. Precisamente, en estos momento de pandemia la educación para la salud es más necesaria que nunca (incremento de consumo de alcohol y sustancias, sedentarismo, enfermedades mentales, etc.)

UN CONFINAMIENTO ACTIVO

Durante los meses de confinamiento animamos a scouts de todas las edades a compartir fotos y vídeos en las redes sociales en las que se les viera practicar alguna actividad deportiva en casa: yoga, bici estática, zumba... También, reflexiones sobre cómo las actividades scouts, incluso en el hogar, contribuyen al bienestar físico. Convertimos esta iniciativa en concurso bajo el hashtag **#YoMeQuedoEnCasa**.

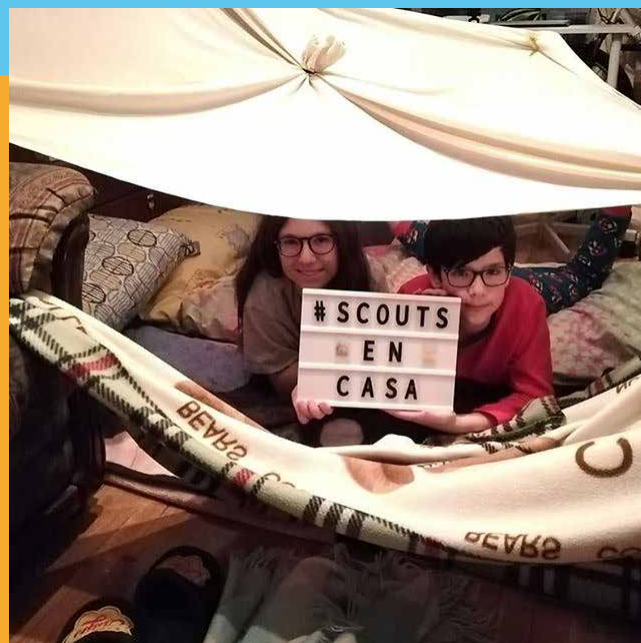
En tiempos de pandemia no solo la salud física ha tenido importancia: también la salud mental. La población más joven ha sido una de las más afectadas psicológicamente por los confinamientos y restricciones. Quisimos mostrar las repercusiones que el confinamiento tuvo sobre la infancia y la juventud, haciendo hincapié en los hábitos de sueño y salud, los recursos de ocio y, también, las herramientas para afrontar las tareas escolares. Para ello, solicitamos a la empresa Cuatro Epsilon que realizara un estudio a personas scouts y no scouts de entre 9 y 17 años. Se hicieron 600 encuestas y los resultados indicaron que la infancia y juventud scout había sobrellevado mejor la situación gracias a las habilidades aprendidas en sus grupos scouts, como la capacidad de adaptación, la gestión del tiempo o el sentimiento de pertenencia.

También publicamos a través de nuestros canales de comunicación un decálogo para una buena salud mental con consejos como la desconexión de las redes digitales, la fijación de objetivos realistas, la práctica de ejercicio o, si es necesario, acudir a una persona profesional de la salud mental.



LA IMPORTANCIA DEL OCIO Y TIEMPO LIBRE PARA LA SALUD INFANTIL Y JUVENIL

Naciones Unidas advirtió en su último informe, *Impacto de la crisis por COVID-19 sobre los niños y niñas más vulnerables*, que la falta de ejercicio físico, sociabilización y respiro de las pantallas ha impactado en la salud de la población menor. Con la paulatina vuelta a la 'normalidad' muchas actividades se han ido poniendo en marcha de nuevo; sin embargo, los grupos scouts se están encontrando con diversas legislaciones y dificultades para la realización de actividades saludables, en función de la comunidad autónoma. Desde Scouts de España reivindicamos un mayor compromiso de las administraciones para hacer posible el desarrollo normalizado de nuestras actividades con las medidas de seguridad adecuadas ya implantadas.



GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN DE LAS ADICCIONES

Según la Organización Mundial de la Salud, una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Este es un tema de gran importancia para la salud de la juventud, por lo que publicamos la **Guía de recursos para la prevención y sensibilización de las adicciones desde el ocio y el tiempo libre**, gracias a la financiación del Plan Nacional sobre Drogas. Amplía y actualiza los contenidos trabajados hasta ahora en cuanto a la sensibilización y prevención frente a las adicciones, haciendo especial hincapié en las adicciones sin sustancia y más concretamente las relacionadas con el uso problemático de las TIC, sin olvidar las dependencias con sustancia y todo lo que hasta ahora hemos venido trabajando en Scouts de España.

Como organización nos hemos posicionado públicamente en contra de la proliferación de las casas de apuestas.

FORMACIÓN DE PREVENCIÓN ANTE LA COVID-19 EN ACTIVIDADES SCOUT

A principios del verano de 2020 pusimos a disposición de las personas que conforman nuestra federación la **'Formación de prevención ante la COVID-19 en actividades scouts'**. Es un curso online, que sigue disponible, que hasta ahora han realizado 1.020.



'ADICCIONES Y USO RESPONSABLE DE LAS TIC. IMPACTO DURANTE LA PANDEMIA'

Según la Organización Mundial de la Salud, una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad o relación. Este es un tema de gran importancia para la salud de la juventud, por lo que publicamos la **Guía de recursos para la prevención y sensibilización de las adicciones desde el ocio y el tiempo libre**, gracias a la financiación del Plan Nacional sobre Drogas. Amplía y actualiza los contenidos trabajados hasta ahora en cuanto a la sensibilización y prevención frente a las adicciones, haciendo especial hincapié en las adicciones sin sustancia y más concretamente las relacionadas con el uso problemático de las TIC, sin olvidar las dependencias con sustancia y todo lo que hasta ahora hemos venido trabajando en Scouts de España.



Como organización nos hemos posicionado públicamente en contra de la proliferación de las casas de apuestas.

CURSO ONLINE

“MÁS VALE CONDÓN EN MANO QUE ITS VOLANDO”

¿Sabes cómo se contagia el VPH? ¿Podrías decir cuántos tipos de VIH conoces? ¿A qué se llama infecciones oportunistas? ¿Una persona infectada por VIH puede volver a reinfectarse? ¿Sabrías cómo tratar a una persona con VIH dentro de tu grupo scout? ¿Las ladillas desaparecen cuando te depilas? ¿Sabes que unas 4.000 nuevas infecciones por VIH se producen en España al año? Si no sabes responder a estas preguntas **es porque la educación sexual sigue siendo una tarea pendiente.**

Así planteamos una formación digital en nuestra plataforma, subvencionada a través del Plan Nacional sobre el Sida, dirigida a scouts a partir de los 17 años. Según datos del Ministerio de Sanidad, el número de ITS diagnosticadas en España continúa aumentando por lo que, desde nuestra entidad, hemos considerado importante actuar en esta línea de prevención.

Se inscribieron 35 jóvenes, que recibieron materiales y recursos para trabajar la prevención de las ITS en los grupos scouts así como información y orientación para fomentar conductas y hábitos seguros con respecto a las relaciones sexuales y la transmisión de ITS, y sensibilizamos tanto a scouts de las últimas etapas educativas como a scouters (monitoras y monitores) sobre la importancia de prevenir y frenar la transmisión de las ITS desde una perspectiva lúdica.



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

El objetivo de este programa es mejorar la situación socio-sanitaria de las personas, especialmente de la infancia y la juventud, desde dos perspectivas. Por un lado, la preventiva, estableciendo actuaciones de prevención de ITS, de adicciones (con y sin sustancia), TCA y embarazos no deseados. Por otro lado, desde la perspectiva de promoción, difundiendo, sensibilizando y empoderando a las personas, para el control de las situaciones de riesgo y para evitar las posibles consecuencias.

Dentro de este programa se ha llevado a cabo la **‘Encuesta sobre hábitos saludables’**. Los resultados nos han permitido conocer los hábitos dentro de los grupos scouts para detectar debilidades y fortalezas en niñas, niños, jóvenes y personas adultas en cuanto a hábitos de ejercicio físico y deporte, alimentación saludable, educación afectiva-sexual, educación vial y prevención de adicciones.

Es importante destacar la importancia de introducir la perspectiva de género en cualquier intervención en materia de salud, reconociendo que más allá de las diferencias biológicas por sexo, existen distinciones de género socialmente construidas entre mujeres y hombres, que afectan diferencialmente a la salud de unas y otros, y su respectiva posición dentro la sociedad. Esta distinción cultural se traduce en diferencias en los riesgos, necesidades, contribuciones, y acceso y control sobre los recursos en salud. El género, junto con la clase y la etnia, es un determinante clave de las oportunidades de salud.

CAMPAÑA RIESGO 'O' A ITS Y VIH

Gracias a la financiación para el año 2020 del Plan Nacional sobre el Sida lanzamos esta campaña para grupos scouts y organizaciones federadas pertenecientes a Scouts de España para la prevención de las ITS y VIH/sida desde el ocio y tiempo libre.

Además de ofrecer información sobre las infecciones de transmisión sexual, queremos cambiar actitudes, intervenir en el comportamiento preventivo de la juventud, desmontar prejuicios y luchar contra la estigmatización de determinados sectores.

Está dirigida a scouts a partir de 11 años. Tienen que presentar proyectos que, de ser seleccionados, reciben subvención de Scouts de España: voluntariado en otras organizaciones que abordan esta temática, concienciación en su barrio, jornadas comunitarias, elaboración de kits de prevención... Son las y los scouts quienes crean su propuesta.



Por segundo verano invitamos a scouts de todas las edades a participar en el concurso en redes sociales **#SonrisaScout**. Esta campaña consistió en solicitar que compartieran fotogra-

fías en Twitter o Instagram mostrando cómo cuidaban su salud bucodental. Las primeras 100 fotos compartidas con el hashtag **#SonrisaScout** recibieron de un cepillo de bambú, respetuoso con el medio ambiente y con el logo de la entidad. Y es que ya lo decía el fundador del movimiento scout, Baden Powell, hace más de cien años: para mantener una buena sonrisa es muy importante llevar una correcta higiene bucodental.

#ESCsinAdicción 4.0

Pusimos en marcha la cuarta edición del programa **"#ESCsinAdicción 4.0: Prevención de drogodependencias y adicciones desde el tiempo libre"**, en el que las propias personas a las que va dirigido (scouts de 11 a 21 años) trabajan en proyectos para la prevención de drogodependencias y adicciones sin sustancia desde el ocio y tiempo libre como alternativa saludable, introduciendo una perspectiva más amplia con el concepto de adicciones sin sustancia: **haciendo** especial hincapié en la ludopatía: apuestas y juego on line, y continúa incidiendo en la prevención del consumo de alcohol a edades tempranas.



Érase una vez
un hospital
donde la
gente
leía y...



RED DE BIBLIOTECAS PARA PACIENTES

Programa de salud y lectura

<http://bibliotecasparapacientes.org/>



Reconoce

¿SABES QUÉ PUEDES ACREDITAR CON RECONOCE?

En Reconoce siempre decimos que “después de hacer voluntariado nunca vuelves a ser la misma persona”.

El voluntariado es una herramienta de transformación con doble efecto; se trata de un recurso poderoso que al tiempo que transforma la realidad o la causa que persiguen las organizaciones de voluntariado, transforma igualmente a la persona voluntaria, es una inversión en sus habilidades, una palanca de crecimiento personal que

nos impulsa para lograr una sociedad madura y cohesionada.

En definitiva, nos encontramos con un proceso, el de la acción voluntaria, que es transformador y educativo y que nos ayuda a destacar y poner en valor lo mejor de nosotras y nosotros.

Las personas jóvenes jugamos en desventaja en el mercado laboral con el triple de probabilidades de estar en desempleo. El voluntariado, el asociacionismo y otras experiencias de Educación No Formal son también importantes para triunfar en el mercado laboral ya que complementan los conocimientos y habilidades de la Educación Formal y de las experiencias profesionales.



¡El voluntariado suma!

- + competencias
- + experiencia
- + empleabilidad

Reconoce



Por si alguien no lo sabe, el **Proyecto Reconoce**, es una iniciativa compartida por la **Confederación de Centros Juveniles Don Bosco**, **Scouts de España** y **Didania**, con el apoyo del **INJUVE**, que tiene como objetivo favorecer la empleabilidad de la juventud, **reconociendo las capacidades y competencias que han desarrollado gracias a su acción voluntaria** y participación solidaria en el tejido asociativo.

Este año volvemos a estar con todas vosotras y vosotros, gracias a la oportunidad que nos ofrece la Fundación FUNDADEPS como entidad colaboradora, que forma parte de la RED Reconoce para impulsar el reconocimiento del voluntariado.

¿Cómo IMPULSAMOS el reconocimiento de las Competencias Reconoce?

Reconoce persigue articular una red estatal de organizaciones que impulsen este reconocimiento de competencias que la juventud voluntaria posee gracias a sus acciones en el tejido asociativo, brindando un sistema

de acreditación; en el que participan con sus entidades juveniles y de voluntariado y, las entidades promotoras. Este sistema de acreditación posee:

- Una metodología de evaluación propia mediante un **soporte APP**.
- Un mecanismo de supervisión externa que ofrece garantía de objetividad: igualdad de referentes y criterios, que estructuran y sistematizan los procedimientos, haciéndolos comparables, rigurosos, justos e igualitarios.

Gracias a nuestra propuesta, cualquier persona, independientemente de su situación tiene a su alcance **un certificado con aquellas competencias que haya desarrollado en su voluntariado** y que quiera, por ejemplo, presentarlo a un proceso de selección de personal abierto.

Y es que acreditar tus competencias con **Reconoce... ¡tiene muchas ventajas!**

1. Enriquece tu Currículum Vitae
2. Es un plus si aún no tienes experiencia profesional (remunerada)

3. Complementa tu formación reglada
4. Visibiliza tu talento desinteresado
5. Aumenta tus posibilidades de obtener un empleo

Ahora puede ser un buen momento para que todas las personas voluntarias que formáis parte de la Red Estatal de Agentes de Salud de FUNDADEPS solicitéis la acreditación de cualquiera de las **12 competencias que ofrece Reconoce** y que habéis adquirido durante vuestra acción voluntaria.

Pero... ¿Cómo lo hago?

Realiza el **registro online** en la **APP** indicando, entre otras cosas, la entidad en la que realizas voluntariado.

Una vez que tu entidad confirme tus datos y que perteneces a la organización podrás solicitar la acreditación de tus competencias.

Tras ser evaluadas y auditadas por Reconoce... **OBTENDRÁS TU CERTIFICADO DE**

COMPETENCIAS, que podrás descargar desde la APP.

Actualmente contamos con más de 220 entidades repartidas por toda la península, entre las cuales está FUNDADEPS colaborando de forma activa. Estamos encantados/as de poder contar con su colaboración y esperamos poder seguir creando sinergias que ayuden a mejorar la situación de nuestro voluntariado ofreciéndoles herramientas útiles y atractivas. Con el convencimiento compartido de que fortaleciendo nuestras estructuras de voluntariado conseguiremos una sociedad mejor y más saludable. ¡Seguimos trabajando!

Si eres voluntario, voluntaria, entidad de voluntariado, administración o empresa, y quieres poner en valor el voluntariado, pide información en:

🌐 www.reconoce.org

✉ reconoce@reconoce.org

☎ 910 05 91 91

TIPOS DE COMPETENCIAS
Reconoce

- Autogestión**: Represented by an icon of a head with a gear inside.
- Organizativas**: Represented by an icon of a person with arrows and a gear.
- Comunicación**: Represented by an icon of two people with speech bubbles.

DA VALOR A TUS COMPETENCIAS EN WWW.RECONOCE.ORG

1ª EDICIÓN CURSO

Violencia de género y factores de riesgo:

Masculinidad hegemónica, drogodependencia y adicciones

ON
LINE

sin
coste

20 horas

DEL 18 DE ENERO AL
26 DE FEBRERO DE 2021

www.fundadeps.org

Organiza



fodra

Financiado por



SECRETARÍA DE ESTADO
DE SANIDAD

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS