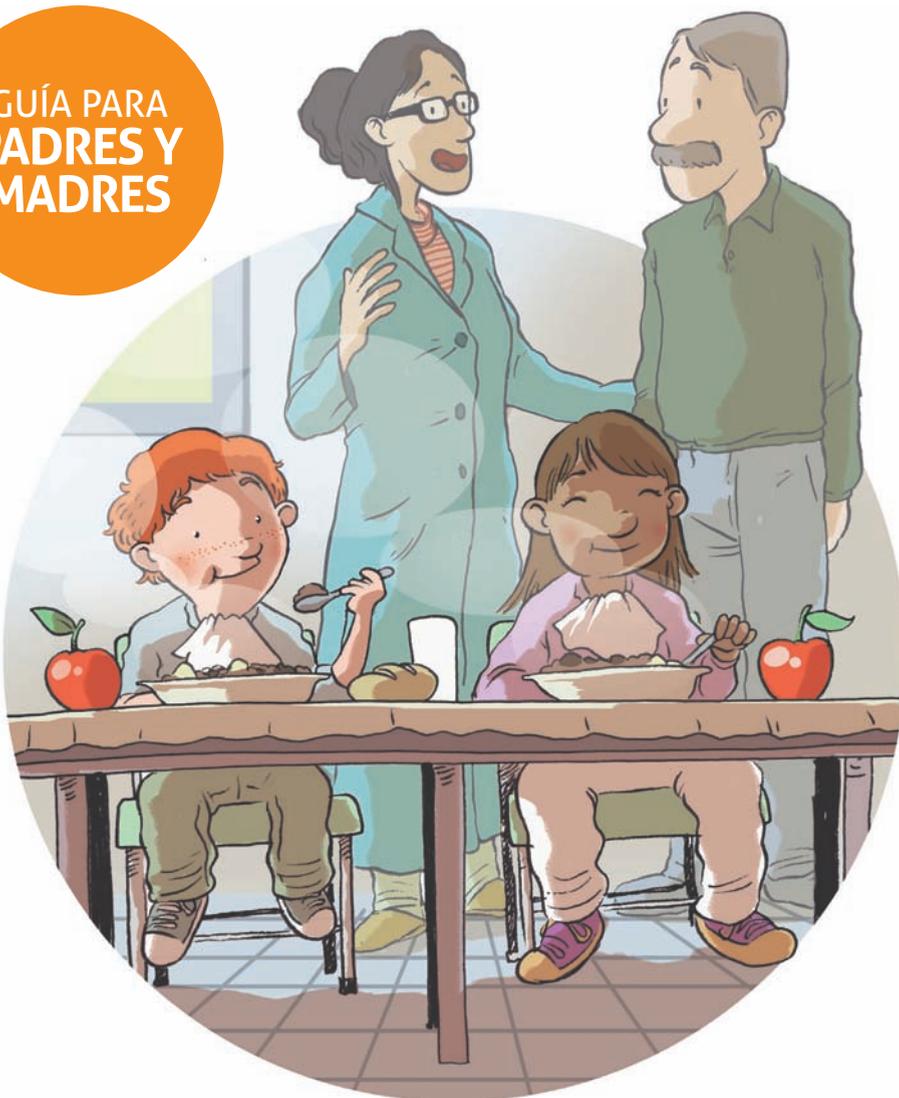


CÓMO CONSTRUIR UNA ESCUELA SALUDABLE Y SEGURA

GUÍA PARA
PADRES Y
MADRES



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS

GUÍA PARA
**PADRES Y
MADRES**

CÓMO CONSTRUIR UNA ESCUELA SALUDABLE Y SEGURA



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS

Autoría:

FUNDADEPS. Fundación de Educación para la Salud
Hernán Díaz (Director de Comunicación)

Ilustraciones:

Víctor Araque
Rocío Estepa

Coordinan:

Jesús M^a Sánchez
Nuria Buscató
Pablo Górtazar
Isabel Bellver

Edita:

CEAPA
Puerta del Sol, 4 - 6^o A
28013 MADRID

Primera edición:

Diciembre de 2012

Depósito legal:

Xxxxxxxxxx

Maquetación:

IO Sistemas de Comunicación

Imprime:

IO Sistemas de Comunicación
Enrique Granados, 24
28523 MADRID

JUNTA DIRECTIVA DE CEAPA:

Jesús M^a Sánchez Herrero, Jesús Salido Navarro, Nuria Buscató Cancho, Eusebio Dorta González, Juan Manuel Jiménez Lacalle, José Pascual Molinero Casinos, Elena González Fernández, Carmen Aguado Cabellos, Nieves Natalia García Pérez, Juan Antonio Vilches Vázquez, José Luis Lupiáñez Salanova, Emilia Ruiz Acitores, Silvia Caravaca Mesalles, Mustafá Mohamed Mustafá, Ascensión Pinto Serrano, Lois Uxio Taboada Arribe, José Luis Pazos Jiménez, Andrés Pascual Garrido Alfonso, Virginia Pelluz Huertas, Petra Angeles Palacios Cuesta, Ana Moya Díaz.

Índice

PRIMERA PARTE: MARCO DE ACTUACIÓN

1. Objetivos de la guía 5
2. ¿Qué es una escuela saludable y segura? 6

SEGUNDA PARTE: ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN

1. Cómo elaborar un Plan de Promoción de la Salud en nuestro centro escolar 11
2. Alimentación sana y equilibrada 14
3. Promoción de una vida activa 19
4. Promoción de hábitos saludables e higiene 24
5. Entorno saludable y prevención de accidentes 29
6. Convivencia 36

PRIMERA PARTE: MARCO DE ACTUACIÓN

1. Objetivos de la guía

Las familias somos un pilar básico en la comunidad educativa. Más allá de la función de supervisión que naturalmente realizamos porque nos interesa conocer cuál es el ambiente en el que nuestros hijos e hijas se educan, los padres y madres podemos jugar un rol determinante para que los centros escolares incluyan la salud y la seguridad como elementos destacados de su Proyecto Educativo de Centro.

Esta guía tiene como objetivo fundamental aportar a padres y madres del alumnado las herramientas básicas para impulsar y acompañar el proceso de convertir las escuelas de nuestros hijos e hijas en centros saludables y seguros, en los que puedan desarrollarse plenamente con el mayor nivel de bienestar posible.

En ese sentido, los padres y madres que participamos en las AMPAS y el consejo escolar encontraremos en esta guía los lineamientos a tener en cuenta para desarrollar escuelas saludables y seguras. Estas pautas siguen el marco de actuación planteado por las principales instituciones educativas y sanitarias del ámbito internacional y nacional, como la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Unión Internacional de Promoción y Educación para la Salud (UIPES), los ministerios de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y de Educación, Cultura y Deporte.

La guía se estructura en dos bloques: el primero, donde definimos los objetivos y desarrollamos de forma breve qué es una escuela saludable y segura; y el segundo, en el que se precisan los elementos y temáticas que deben incluirse en un plan integral de promoción de la salud en la escuela.

Este guía ha sido elaborada por la Fundación de Educación para la Salud (FUNDA-DEPS), del Hospital Clínico San Carlos - Universidad Complutense de Madrid, entidad de referencia en la promoción y la educación para la salud en el ámbito nacional e iberoamericano con más de 25 años de trayectoria.

2. ¿Qué es una escuela saludable y segura?

Como sabemos, la escuela ocupa un lugar fundamental en la vida de nuestros hijos e hijas. Después de nuestro hogar, es el lugar en el que pasan más horas al día y que más determina su desarrollo a partir de los aprendizajes y la influencia del entorno físico y social. Por tanto, si conseguimos que nuestros hijos e hijas se desenvuelvan en una escuela más saludable eso tendrá como consecuencia directa un mayor bienestar.

¿Qué características tiene una escuela que promueve la salud? La Unión Internacional de Promoción y Educación para la Salud (UIPES) elaboró recientemente el documento “Generar escuelas promotoras de salud: pautas para promover la salud en la escuela”, con el objetivo de ayudar a los miembros de la comunidad educativa a impulsar y participar en este proceso de convertir a la escuela en un ambiente saludable y seguro. Según la UIPES, una escuela promotora de la salud contempla los siguientes principios de actuación:

- Integra la salud en las actividades cotidianas de la escuela, en el programa curricular y en los criterios de evaluación.
- Aborda las cuestiones de salud y bienestar de todo el personal de la escuela.
- Promueve la salud y el bienestar del alumnado.
- Ofrece un entorno seguro y de apoyo.
- Fomenta la participación de los estudiantes y el desarrollo de su potencial.
- Defiende principios de justicia social y equidad.

- Relaciona al sistema educativo con los sistemas de salud.
- Promueve la colaboración con los padres y madres del alumnado y con la comunidad toda.
- Establece objetivos realistas de promoción de la salud sobre la base de un diagnóstico preciso y de la evidencia científica disponible sobre los distintos temas de salud.
- Busca mejorar continuamente las condiciones de salud mediante la supervisión y la evaluación.
- Siguiendo los fundamentos de la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, documento de referencia en este campo elaborado por la Organización Mundial de la Salud en 1986, la UIPES plantea que los elementos esenciales de una escuela promotora de la salud son los siguientes:
- **Desarrollo de una política escolar saludable.** Es necesario que la escuela reflexione, debata y construya un proyecto de salud, que luego se plasme en documentos, protocolos y prácticas que promuevan la salud, el bienestar y la seguridad de todos los miembros de la comunidad educativa. Esto incluye, por ejemplo, un plan para mejorar las relaciones interpersonales y evitar situaciones de violencia o acoso; una propuesta para mejorar la calidad de los menús escolares; y protocolos de actuación ante situaciones de urgencia o en el apoyo al alumnado con problemas crónicos de salud.
- **El entorno físico de la escuela.** El lugar en el que se desarrollan las distintas actividades escolares es uno de los principales condicionantes de la salud. Este elemento contempla la higiene y seguridad general del edificio; la existencia de lugares adecuados para la alimentación, el juego y, obviamente, el dictado de las clases; y el control y erradicación de elementos contaminantes perjudiciales para la salud.
- **El entorno social de la escuela.** Destaca la importancia de mantener una relación fluida, dialogante y abierta entre los diferentes miembros de la comunidad educativa: alumnado, familias, docentes, directivos y demás personal.

- **Habilidades de salud individuales y competencias para la acción.** La promoción y educación para la salud debe integrarse de forma transversal en las actividades curriculares de la escuela, con el objetivo de aumentar el nivel de conocimientos del alumnado y mejorar sus competencias de salud. Esto incluye pautas básicas de higiene; hábitos saludables, como una alimentación equilibrada y la práctica de actividad física; o la prevención de conductas de riesgo, como el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas; por mencionar algunos temas de posible inclusión curricular.
- **Vínculos con la comunidad.** Es necesario promover los vínculos de la escuela con el resto de la comunidad en la que está inserta, evitando situaciones de aislamiento que limitan las posibilidades del centro educativo. Las relaciones con otros actores de la comunidad puede facilitar el apoyo de éstos a actividades que mejoren la salud escolar.
- **Servicios de salud.** Es necesario establecer la máxima colaboración posible con las instituciones y personal de salud locales o regionales, como pueden ser el centro de salud, el hospital o el personal de salud que excepcionalmente trabaja en el propio centro educativo. Estas instituciones y profesionales pueden asesorar e impulsar en conjunto con los integrantes de la comunidad educativa acciones de fomento de la salud, desde charlas específicas sobre temas de interés hasta la coordinación para la realización de revisiones de salud.

En los apartados siguientes haremos un desarrollo concreto de estas cuestiones, comenzando por la importancia de que todos los centros educativos tengan un Plan de Promoción de la Salud y siguiendo por los aspectos relativos a las diferentes temáticas específicas que debe contener ese proyecto. En todos los casos, se hará una introducción conceptual y luego se enumerarán en forma de preguntas los diferentes aspectos de la realidad a tener en cuenta para iniciar, desarrollar y consolidar los Planes de Promoción de la Salud en los centros educativos.

SEGUNDA PARTE: ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN



1. Cómo elaborar un Plan de Promoción de la Salud en nuestro centro escolar



Si nos damos a la tarea de poner en marcha un plan para mejorar la salud y el bienestar en nuestro centro educativo, lo más lógico es empezar por tener un diagnóstico de la situación en la que nos encontramos. Para ello, tenemos que poner en marcha varias acciones:

- Por un lado, utilizar las vías de diálogo e interacción con las autoridades del centro para conocer qué acciones están contempladas dentro de las actividades habituales del centro, tanto desde las actividades curriculares como a través de otras acciones. En ese sentido, es importante conocer si la escuela tiene integrado el enfoque de salud dentro del Proyecto Educativo de Centro.
- Por otro lado, es importante conocer las percepciones, necesidades, demandas y propuestas que sobre estos temas tienen los diferentes integrantes de la comunidad educativa. En ese sentido, las asociaciones de madres y padres del alumnado pueden ser la vía idónea para conocer y canalizar la visión de las familias.

Una vez que tenemos esa información, el paso siguiente es elaborar el Plan de Promoción de la Salud en el centro educativo, que integre todas las iniciativas y acciones dirigidas a mejorar la salud y el bienestar en la escuela. Es muy importante que autoridades, docentes, familias y alumnado colaboren, cada uno desde sus responsabilidades, en el desarrollo y puesta en marcha de estos planes. En ese sentido, lo ideal es que este plan se integre como eje transversal del Proyecto Educativo de Centro y se apruebe en el Consejo Escolar, porque eso significará que hay un trabajo consensuado y colaborativo con las autoridades y el personal de la escuela que facilitará todo el proceso.

En términos generales, el plan debe incluir los siguientes elementos:

- **Las prioridades de actuación establecidas y/o acordadas.** Es muy importante que aquí se contemplen las aportaciones de los diferentes actores que forman la co-

munidad educativa: autoridades, docentes, personal del centro, padres y madres y alumnado. Por ejemplo, las autoridades del centro pueden estar más interesados en cuestiones curriculares o de convivencia y los padres y madres en aspectos de la alimentación o el ocio saludable; ambas cuestiones son importantes y complementarias, por lo que unos y otros pueden apoyarse para abordarlas.

- **Los pasos o fases a través de los cuáles iremos desarrollando las diferentes actuaciones.** Puede que algunas cosas sean fáciles de conseguir y poner en marcha, pero otras van a requerir de gestiones y búsqueda de recursos a medio y largo plazo; en ese caso, el plan nos marca el camino para conseguir las “sin prisa pero sin pausa”.
- **Identificar los socios y aliados.** Como en todas las cuestiones de la vida, es muy importante estar bien acompañado, y en el caso de proyectos de este tipo es necesario conocer quiénes tienen interés en hacer cosas en materia de salud, tanto dentro como fuera de la escuela.
- **Establecer los aspectos a evaluar para valorar el éxito o el fracaso de nuestras acciones.** Las preguntas que se incluirán en cada uno de los apartados temáticos que vienen a continuación son un buen punto de partida, pero pueden surgir otras a partir de la realidad de cada centro educativo.
- En cualquier caso, es muy importante tener claro que este es un proceso que funcionará mucho mejor si trabajamos de forma coordinada e integral con todos los miembros de la comunidad educativa.

2. Alimentación sana y equilibrada



La alimentación en los primeros años de vida es muy importante por varias razones. En primer lugar, porque los niños y niñas que se nutren de forma sana y equilibrada tienen un adecuado desarrollo físico e intelectual. En segundo lugar, porque en estos primeros años de vida se adquieren muchos hábitos y rutinas, incluidos los de alimentación, que nos acompañarán el resto de nuestra vida.

En ese sentido, el centro escolar es un ámbito fundamental para la promoción de una alimentación sana y equilibrada. Por un lado, desde las diferentes actividades curriculares se puede trabajar el concepto de alimentación equilibrada y las formas de alcanzarla. Por otro lado, un altísimo porcentaje de los niños y niñas comen en los comedores escolares, por lo que disponer de menús saludables y equilibrados es un excelente punto de partida para que vayan aprendiendo hábitos y costumbres saludables.

Como se ha dicho, una alimentación equilibrada es uno de los pilares de nuestra salud. La primera clave para una alimentación sana y equilibrada es que los niños y niñas coman de todo. En ese sentido, una alimentación saludable y equilibrada es aquella que incorpora los distintos nutrientes y grupos de alimentos, en las cantidades y frecuencias adecuadas de acuerdo con las necesidades de cada persona en los distintos momentos evolutivos.

Objetivos de nuestra acción

Es importante que en materia de alimentación y nutrición el centro escolar se plantee los siguientes objetivos:

- **Promover la adopción de una dieta saludable y equilibrada por parte del alumnado y sus familias**, garantizando la oferta en los comedores escolares de menús saludables diseñados por profesionales de la nutrición así como una oferta suficiente de productos saludables en la cafetería y máquinas expendedoras de alimentos instaladas en el centro (en los casos en que dispongan de ellas).

GUÍA PARA PADRES Y MADRES

- **Facilitar información a las familias** sobre los menús programados para el comedor escolar y los alimentos aceptados por el centro escolar para los almuerzos, meriendas y salidas escolares, brindando además una orientación general sobre los alimentos que forman una dieta equilibrada.
- **Promover la realización de actividades educativas relacionadas con la alimentación**, como talleres de cocina saludable, el cuidado del huerto escolar o la plantación de árboles frutales, en la que los padres y madres puedan tener una participación activa junto a sus hijos e hijas.
- **Ayudar a detectar y reducir conductas disfuncionales o trastornos en la conducta alimentaria del alumnado** (sobrepeso y obesidad, bulimia, anorexia), brindando apoyo a las familias y facilitando el acceso a asesoramiento de profesionales de la salud competentes en los casos en que sea necesario.

A continuación, enumeraremos un conjunto de preguntas, que nos permitirán hacer un diagnóstico de la realidad de nuestro centro y al mismo tiempo nos ofrecen guías sobre posibles actuaciones para promover una alimentación saludable.

EN NUESTRA ESCUELA

¿Se imparten conocimientos sobre nutrición y alimentación en alguna materia? ¿En la materia transversal Educación para la Salud? ¿En alguna otra?

¿Se realizan actividades formativas, como charlas o talleres, sobre Alimentación y Nutrición? ¿Son adecuadas a los intereses de las familias? ¿Se realizan en horarios que facilitan la participación de los padres y madres?

¿En los últimos dos años se han impartido en el centro cursos de formación para profesores sobre alimentación, nutrición y consumo?

¿Dentro de las actividades curriculares se promueve que el alumnado realice en casa con sus padres y madres alguna actividad relacionada con los alimentos, como leer e interpretar la información que aparece en las etiquetas de productos de alimentación o preparar recetas de platos saludables?

¿Tiene el centro algún documento en el que explicita su política de alimentación, como contenidos nutricionales adecuados o incorporación de frutas y verduras en el menú diario?

¿Se promueve el consumo de frutas variadas en los recreos y la merienda?

Respecto del comedor escolar

- ¿Quién ha diseñado el menú? ¿Alguna persona supervisa el menú y la calidad de los alimentos?
- ¿Existen distintos menús en función de la edad de los escolares?
- ¿Existen distintos menús en función de las necesidades especiales de los alumnos/as, como alergias, intolerancias y cuestiones religiosas?
- ¿Participan los niños/as en alguna tarea del servicio del comedor?
- ¿Participan las familias en alguna tarea del servicio del comedor?
- ¿Se envía a las familias el menú del comedor escolar?
- ¿Se especifica en el menú la información nutricional de los alimentos?
- ¿Cada comida del menú escolar contiene alguna verdura o fruta fresca, así como pan y agua?

- ¿Se sirve pescado al menos dos o tres veces a la semana?
- ¿Se sirven legumbres al menos cuatro veces a la semana?
- ¿Se sirve carne al menos dos o tres veces a la semana?
- ¿Se sirve pasta y cereales todos los días?
- ¿Se evita incluir dos platos de difícil aceptación en una misma comida?

3. Promoción de una vida activa



Los seres humanos nacemos con un instinto natural de movimiento. Pero, además, movernos es una necesidad para tener un buen estado de salud. Entre los beneficios probados de la realización de actividad física se encuentran:

- Mejora la movilidad, el equilibrio y la coordinación corporal.
- Nos permite adquirir fortaleza y resistencia corporal.
- Ayuda a mantener la solidez de los huesos.
- Es importante para controlar el peso corporal.
- Aumenta la autoestima y permite controlar la ansiedad.
- Fomenta la sociabilidad con compañeros, amigos y/o familiares.

En los primeros años de vida, los niños y niñas son como una batería: necesitan gastar toda la energía para volver a cargarlas rápidamente, y en ese proceso de carga-descarga de energía se van produciendo las adaptaciones madurativas y el pleno desarrollo de sus capacidades.

Ese instinto natural de movimiento sufre sin embargo un choque con la realidad al llegar a la edad de escolarización, a partir de los 3 años. ¿Por qué? Porque la necesidad de socialización en las escuelas infantiles obliga a mantener a los niños y niñas quietos y, de alguna manera, reprime ese instinto de movimiento. Ahí puede encontrarse el punto de partida de los problemas de sedentarismo e inactividad física que se manifiestan con más claridad en la niñez y la adolescencia.

Por ello, es importante que desde los diferentes ámbitos de la vida se ofrezcan a los niños y niñas posibilidades de adoptar una vida activa. A pesar de lo mencionado anteriormente, los centros escolares pueden hacer mucho para promover la realización de actividad física.

Por un lado, es muy importante la tarea que desarrollan los monitores o profesores de educación física. La tarea de estos profesionales es estimular y desarrollar en los niños y las niñas la habilidad de moverse de manera natural, compensando de alguna manera el resto de las actividades típicamente escolares de tipo estáticas. Estas actividades pueden desarrollarse tanto de forma curricular, dentro de las actividades de la asignatura Educación Física, como a través de otras actividades lúdicas y de socialización organizadas en el centro. La realización de actividades deportivas es una forma de tener una vida activa; en ellas deben primar los componentes relacionados con la importancia de estar en movimiento y la socialización, evitando las facetas competitivas.

Por otra parte, es importante que se promueva la actividad física en los momentos de ocio, como los recreos, fomentando el juego colectivo. También, que se faciliten las posibilidades de que los niños y las niñas se trasladen al colegio en bicicleta o patinete, por ejemplo demarcando en el centro un área específica para aparcar esos medios de transporte.

Objetivos de nuestra acción

En materia de promoción de la vida activa, el centro escolar debe plantearse los siguientes objetivos:

- **Desarrollar una política orientada a la promoción de la actividad física**, buscando los espacios para que el alumnado pueda mantenerse activo dentro del centro escolar.
- **Promover la incorporación de la actividad física en las actividades cotidianas del alumnado**, aportando a las familias información y consejos sobre los beneficios de la actividad física y facilitando conductas saludables como trasladarse al colegio en bicicleta o patinete.

- **Fomentar la realización de actividades lúdicas con la participación de las familias en la que haya un componente de actividad física**, como salidas a un entorno natural o caminatas.
- **Estimular al alumnado para la realización de alguna actividad física pautada o supervisada durante el tiempo libre**, tanto dentro como fuera de la escuela. Por ejemplo, actividades como baile, natación o alguna escuela deportiva.

EN NUESTRA ESCUELA

¿Qué frecuencia tienen las clases de Educación Física? ¿Se utilizan en ellas estrategias activas de aprendizaje? ¿Se incorporan juegos y deportes? ¿Se promueve la participación placentera y lúdica en las actividades propuestas?

¿La programación de las actividades de Educación Física incluye actividades no competitivas adecuadas al desarrollo del alumnado?

¿Ofrece el centro la posibilidad de realizar actividades físicas al margen de las clases de Educación Física durante el horario escolar?

¿Se estimula desde el centro la realización de actividad física durante los recreos, frente a actividades sedentarias como el uso de juegos o entretenimientos virtuales (Play Station, iPod, mp3, móviles, etc.)?

¿El centro dispone de espacios deportivos? ¿En qué momentos están disponibles esos espacios? ¿Solo para actividades curriculares? ¿O también pueden ser utilizados en los recreos y fuera del horario escolar?

¿El centro ofrece actividades extraescolares relacionadas con la actividad física y el deporte?

¿Hay un entorno seguro para que los niños y niñas puedan llegar al centro educativo caminando o en bicicletas o patinetes? ¿Se promueve o facilita estos medios de transporte?

¿Se informa a las familias sobre el modo de favorecer la participación de sus hijos e hijas en actividades físicas lúdicas placenteras?

4. Promoción de hábitos saludables e higiene



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud como “el estado de bienestar físico, psíquico y social, y no sólo la ausencia de enfermedad”. En ese sentido, para conseguir el mejor estado de salud posible en cada momento de nuestra vida debemos combinar la prevención de los factores de riesgo que generan enfermedades con el fomento de conductas y hábitos saludables que actúen como factores protectores de la salud.

Las revisiones médicas son muy importantes en la infancia. A partir de los tres años, los niños y las niñas deben visitar al menos una vez al año al pediatra, para mantener un control adecuado de su estado de salud, seguir el calendario de vacunaciones establecido y que los padres y madres reciban consejos y recomendaciones para una crianza saludable. A partir de los 4 años (y en algunos casos antes) hay que hacer una evaluación de la visión para descartar problemas de agudeza visual y de estrabismo; de hecho, es recomendable vigilar periódicamente la visión y la audición a partir de los 6 años.

Uno de los aspectos que los centros educativos deben tener muy en cuenta es la atención a los niños y niñas que padecen algún tipo de enfermedad crónica, que requiere un seguimiento especial. Excepto en los pocos casos en los que el centro educativo dispone de personal de enfermería o algún docente formado específicamente en estas cuestiones, la atención a niños y niñas con alguna patología crónica (como diabetes o asma, por poner dos ejemplos) suele ser un punto de conflicto con las familias. Lo mismo puede decirse de los niños y niñas con algún tipo de discapacidad o de trastorno (como el TGD, autismo o hiperactividad).

Estas edades tempranas son un momento fundamental para que nuestros niños y niñas aprendan muchos de los hábitos y conductas relacionados con la salud que les acompañarán el resto de su vida. Y para que esto sea posible es muy importante que las familias y los centros educativos actuemos de la mano, promoviendo y reforzando los hábitos saludables. Además de los hábitos referidos a la alimentación y la activi-

dad física tratadas en los apartados anteriores, en estas edades debemos enseñarles:

- **La importancia de la higiene.** Nuestros hijos e hijas necesitan saber la importancia de la higiene personal (manos y pies, cabello, nariz, genitales) y de la vestimenta (ropa, calzado); especial atención merece el cepillado de dientes. Otro aspecto importante es educarles en la higiene postural, que se relaciona tanto con la forma en que se sientan para estudiar o jugar como con la carga que ponen en sus mochilas. También hay que hacerles ver la necesidad de descansar de forma adecuada, estableciendo una rutina de sueño que les permita “recargar las pilas” para el día siguiente.
- **La prevención de adicciones.** Esto supone educarles en la importancia de sentirse libres de las ataduras que suponen las adicciones a sustancias como el tabaco, el alcohol u otras drogas; también de educarles para evitar nuevas adicciones, como las que tienen que ver con las nuevas tecnologías (teléfono móvil, ordenador, etc.).
- **El desarrollo de su sexualidad.** Es importante que se generen espacios de diálogo, tanto en el centro educativo como en el hogar, en el que los niños y las niñas puedan canalizar sus dudas, preguntar y hablar con naturalidad de algo tan humano como la sexualidad.

Objetivos de nuestra acción

Es importante que en materia de promoción de hábitos saludables e higiene el centro escolar se plantee los siguientes objetivos:

- **Facilitar a las familias la información necesaria sobre los beneficios de un seguimiento adecuado del estado de salud de sus hijos e hijas,** promoviendo de forma coordinada con los servicios sanitarios las revisiones periódicas y el seguimiento de los calendarios de vacunación.

- **Establecer protocolos y recursos para la atención de los niños y niñas con necesidades sanitarias especiales**, como los que padecen alguna enfermedad crónica, para que esa circunstancia no limite su integración plena en la escuela.
- **Promover la adopción de hábitos de higiene**, tanto en las actividades curriculares como en las extracurriculares.
- **Promover una actitud saludable y positiva en relación con la sexualidad adecuada a cada etapa del desarrollo**, integrando la educación afectiva y sexual en el currículo de los diferentes niveles educativos.
- **Promover estilos de vida libres del uso de drogas**, para evitar o al menos retrasar la edad de inicio del consumo experimental de tabaco, alcohol y otras drogas y así limitar el impacto negativo que esas sustancias tienen en su salud.

EN NUESTRA ESCUELA

¿El centro realiza o promueve la realización de revisiones médicas periódicas a su alumnado? ¿Y de revisiones visuales y/o auditivas?

¿Se informa a las familias sobre la importancia de las revisiones periódicas del físico, la visión y la audición?

¿Tiene el centro algún protocolo de actuación para la atención de alumnos con necesidades educativas especiales? ¿Sobre enfermedades crónicas, como diabetes o asma? ¿Sobre discapacidades? ¿Sobre trastornos en el desarrollo, como TGD, autismo o hiperactividad?

¿Dispone el centro entre su personal de personal de enfermería o algún profesional capacitado para ese tipo de tareas? ¿De forma exclusiva o parcial? ¿Cuántas horas a la semana? ¿En qué momentos?

¿Existen medidas de apoyo para el uso de las nuevas tecnologías para alumnos/as con necesidades especiales (déficit visual, hipoacusia, etc.)?

¿Se realizan actividades en el aula que fomenten el desarrollo de hábitos saludables en el alumnado? ¿Cuáles son? ¿A qué edades? ¿Quiénes las coordinan?

¿Tiene el centro una normativa de higiene y aspecto personal? ¿Informa a los padres y madres y al alumnado sobre esa normativa?

¿Dispone el centro de baños adaptados para todas las edades? ¿Dispone de duchas para los casos en que sean necesarias?

¿Tiene el centro baños adaptados para el alumnado con algún tipo de discapacidad?

¿Dispone el centro de un protocolo de acción para el control de epidemias (piojos, gastroenteritis)?

¿Qué recursos tiene el centro para el trabajo en las aulas? ¿Las sillas de las aulas son ergonómicas? ¿Las sillas y mesas están adaptadas a las distintas edades del alumnado?

¿Se desarrolla algún tipo de actividad de educación afectiva-sexual con el alumnado? ¿Se ofrecen recursos de apoyo e información sobre sexualidad para las familias?

¿Se realizan actividades, curriculares o extracurriculares dirigidas a la prevención del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas? ¿Se fomenta el ocio activo y saludable?

5. Entorno saludable y prevención de accidentes



En materia de prevención de accidentes y lesiones no intencionadas hay una máxima que puede aplicarse perfectamente a los centros educativos: todos los accidentes son prevenibles... si se actúa de forma proactiva antes de que sucedan. Esto significa que es necesario que la comunidad educativa reflexione sobre los posibles elementos que puedan suponer un riesgo para la seguridad y la salud de las personas que están en el centro escolar y actúe de forma responsable y continuada para evitarlos.

En esa perspectiva, el primer punto para prevenir accidentes es garantizar que el espacio físico en el que se sitúa el centro educativo y el entorno que lo rodea no presenta elementos de riesgo para la salud. En este marco se incluye el mantenimiento del edificio (puertas y aberturas, verjas, pintura) y la seguridad en las zonas verdes y de juego. Lo mismo puede decirse del entorno del centro, que aunque no depende del control directo de las autoridades de la escuela sí debe ser tenido en cuenta a la hora de observar la seguridad para los niños y niñas y sus familias.

El hecho de que los accidentes sean prevenibles no quiere decir que, desafortunadamente, de vez en cuando ocurran. Y en esos casos lo fundamental es que el centro tenga los recursos de atención y el personal preparado para reaccionar de forma adecuada ante situaciones que requieren una actuación rápida y efectiva. Nos referimos, por un lado, a la existencia de protocolos de actuaciones ante situaciones tan variadas como un corte sangrante, una fractura de un niño o niña mientras juega en el patio, un incendio en el edificio o la necesidad de evacuar el centro ante una amenaza de bomba; y, por otro, a la existencia de recursos básicos para la seguridad como botiquín de primeros auxilios, extintores de incendios y alumbrados de emergencia. Tan importante como tener un protocolo y los recursos necesarios es que todos los miembros de la comunidad educativa los conozcan y que, de ser posible, se haya realizado al menos una vez un simulacro de actuación ante esas situaciones.

El centro también puede jugar un rol muy importante en el fomento de hábitos de prevención de accidentes por parte de las familias. En ese sentido, desde la escuela se

pueden promover actuaciones para que padres y madres dispongan de la información necesaria para aplicar medidas de seguridad en distintas situaciones de la vida diaria; por ejemplo, en el baño, durante la preparación de las comidas o en el desplazamiento en coche desde el hogar a la escuela.

Objetivos de nuestra acción

- **Promover la adopción de medidas de prevención en el mantenimiento y control de la seguridad del centro**, para procurar que no se produzcan accidentes evitables.
- **Garantizar la existencia de protocolos de actuación ante accidentes o emergencias**, garantizando que sean conocidos por todos los miembros de la comunidad educativa.
- **Colaborar con el centro escolar en la adopción de medidas que garanticen la seguridad**, tanto dentro del centro como en el entorno que le rodea.
- **Facilitar información a las familias para la adopción de hábitos que ayuden a prevenir accidentes**, para reducir la incidencia de lesiones entre el alumnado fuera del centro educativo.

EN NUESTRA ESCUELA

¿Existe un documento en el que se describe la política del centro en materia de prevención de lesiones?

¿Hay establecidas medidas de seguridad para evitar accidentes en los espacios comunes, como los patios? ¿Se han dispuesto zonas de seguridad alrededor de columpios

y otros elementos del patio de juegos para evitar que los alumnos puedan recibir un golpe?

¿Dispone el centro de botiquines? ¿Tienen información sobre los procedimientos a seguir en caso de lesión?

¿Hay junto a los teléfonos algún adhesivo con instrucciones para contactar con los servicios de urgencia?

¿Dispone el centro de un plan para el traslado o la derivación de alumnos/as lesionados/as? ¿Existe algún protocolo para situaciones en las que es preciso acompañar a un alumno/a a un centro sanitario? ¿Cómo se comunican estas situaciones a las familias?

Las personas adultas que acompañan al alumnado en salidas y actividades desarrolladas fuera del centro: ¿Conocen las medidas de seguridad que deben adoptar para prevenir accidentes? ¿Y cómo deben actuar en caso de que se produzca un accidente?

¿Mantiene el centro contacto fluido con la administración local para garantizar que su entorno sea lo más seguro posible? ¿Y con recursos comunitarios de prevención de accidentes y lesiones no intencionadas, como la Policía local, Bomberos o Protección Civil?

Sobre el mantenimiento del centro:

- ¿Dispone el centro de zonas verdes o de juego? ¿Existe un mantenimiento y limpieza rigurosa de estas zonas?
- ¿Se realizan revisiones periódicas de la pintura exterior e interior del centro, del estado de los baños, el verjado del centro, etc.?
- ¿Existe en el centro un responsable de seguridad y mantenimiento? ¿Quién se responsabiliza de esas tareas?

- ¿Dispone el centro de un plan actualizado de seguimiento de medidas de seguridad en aulas, zonas de juego, escaleras, zonas deportivas, y en general en todas las instalaciones del centro? ¿Se revisa periódicamente este plan? ¿Quiénes participan en la elaboración y revisión del plan?
- ¿Se verifican regularmente los niveles de riesgo y seguridad del centro?
- ¿Se retira de inmediato cualquier material, mobiliario o estructura física existente dentro del centro que suponga un riesgo?
- ¿Se efectúa un mantenimiento regular de las infraestructuras, las áreas de recreo y demás equipamiento del centro? ¿Se reparan inmediatamente los desperfectos que pudieran suponer un riesgo?
- ¿Se revisa periódicamente la superficie de las áreas de juego y deporte? ¿Se efectúa un mantenimiento periódico de los elementos de seguridad de los equipamientos deportivos, incluyendo superficies antideslizantes alrededor de la piscina; anclaje firme de las porterías de fútbol y almacenamiento de las mismas en lugar seguro cuando no se utilizan?

Sobre la actuación ante emergencias:

- ¿Dispone de sistemas específicos de aviso y alarma para emergencias?
- ¿Dispone el centro de lámparas de alumbrado de emergencia?
- ¿Existen señales normalizadas para indicar las salidas de emergencia y el sentido orientativo de éstas?
- ¿Existen en las aulas y demás dependencias croquis con las vías de evacuación?
- ¿Las puertas de salida al exterior disponen de sistema de apertura fácil?

- ¿Existen extintores en cada planta del/los edificios del centro? ¿Los extintores han sido revisados en los últimos 12 meses por empresa homologada?
- ¿Cuenta el centro con otros medios de extinción de incendios?
- ¿Existe Plan de Autoprotección del Centro?
- ¿Cuenta el Centro con programas de educación en autoprotección el alumnado?
- ¿Se han realizado ejercicios de evacuación de emergencia en los últimos cursos? ¿Con qué frecuencia? Con antelación al simulacro: ¿Se planificó la estrategia de evacuación con el alumnado?
- ¿Se informó a las AMPAS sobre el simulacro de evacuación?
- En caso de disponer de alumnos/as con algún tipo de discapacidad o de trastorno: ¿Se designó a alguna persona para realizar dicha evacuación?
- Sobre medidas específicas de seguridad en el espacio interno:
 - ¿Las escaleras disponen de barandillas firmes?
 - ¿Las zonas de juego están separadas del paso de vehículos a motor y bicicletas?
 - ¿Las sustancias tóxicas (medicamentos, productos químicos, productos de limpieza) están guardadas bajo llave? ¿Se ha dado indicaciones a la comunidad y educativa sobre el uso apropiado de estos productos?
 - ¿Se utilizan equipos de protección adecuados en las clases de educación física, laboratorios y talleres? ¿Las herramientas de los talleres y el material de laboratorio tienen un mantenimiento adecuado y funcionan correctamente?

- En el parque de juegos: ¿Hay elementos pintados con pinturas que contengan plomo u otras sustancias tóxicas?
- Sobre actividades de formación en prevención de accidentes:
 - ¿Promueve el centro acciones dirigidas a que los padres y las madres dispongan de la información necesaria para adoptar medidas de seguridad en su vida cotidiana, tanto en el hogar como en los desplazamientos al centro escolar?
 - ¿Realiza el centro actividades con el alumnado referidas a seguridad y prevención de accidentes? ¿Participan los padres y madres en esas actividades?
 - ¿Se ofrecen actividades específicas de primeros auxilios, seguridad y prevención de accidentes dirigidas a padres y madres? ¿Qué tipo de actividades se realizan? ¿Con qué frecuencia?

6. Convivencia



Aunque muchas veces se le suele prestar una atención escasa (o cuanto menos insuficiente), la buena convivencia entre los diferentes miembros de la comunidad educativa es un componente esencial para la construcción de un ambiente saludable. En ese sentido, es muy importante que el centro educativo sea un espacio en el que se promuevan las relaciones armónicas entre el alumnado y el resto de las personas que allí se desenvuelven, potenciando las capacidades de cada uno de los actores y ofreciendo herramientas de mediación y negociación para la resolución de conflictos cuando estos aparecen.

La escuela es un espacio en el que los conflictos están a la orden del día. Solo basta con pensar en que se trata de un espacio limitado en el que conviven varios cientos de personas, la gran mayoría de ellas en un período de construcción de su personalidad y rebosantes de energía. Si bien esas características nos hacen pensar en que gestionar todo eso es muy difícil, también es cierto que si se establecen mecanismos de gestión de la convivencia estos pueden ayudar a anticiparse a los problemas y disponer de herramientas para resolver los conflictos de forma más efectiva.

Por lo anterior, el centro debe disponer de un plan explícito para la gestión y minimización de conflictos, así como una normativa de conducta o Reglamento de Régimen Interno en consonancia con la legislación vigente. En la medida de lo posible, es importante que los padres y madres podamos participar en la elaboración de estos documentos, o que cuando menos podamos debatir sus contenidos y manifestar por las vías más adecuadas los acuerdos y sugerencias de mejora de los mismos.

La convivencia ha sido siempre una de las principales preocupaciones de la comunidad educativa. En los últimos años, la escuela está poniendo cada vez más esfuerzos para superar nuevos desafíos, como es la integración plena de niños y niñas originarios de otros países o la respuesta articulada entre los centros y las familias a los casos de acoso escolar. En el caso del acoso, una nueva manifestación de este fenómeno es el ciberbullying, un acoso que se canaliza a través de las nuevas tecnologías de la comunicación (móvil) e Internet (redes sociales).

En ese sentido, también es muy importante que el centro educativo ofrezca a las familias herramientas para gestionar situaciones que puedan estar afectando negativamente la salud mental de sus hijos e hijas. Nos referimos a estados de depresión o estrés, al fracaso escolar o a la aparición de conductas agresivas o no aceptadas socialmente.

Objetivos de nuestra acción

- **Fomentar el mejor clima de convivencia entre los diferentes actores que forman la comunidad educativa**, para que el alumnado pueda desenvolverse en un ambiente que favorezca su salud mental y emocional.
- **Promover un clima escolar interno en el que se impulse el respeto y apoyo a los demás**, considerando a todas personas que integran la comunidad educativa.
- **Favorecer el desarrollo en el alumnado de la autoestima**, el autocontrol emocional y la mejora de habilidades para la vida.
- **Promover el desarrollo de estrategias de mediación y negociación para la resolución de conflictos**, en un marco en el que no se toleren las agresiones ni ninguna otra forma de acoso o daño a las otras personas.
- **Reducir en el alumnado las conductas agresivas** hacia otras personas (iguales o educadores) o hacia uno mismo (autolesiones intencionadas, conductas suicidas).

EN NUESTRA ESCUELA

¿Dispone el centro de normas de convivencia escritas? ¿Se rechaza en ellas explícitamente la violencia? ¿Protege al alumnado y al resto de la comunidad educativa

de cualquier forma de acoso, violencia, o discriminación basada en las características personales (físicas, culturales, raciales, religiosas, etc.)?

¿Las normas de convivencia plantean con claridad las consecuencias o medidas disciplinarias ante su incumplimiento? ¿Las conocen adecuadamente las familias y el alumnado?

¿La información que proporciona el centro a las familias sobre convivencia escolar es adecuada y fluida?

¿Participan las familias en la elaboración de las normas que rigen la convivencia escolar?

¿Dispone el centro de protocolos o procedimientos de mediación y negociación para resolver conflictos entre el alumnado? ¿Y entre alumnos y docentes? ¿Y con las familias?

¿Tiene el centro unas directrices de actuación para dar una respuesta adecuada a los alumnos y alumnas que hayan sido testigos o víctimas de acciones violentas o de cualquier forma de acoso, tanto dentro como fuera de la escuela?

¿Dispone el centro de un protocolo para prevenir y/o afrontar situaciones de estrés o agresión del profesorado, por ejemplo, sobre cómo actuar ante el acoso de una familia?

¿El nivel de convivencia que existe en el Centro es satisfactorio?

¿Existe una actitud de respeto mutuo entre el alumnado?

¿El alumnado respeta las normas de convivencia que recoge el Reglamento de Régimen Interno?

¿El alumnado participa en el control y resolución de conflictos?

¿Los/as profesores/as trabajan coordinadamente en equipo?

¿Existe una actitud de respeto mutuo entre el alumnado y el profesorado?

¿Desarrolla el centro actividades dirigidas a promover en la familia actitudes positivas para la prevención y la detección precoz de situaciones de violencia, el establecimiento de normas y límites en el ámbito familiar y el refuerzo de vínculos afectivos positivos en la familia?

¿Se orienta a las familias sobre cómo detectar situaciones de riesgo para la salud mental de sus hijos e hijas, como estrés, depresión o intentos de suicidio?

¿Se presta algún tipo de ayuda o asesoramiento a las familias con niños y niñas que presentan actitudes o conductas violentas, absentismo o fracaso escolar?

¿Existe alguna sala o espacio para el AMPA?

Fuentes de consulta

A continuación se indica las fuentes utilizadas para la elaboración de esta guía. Todas las fuentes están disponibles en internet para ampliar la información.

Programa Colegios Saludables. Programa desarrollado por la Asociación de Educación para la Salud (ADEPS) del Hospital Clínico San Carlos y Padres y Colegios (Grupo Siena) en colaboración con Madrid Salud. Este programa pretende poner en valor las acciones desarrolladas por los centros educativos y otorga una certificación a aquellos centros educativos que muestran una mayor implicación con la promoción de la salud de toda la comunidad educativa.

Web: <http://www.colegiossaludables.com/>

Promover la salud en la escuela: de la evidencia a la acción. Este documento, elaborado por la Unión Internacional de Promoción y Educación para la Salud (UIPES) en el 2010, complementa las recomendaciones para instaurar y mantener la promoción de la salud en la escuela formuladas en el anterior "Generar escuelas promotoras de salud: Pautas para promover la salud en la escuela". Este es un documento de movilización para los sectores de la salud y la enseñanza, que anima a emprender actividades de promoción de la salud en la escuela en base a las pruebas de la efectividad de las mismas. En el documento se aboga por un enfoque escolar integral (Escuelas Promotoras de Salud) a la hora de realizar la planificación estratégica de las iniciativas de salud en la escuela y en su posterior ejecución.

Web: <http://www.fundadeps.org/Observatorio.asp?codrecurso=143>

Ganar en salud en la escuela - Guía para conseguirlo. Proyecto de educación para la salud elaborado en el año 2010 de manera conjunta por los Ministerios de Sanidad y Política Social y de Educación. La Guía está estructurada en torno a cuatro dimensiones: la curricular; la familiar; la del entorno del centro educativo; y la de coordinación y aprovechamiento de los recursos externos. La promoción del ejercicio físico y una dieta saludable, la educación en los riesgos que comporta el consumo de drogas y la necesidad de un bienestar y salud emocional para el niño son sólo algunos de los temas de los que se trata en esta guía.

Web: <http://www.fundadeps.org/Observatorio.asp?codrecurso=202>

Estudio Valorativo de Educación para la Salud en el ámbito educativo

El estudio da a conocer los hábitos de salud de los/as jóvenes y adolescentes en la comunidad escolar, así como la opinión de los/as profesionales del ámbito educativo sobre el trabajo que desarrollan en materia de Educación para la Salud dentro de las aulas. El ámbito de estudio del informe recoge la muestra efectuada sobre alumnos/as de 9 a 20 años de centros de enseñanza primaria, ESO, Bachillerato y Formación Profesional, por lo que dicha muestra es bastante significativa a la hora de valorar aspectos como relaciones afectivas, salud emocional, higiene, alimentación, hábitos de ocio y lectura y accidentes, poniendo un especial énfasis en las relaciones entre el alumnado y su entorno social y familiar. El informe fue elaborado por la Asociación de Educación para la Salud (ADEPS), con la colaboración de las revistas Magisterio y Padres y Colegios (Grupo SIENA) y la Casa Encendida de la Obra Social de Caja Madrid.

Web: <http://www.fundadeps.org/Observatorio.asp?codrecurso=97>

FEDERACIONES Y CONFEDERACIONES DE CEAPA

FAPA ALBACETE

Web: <http://albfapa.webnode.es>

Email: fapaalbacete@gmail.com

FAPA "GABRIEL MIRÓ" DE ALICANTE

C/ Redován, 6

03014 Alicante

Tel: 96 525 26 00 | Fax: 96 591 63 36

Web: <http://www.fapagabrielmiro.es>

Email: fapa@fapagabrielmiro.es

FAPACE ALMERIA

C/ Arcipreste de Hita, 26

04006 Almería

Tel: 950 22 09 71 | Fax: 950 22 28 31

Web: www.fapacealmeria.org

Email: fapace@fapacealmeria.org

FAPA ÁVILA

Apdo. de Correos, 60

05080 Ávila

Tel: 920 25 27 10 | Fax: 920 25 45 35

Web: <http://www.fampa.org>

Email: secretaria@fampa.org

FAPA ARAGÓN (FAPAR)

San Antonio Abad, 38

(Antiguo C.P. Rosa Arjó)

50010 Zaragoza

Tel: 976 32 14 30 - 976 46 04 16

Web: <http://www.fapar.org>

Email: fapar@fapar.org

FAPA ASTURIAS

Plaza del Riego, 1, 1º E

33003 Oviedo

Tel: 98 522 04 86 | Fax: 98 522 90 97

Web: www.fapaasturias.es

Email: fapaasturias@fapaasturias.es

COAPA BALEARS

Gremio Tintoreros, 2

07009 Palma de Mallorca

Tel: 971 20 84 84 | Fax: 971 75 18 63

Web: <http://www.fapamallorca.org>

Email: coapabalears@gmail.com

FAPA BURGOS

Apdo. de Correos, 3117

09080 Burgos

Tel: 947 22 28 58 | Fax: 947 22 78 99

Email: fapabur@wanadoo.es

FEDAPA CÁDIZ

Colegio Adolfo de Castro

C/ Guadalmesi, s/n

11012 Cádiz

Tel: 956 28 59 85 | Fax: 956 28 59 89

Web: <http://www.fedapacadiz.org>

Email: info@fedapacadiz.org

FAPA CANTABRIA

C/ Cisneros, 74 Desp. 3

39007 Santander

Tel: 942 23 94 63 | Fax: 942 23 99 00

Web: <http://www.fapacantabria.com>

Email: fapacantabria@yahoo.es

GUÍA PARA PADRES Y MADRES

FAPA CASTELLÓN

Carrer Mestre Caballero, 2
12004 Castellón
Tel: 964 25 42 16 | Fax: 964 25 03 60
Web: <http://www.fapacastello.com>
Email: info@fapacastello.com

FAPAES CATALUÑA

Pere Verges, 1 8-14
08020 Barcelona
Tel: 93 278 21 43 | Fax: 93 278 12 97
Web: <http://www.fapaes.net>
Email: fapaes@fapaes.net

FAPA CEUTA

Plaza Rafael Gibert, 27
Residencia de la Juventud, 2ª Planta
11701 Ceuta
Tel: 956 51 88 50 | Fax: 956 51 24 79
Web: <http://www.fapaceuta.org>
Email: fapaceuta@hotmail.com

FAPA CIUDAD REAL

C/ Pozo Concejo, 8
13004 Ciudad Real
Tel: 926 22 67 29 | Fax: 926 22 67 29
Web: <http://www.fapaciudadreal.com>
Email: alfonsoxelsabio@teleline.es

FAPA CÓRDOBA "Ágora"

C/ Doña Berenguela, 2
14006 Córdoba
Tel: 957 40 06 42 | Fax: 957 40 06 42
Web: <http://www.fapacordoba.org>
Email: fapacordoba@fapacordoba.org

FAPA CUENCA

Avda. República Argentina, 10, 2º dcha.
16004 Cuenca
Tel: 969 21 31 50 | Fax: 969 21 31 50
Web: <http://www.fapacuenca.com>
Email: fapacuenca@hotmail.com

FREAPA EXTREMADURA

Apdo. de Correos, 508
06080 Badajoz
Tel: 924 24 04 53 | Fax: 924 24 02 01
Web: <http://www.freapa.com>
Email: freapa@freapa.com

FIMAPA FUERTEVENTURA

C/ Pino, s/n
Barrio Majada Marcial Centro de Educación
Ocupacional
35600 Puerto del Rosario (Fuerteventura)
Tel: 928 85 02 45 | Fax: 928 94 79 80
Email: fimapafuer@gmail.com

CONFAPA GALICIA

Apdo. de Correos, 620
15080 La Coruña
Tel: 981 20 20 02 | Fax: 981 20 19 62
Web: <http://confapagalicia.org>
Email: confapagalicia@yahoo.es

FAPA GRANADA "Alhambra"

Camino de Santa Juliana, s/n
18007 Granada
Tel: 958 13 83 09 | Fax: 958 13 17 64
Web: <http://www.fapagranada.org>
Email: info@fapagranada.org

FAPA GUADALAJARA

C/ Jadraque, 23
19200 Azuqueca de Henares
Tel: 949 88 11 06 | Fax: 949 88 11 12
Email: fapaguadalajara@terra.es

FAPA GOMERA

Colegio Público Ruiz de Padrón
38800 San Sebastián de la Gomera
Tel: 922 14 61 08 | Fax: 922 14 61 08
Email: fapagarajonay@telefonica.net

FAPA GALDÓS

Álamo, 54
35014 Las Palmas de Gran Canaria
Tel: 928 38 20 72 | Fax: 928 36 19 03
Web: <http://www.fapagaldos.com>
Email: secretaria@fapagaldos.org

FAPA HIERRO

Apdo. de Correos, 36
38911 Frontera - El Hierro
Tel: 922 55 00 10 | Fax: 922 55 14 70
Email: fapahierro@yahoo.com

FAPA JAÉN "Los Olivos"

Apdo. de Correos, 129
23700 Linares
Tel: 953 65 06 25 | Fax: 953 69 71 99
Web: <http://www.fapajaen.org>
Email: info@fapajaen.org

FAPA LANZAROTE

CEP de Profesores Calle El Antonio, s/n
35500 Arrecife de Lanzarote
Tel: 690 011 502
Web: <http://www.fapalanzarote.webcindario.com>
Email: fapalanzarote@yahoo.es

FELAMPA LEÓN "Sierra Pambley"

CEIP Lope de Vega
Francisco Fernández Díez, 28
24009 León
Tel: 987 21 23 20 | Fax: 987 21 23 20
Web: <http://www.felampa.org>
Email: felampa@felampa.org

FAPA MADRID "Francisco Giner de los Ríos"

C/ Pilar de Zaragoza, 22-Bajo jardín
28028 Madrid
Tel: 91 534 58 95 | 91 553 97 73
Fax: 91 535 05 95
Web: <http://www.fapaginerdelosrios.es>
Email: info@fapaginerdelosrios.es

FDAPA MÁLAGA

C/ Hoyo Higuerón, 3
CEIP Félix Rodríguez de la Fuente
29009 Málaga
Tel: 952 042 623 | Fax: 952 042 671
Web: <http://www.fdapamalaga.org>
Email: fdapa@fdapamalaga.org

GUÍA PARA PADRES Y MADRES

FAPA REGIÓN DE MURCIA "Juan González"

C/ Puente Tocinos 1ª Travesía
Bajos Comerciales
30006 Murcia
Tel: 968 23 91 13 | Fax: 968 24 15 16
Web: <http://www.faparm.com>
Email: faparm@ono.com

FAPA NAVARRA "Herrikoa"

Juan M^a. Guelbenzu, 38 bajo
31005 Pamplona
Tel: 948 24 50 41 | Fax: 948 24 50 41
Web: <http://www.herrikoa.net>
Email: herrikoa@herrikoa.net

FAPA PALENCIA

C/ Panaderas, 14, bajo
34001 Palencia
Tel: 979 74 15 28 | Fax: 979 74 15 28
Email: fapapalencia@yahoo.es

FAPA BENAHOARE (Isla de La Palma)

Doctor Santos Abreu, 48
38700 Santa Cruz de La Palma
Tel: 922 42 06 90 | Fax: 922 41 36 00
Web: <http://fapabenahoare.org>
Email: faipalma@hotmail.com

FAPA RIOJA

Magisterio, 1, Bajo
Residencia Universitaria de La Rioja
26004 Logroño
Tel: 941 24 84 80 | Fax: 941 24 84 80
Web: <http://www.faparioja.org>
Email: faparioja@faparioja.org

FAPA SALAMANCA

Apdo. de Correos, 281
37080 Salamanca
Tel: 923 12 35 17 | Fax: 923 22 36 55
Email: fapahelmantik@inicia.es

FAPA SEGOVIA

Apdo. de Correos 581
40080 Segovia
Tel: 921 44 45 87 | Fax: 921 44 45 87
Web: <http://www.fedampa-segovia.blogspot.com>
Email: fedampasegovia@hotmail.com

FAPA SEVILLA

Ronda Tamarguillo, s/n
Edif. Deleg. Prov. Educación
41005 Sevilla
Tel: 95 493 45 68 | Fax: 95 466 22 07
Web: <http://www.fampasevilla.org>
Email: info@fampasevilla.org

FAPA TENERIFE (FITAPA)

Col. E.E. Hno. Pedro Carretera del Rosario km. 4
38010 Santa Cruz de Tenerife
Tel: 922 66 25 25 | Fax: 922 65 12 12
Web: <http://www.fitapa.org>
Email: fitapa@fitapa.org

FAPA TOLEDO

Centro Social Puerta de Cuadros N° 10
45600 Talavera de la Reina
Tel: 925 82 14 79 | Fax: 925 82 14 79
Email: fapatoledo@terra.es

FAPA VALENCIA

C/ Denia, 6, puertas 1 y 2
46006 Valencia
Tel: 96 373 98 11 | Fax: 96 333 00 77
Web: <http://www.fapa-valencia.org>
Email: fapa-valencia@hotmail.com

FAPA VALLADOLID

Avda. Ramón Pradera, 16 Bajo-Local 3
47009 Valladolid
Tel: 983 343 519 | Fax: 983 343 519
Web: <http://fapava.org/>
Email: fapava@terra.es

FAPA ZAMORA

Arapiles, s/n
49012 Zamora
Tel: 980 52 47 01 | Fax: 980 52 47 01
Email: fapazamora@telefonica.net

Otras Confederaciones de Federaciones de CEAPA

CODAPA (Andalucía)

Avda. de Madrid, 5, 3º
18012 Granada
Tel: 958 20 46 52 | Fax: 958 20 99 78
Web: <http://www.codapa.org>
Email: secretaria@codapa.org

CONFAPA "Miguel de Cervantes" (Castilla-La Mancha)

C/ Zarza, 6, 1ºA
45003 Toledo
Tel: 925 28 40 52 | 925 28 45 47
Fax: 925 28 45 46
Email: confapa.clm@terra.es

CONFAPACAL (Castilla y León)

Avda. Ramón Pradera, 16 Bajo-Local 3
47009 Valladolid
Tel: 983 337 058 | Fax: 983 337 058
Email: confapacal@telefonica.net

CONFAPACANARIAS

Avda. 1º de Mayo, 22, 1º dcha
35002 Las Palmas de Gran Canaria
Tel: 928 38 20 72 | Fax: 928 36 19 03
Web: <http://www.confapacanarias.net>
Email: confapacanarias@confapacanarias.net

CONFEDERACIÓN DE APAS "GONZALO ANAYA" (Comunidad Valenciana)

Pasaje de la Sangre, 5, Puerta 2, despacho 11
46002 Valencia
Tel: 96 352 96 07 | Fax: 6 394 37 97
Web: www.gonzaloanaya.com
Email: gonzaloanaya@gonzaloanaya.com

COVAPA (Comunidad Valenciana)

C/ Redován, 6
03014 Alicante
Tel: 96 525 26 00 | Fax: 96 591 63 36
Web: <http://www.covapa.es>
Email: covapa_alicante@hotmail.com

Financiado por:



CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE PADRES Y MADRES DE ALUMNOS

Puerta del Sol, 4 | 6º A | 28013 MADRID | Teléfono 91 701 47 10 | Fax 91 521 73 92

Email: ceapa@ceapa.es | www.ceapa.es