

XVIII CONCURSO JUVENIL DE PROYECTOS CARDIOSALUDABLES

Bases

Justificación

La incorporación de estilos de vida saludables desde edades tempranas condiciona la salud de las personas. Entre ellos, los que protegen el corazón y previenen enfermedades son:

- una alimentación saludable. Es decir:
 - con bajo contenido de grasas, sal y bebidas y productos azucarados (*evita el exceso*), y
 - consumo de, al menos, 5 porciones al día de frutas y verduras, agua y con preferencia comida casera,
- la práctica de actividad física regular para evitar el sedentarismo,
- evitar el consumo de alcohol,
- evitar el consumo de tabaco,
- realizar evaluaciones médicas periódicas.

Existe consenso científico sobre la necesidad de implementar acciones que promuevan estos estilos de vida saludables desde la infancia, para que los individuos participen de forma consciente y responsable en la construcción de la propia salud, junto a su familia y en su comunidad. La salud es un bien que se construye socialmente, es una tarea colectiva que para llevarla adelante con éxito es necesario que se sumen los esfuerzos intersectoriales para programar y promover la adopción de estos estilos de vida saludables.

En este contexto, la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, Cultura Científica de la Dirección de Educación del Ministerio de Educación y Cultura y la Administración Nacional de Educación Pública/ Consejo Directivo Central **convocan en el presente año a realizar acciones para el XVIII Concurso Juvenil de**

Proyectos Cardiosaludables, en el marco de la Semana del Corazón 2022.

Propósito

Se pretende difundir y/o divulgar las acciones de prevención de enfermedades cardiovasculares y de promoción de la salud en niños, niñas y jóvenes. Asimismo se propone lograr un cambio de actitud y de comportamiento para proteger la salud cardiovascular, a través de un proceso activo y creativo.

Los proyectos serán elaborados por niños, niñas y jóvenes, con su/sus docente/s supervisor/es, con el objetivo de realizar acciones con relación a la *Semana del Corazón 2022*, en temas vinculados a la **salud cardiovascular como son: alimentación saludable, promoción de actividad física, y evitar el sedentarismo, evitar el consumo de alcohol y de tabaco y/o nicotina en cualquiera de sus formas, obesidad, hipertensión arterial, estrés, diabetes, dislipemia (aumento de colesterol) y contaminación del ambiente.**

¿Qué se promueve?

Generar una actividad de promoción de salud que involucre a la comunidad (de forma presencial o virtual) asociada a la *Semana del Corazón 2022*. Registrar la actividad para su difusión en algún medio audiovisual (fotografías, videos, etc.)

Participantes

Niños, niñas y jóvenes de todo el país, de entre 9 y 29 años.

Cada actividad se evaluará en función de las diferentes categorías que se proponen a continuación (las que están en relación con el año educativo y/o edad de los participantes):

Categoría I	Alumnos de 4.º, 5.º, 6.º de la Dirección General de Educación Inicial y Primaria (DGEIP) y/o su equivalente.
Categoría II	Alumnos de 7.º, 8.º y 9.º de la DGEIP; alumnos del Ciclo Básico de la Dirección General de Educación Secundaria (DGES) y Dirección General de Educación Técnica y Profesional (DGETP) y/o su

	equivalente.
Categoría III	Alumnos del Ciclo Superior de la DGES y DGETP, alumnos de Formación Docente (Instituto de Formación Docente, Centro Regional de Profesores, Instituto de Profesores) y alumnos del Instituto Superior de Educación Física y/o su equivalente.

No podrán participar familiares directos de los integrantes de las instituciones organizadoras.

Requerimientos

Cada proyecto postulante deberá completar para su inscripción el formulario Google disponible en: <https://forms.gle/Q2uTd3oFPgpZstjg6> que consta de: 1)

Ficha técnica

- Nombre de la actividad,
- número de participantes,
- orientador/es (e-mail y celular),
- identificación de categoría,
- institución,
- localidad, departamento.

Toda institución que participe en el concurso debe contar con el consentimiento de todos los integrantes del equipo, sin excepción, (o de los adultos responsables, si son menores), en el que se autorice el uso de la imagen y su difusión en redes sociales y webs de las instituciones organizadoras, con fines educativos y de difusión. Dichas imágenes no se utilizarán para fines comerciales.

2) Presentación:

Material que documente la acción – elaborar acciones específicamente vinculadas a la salud cardiovascular en el marco de la *Semana del Corazón*.

Ideas de acciones posibles que se pueden incluir en el proyecto: caminatas, clases de cocina saludable, bicicleteadas, concurso fotográfico, pintada/murales, juegos, ferias de salud, creación de material educativo o toda propuesta de promoción de salud para la comunidad.

Ideas de materiales que documenten la acción: videos, afiches, fotos, material audiovisual.

★ En el caso de optar por un **video**, este no debe exceder los 45 segundos: Se le podrán incorporar: textos, música, relatos, recursos artísticos.

★ En el caso de enviar **fotografías**, se recepcionará un máximo de 5 (cinco) en formato jpg.

1) Ficha técnica.

- **Texto descriptivo** que explicita los objetivos que se pretende alcanzar con el proyecto; fundamentación de las actividades asociadas a él y mención del impacto logrado (instituciones vinculadas, profesionales, comunidad toda). Este texto no podrá exceder los 4500 caracteres con espacios incluidos.

No deben aparecer en el material entregado:

-imágenes de marcas empresariales,

- imágenes de marcas o instituciones partidarias (políticas, religiosas, deportivas), ni como fondo del video,

- imágenes relacionadas a tabacos, vapeadores, bebidas alcohólicas o drogas, alimentos no saludables (ninguno de los identificados con EXCESO), salvo que se utilicen, exclusivamente, con un fin educativo.

Criterios de evaluación del proyecto

1. Impacto e involucramiento con la comunidad (30 puntos).
2. Originalidad y creatividad de la propuesta (30 puntos).
3. Presentación (40 puntos).

Recepción de propuestas

Las propuestas serán recibidas a través del formulario Google desde el 1.º

de septiembre hasta el cierre de la *Semana del Corazón*, el viernes 30° de setiembre de 2022.

Selección de las propuestas y premiación

El tribunal, integrado por un representante de cada una de las instituciones organizadoras, seleccionará el proyecto que se destaque en cada categoría según los criterios de evaluación.

Los premiados en cada una de ellas recibirán una orden de compra de 6.500 pesos uruguayos para la adquisición de libros y/o material didáctico para la institución, y otra orden de igual monto para materiales de actividad física y recreación para el proyecto. Cuando las propuestas no alcancen el 60 % del puntaje esperado o cuando en una categoría no se reciban postulaciones, el tribunal podrá declararla desierta o destinar el premio entre las otras.

Los premios serán entregados en un acto, en lugar y fecha a convenir, antes de que finalice el año en curso.

Por consultas: *Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular* Tel: 24802715 ,
Mail: contacto@cardiosalud.org