

XVI CONCURSO JUVENIL DE PROYECTOS CARDIOSALUDABLES

Bases

Justificación

La incorporación de estilos de vida saludables desde edades muy tempranas es un pilar para el mejor desarrollo de la salud de las personas. Los estilos de vida saludables que protegen el corazón y previenen enfermedades son:

- 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, prefiriendo el agua y la comida casera.
- actividad física regular y evitar el sedentarismo,
- evitar el consumo de alcohol,
- evitar el consumo de tabaco,

Existe consenso científico sobre la necesidad de implementar acciones que promuevan estos estilos de vida saludables desde edades tempranas y para que los individuos participen de forma responsable en la construcción de su propia salud.

La salud es un bien que se produce 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 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 ANEP/CODICEN, **convocan en el presente año a realizar acciones para el XVI Concurso Juvenil de Proyectos Cardiosaludables, en el marco de la Semana del Corazón 2020.**

Propósito del Concurso

Se pretende difundir y/o divulgar las acciones de prevención de enfermedades cardiovasculares y de promoción de la salud en niños, niñas y jóvenes. 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 docentes supervisores, con el objetivo de realizar acciones durante la *Semana del Corazón 2020*, en temas vinculados a **la salud cardiovascular: alimentación saludable, promoción de actividad física, evitar el consumo de alcohol y tabaco, obesidad, hipertensión arterial, estrés, diabetes y dislipemia (aumento de colesterol), contaminación del ambiente entre otros.**

¿Qué promueve el proyecto?

Generar una actividad de promoción de salud que involucre a la comunidad (de forma presencial o virtual) en la *Semana del Corazón 2020*. 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 al año educativo y/o edad de los participantes:)

Categoría I:	Alumnos de 4.º, 5.º, 6.º del CEIP y/o su equivalente.
Categoría II:	Alumnos de 7.º, 8.º y 9.º del CEIP; alumnos del Ciclo Básico del CES y CETP y/o su equivalente.
Categoría III:	Alumnos del Ciclo Superior del CES y CETP, alumnos de Formación Docente (IFD, CERP, IPA) y alumnos del Instituto Superior de Educación Física y/o su equivalente.

No podrán participar familiares directos de las instituciones organizadoras.

Requerimientos

Ficha técnica

- Nombre de la actividad,
- 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 los adultos responsables si son menores), que autorice el uso de la imagen y su difusión en redes sociales y webs de las instituciones organizadoras. Dichas imágenes no se utilizarán para fines comerciales.

Elaborar un material que documente eficazmente las acciones planteadas y desarrolladas en la *Semana del Corazón*, junto con un **texto descriptivo** que no exceda los 600 caracteres con espacios incluidos.

Ideas de acciones posibles: 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. ¡TU CREATIVIDAD EN MARCHA!

Todas las acciones deberán respetar las normas sanitarias vigentes planteadas por el MSP dada la emergencia sanitaria, actualizadas al día que se desarrolle la actividad. Evitar aglomeraciones y mantener distanciamiento y uso de tapaboca en las actividades.

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

Requisitos para el envío del material:

En el caso de optar por un **video**, éste debe ser máximo de 30 segundos, al que se le podrá incorporar: textos, música, relatos, recursos artísticos.

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

No deben aparecer en el material entregado:

- Imágenes, marcas empresariales o gestos que sugieran: tabaco, bebidas alcohólicas o drogas, alimentos no saludables (ninguno de los identificados con EXCESO).



- Imágenes de marcas o instituciones partidarias (políticas, religiosas, deportivas) incluso como fondo del video.

Resumen, cada postulación deberá contar con:

- **Ficha técnica**
- **Material que documente la acción**
- **Texto descriptivo (máx. 600 caracteres con espacios)**

Criterios de evaluación del proyecto:

1. Impacto e involucramiento con la comunidad (35 puntos).
2. Originalidad y creatividad en la propuesta (25 puntos).
3. Presentación (20 puntos).

Recepción de las propuestas

Las propuestas serán recibidas en el mail institucional proyectosjuveniles@cardiosalud.org (con confirmación de recepción), en la **Semana del Corazón, desde el 28 de septiembre al 3 de octubre.**

Las propuestas que se reciban podrán ser difundidas como material de promoción durante la campaña de la *Semana del Corazón*.

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 categoría, recibirán una orden de compra de 6.000 pesos uruguayos para la compra de libros y/o material didáctico para la institución y otra orden de igual monto para la compra en materiales de actividad física y recreación para el proyecto.

Cuando los proyectos postulados no alcancen el 60% del puntaje esperado o cuando una categoría resulte desierta, el tribunal podrá declarar desierto o destinar el premio en alguno de los restantes.

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

Por consultas: contacto@cardiosalud.org | Tel: 24802715 interno 111.

Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular, Cultura Científica de la Dirección de Educación del Ministerio de Educación y Cultura y ANEP/CODICEN.