



**INTERNATIONAL
ADOLESCENT
HEALTH WEEK**

Cómo comenzar a planear



Kit de Planificación de la Semana Internacional de la Salud del Adolescente (IAHW)

Propósito:

El kit de IAHW proporciona orientación para que individuos, organizaciones y grupos juveniles participen en IAHW, un evento anual centrado en concienciar sobre la salud del adolescente a nivel mundial.

Objetivos:

- Aumentar el reconocimiento de los problemas de salud del adolescente.
- Involucrar a los adolescentes en sus propias decisiones de salud.
- Promover eventos globales que destaquen la salud del adolescente.

Antecedentes:

IAHW está dedicada a las necesidades de salud únicas de más de mil millones de adolescentes en todo el mundo. Este evento de una semana promueve una visión holística de la salud adolescente, diferenciando sus necesidades de las de los niños y adultos. Con un enfoque en la alfabetización en salud y la abogacía, la semana alienta a los adolescentes a ser participantes activos en su propio viaje de salud.

Consejos de Planificación:

- **Cronograma:** Comienza a planificar 2-3 meses antes.
- **Actividades:** Adapta las actividades a las necesidades de tu comunidad Algunos ejemplos son:
 - **Presentaciones Educativas:** Presentaciones breves en línea sobre temas como relaciones saludables o higiene del sueño.
 - **Actividades Físicas:** Clases de yoga, ya sea en línea o en persona, para promover la atención plena y la salud física.
 - **Vida Saludable:** Compartir recetas simples y saludables en línea.

- **Abogacía:** Involucrarse con funcionarios del gobierno local para abogar por políticas de salud amigables para los jóvenes.

Enfoque en la Alfabetización en Salud:

- **Alfabetización Digital:** Esencial debido al aumento de la información de salud en línea. Fomenta el pensamiento crítico sobre el contenido de salud en línea, especialmente en áreas con recursos de salud limitados.

Recursos Adicionales:

Los kits con guías de planificación más detalladas, publicaciones en redes sociales y e ideas para actividades están disponibles para su descarga en internationaladolescenthealthweek.org.

Color Oficial:

El verde lima, que simboliza salud, felicidad y la energía adolescente, es el color oficial de IAHW.

Aspectos Clave de la UNCRC y IAHW

Descripción General de la UNCRC:

- La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño (UNCRC) fue aprobada hace 30 años por 190 países miembros de la ONU, convirtiéndola en uno de los tratados de derechos humanos más ratificados.
- La UNCRC afirma que los niños son individuos con sus propios derechos, no solo sujetos de decisiones parentales.
- Este marco es esencial para los profesionales de la salud adolescente, guiándolos a respetar la madurez creciente de los adolescentes y su derecho a tomar decisiones independientes sobre su salud.

Relevancia para IAHW:

- IAHW proporciona una plataforma para educar a los adolescentes sobre sus derechos bajo la UNCRC y empoderarlos para que aboguen por su salud.
- Las actividades durante IAHW pueden incluir:
 - **Presentaciones Educativas:** Dirigidas a temas como relaciones saludables y los efectos del sueño en el funcionamiento diario.
 - **Salud Física y Mental:** Clases de yoga, prácticas de atención plena (mindfulness) y manejo del estrés.
 - **Alfabetización en Salud:** Promover la evaluación crítica de la información de salud en línea, esencial ya que más adolescentes buscan respuestas de salud en internet.

Importancia de la Alfabetización Digital:

- Casi todos los adolescentes con acceso a internet buscan información sobre salud en línea, pero la desinformación es prevalente.
- Mejorar la alfabetización en salud digital es crucial, especialmente en áreas con recursos de salud limitados.
- Las organizaciones globales están desarrollando iniciativas para mejorar estas habilidades, que son vitales para tomar decisiones informadas sobre la salud.

Semana Internacional de la Salud del Adolescente (IAHW) - Empoderando a los Jóvenes para un Cambio Positivo

Influencia de los Jóvenes:

Los adolescentes son moldeados por sus amigos, familia, escuelas, comunidad y sociedad. IAHW es una oportunidad para promover la educación en salud y la participación positiva, empoderando a los adolescentes como agentes de cambio en sus comunidades. Al participar, pueden aprender habilidades vitales de abogacía e influir en los comportamientos de salud entre sus compañeros, familia y la comunidad en general.

Simbolismo y Recursos:

El verde lima, que representa la salud, la felicidad y la vibrante energía de los adolescentes, es el color oficial de IAHW. Los recursos como kits, publicaciones en redes sociales y e ideas para actividades en escuelas, prácticas médicas y comunidades están disponibles en línea. Debido a la pandemia global en curso, muchas actividades están diseñadas para ser digitales o adaptables a las pautas de salud locales.

Involúcrate:

Se anima a los jóvenes a tomar el control de IAHW, liderando a sus compañeros e inspirando un cambio positivo.

2-3 months in advance of IAHW	
Ideas de planificación para escuelas y universidades:	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualiza los calendarios en línea para incluir la Semana Internacional de la Salud del Adolescente. ○ Nombra a una persona (profesor de salud, profesor de gimnasia, consejero, enfermero escolar u otro miembro del personal activo e interesado) para que tome la iniciativa en la implementación de la Semana de la Salud del Adolescente en tu escuela o que pueda ser un patrocinador del club de estudiantes para desarrollar actividades en torno a la Semana de la Salud del Adolescente. ○ Forma un equipo de líderes estudiantiles que puedan ayudar. Esto podría hacerse dentro de un club estudiantil preexistente (club de salud, club de servicio comunitario) o podría utilizarse para iniciar un nuevo club.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Identifica premios gratuitos o económicos que se puedan otorgar en diferentes concursos que se realicen durante la Semana de la Salud del Adolescente. Algunos ejemplos incluyen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pase para no hacer tarea ▪ Crédito extra por participar ▪ Merienda gratuita en la cafetería o Día de vestir libre si los estudiantes usan uniforme ▪ El ganador puede lanzar un pastel, globos de agua (u otra actividad divertida similar) a un profesor o administrador dispuesto en una asamblea durante el almuerzo. ▪ Reconocimiento en los anuncios de la escuela ▪ Almuerzo con un miembro del profesorado, decano o director elegido por el estudiante ○ Elegir la música para el almuerzo u otro momento comunitario <ul style="list-style-type: none"> ○ Anuncia la Semana Internacional de la Salud del Adolescente en las organizaciones de padres (PTO/PTA) y en las comunicaciones de la escuela. Anima al PTO/PTA a coordinar actividades durante la Semana de la Salud del Adolescente para la participación de padres y estudiantes. ○ Considera la posibilidad de comprar ropa de espíritu escolar de color verde lima para la semana, como pañuelos, pulseras, etc. La ropa de espíritu escolar personalizada se puede hacer utilizando los logotipos oficiales. ○ Descarga o copia los logotipos oficiales gratuitos diseñados por International Youth e inclúyelos en folletos y otros materiales utilizados durante la Semana Internacional de la Salud del Adolescente (logotipos disponibles en https://internationaladolescenthealthweek.org/index.html).
--	--

Planeación temprana de la Semana Internacional de la Salud del Adolescente

2-3 meses previo a IAHW	
Ideas de planificación para consultorios médicos, hospitales y u otras organizaciones médicas	<ul style="list-style-type: none"> • Planea que el personal use corbatas, bufandas, camisetas u otra vestimenta verde lima durante la Semana de la Salud del Adolescente. • Considera un tema de salud adolescente que puedas destacar en una carta al editor en la prensa local. • Colabora con una escuela local para planificar actividades o compartir materiales educativos. • Planifica un evento para que ocurra durante la Semana de la Salud del Adolescente y promuévelo con periódicos locales, televisión y radio.

	<ul style="list-style-type: none"> • Comunícate con los medios locales/noticias matutinas para organizar una entrevista y compartir información sobre temas de salud adolescente en tu práctica o comunidad, y lo que estás haciendo para mejorar la salud de los adolescentes en tu comunidad. • Compra u ordena obsequios de color verde lima para los pacientes (cepillos de dientes, vendajes, condones, botellas de agua, etc.). Utiliza los logotipos de la Semana de la Salud del Adolescente diseñados por jóvenes y promociona tu organización en estos artículos.
Ideas de planificación comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> • Contacta a funcionarios del gobierno local para obtener apoyo para la Semana de la Salud del Adolescente. Solicita una proclamación o resolución que declare el reconocimiento local, estatal, regional o nacional de la Semana de la Salud del Adolescente y la importancia de promover la salud adolescente. • Identifica negocios locales que puedan iluminar edificios de color verde lima eventos de iluminación"). Muchos negocios y comunidades lo harán sin costo para- organizaciones sin fines de lucro y aquellas involucradas con la salud. • Planifica un evento digital dirigido a adolescentes e invita a la prensa a asistir. • Comunícate con negocios, museos, etc., que atienden a adolescentes para ver si pueden ofrecer descuentos a los adolescentes durante la semana o entrada gratuita a aquellos que usen verde lima durante la semana. Anima a estos socios comunitarios a usar las redes sociales para promover su participación en la Semana de la Salud del Adolescente. • Crea ropa de espíritu escolar o camisetas utilizando los logotipos oficiales diseñados por jóvenes para vender, usar como premios u obsequios, o para usar durante toda la semana.
Redes Sociales	<p>Siga las páginas de redes sociales de IAHW para obtener actualizaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • X: @IAHW_IAAH • Instagram: @adolescent_health_week • Facebook: @internationaladolescenthealthweek • TikTok @iahwiaah

Planeación temprana de la Semana Internacional de la Salud del Adolescente

1 mes previo a IAHW	
Ideas de planificación para escuelas y universidades:	<ul style="list-style-type: none"> • Anuncia la Semana Internacional de la Salud del Adolescente en los comunicados de la escuela y en las organizaciones de padres (PTO/PTA). • Finaliza los planes para las actividades.

	<ul style="list-style-type: none"> • Consulta con el líder del profesorado y con los líderes estudiantiles/club sobre sus planes para la semana y ámalos a crear conciencia por la semana. • Informa a los estudiantes y al personal que se les alentará a usar algo de color verde lima (camisetas, bufandas, bandanas, esmalte de uñas, sombra de ojos, listones para el cabello, shorts, cualquier cosa). • Crea un plan simple de redes sociales para que tu escuela comparta publicaciones de la Semana Internacional de la Salud del Adolescente, o considera que las clases de salud o los clubes creen una página específica en redes sociales para usar durante la semana y compartir publicaciones de los estudiantes, datos sobre la salud adolescente (se proporcionan ejemplos), realizar concursos, etc. • Considera comprar ropa de espíritu escolar económica para la semana, como bandanas, pulseras, etc., si aún no se ha hecho. • Reúne premios gratuitos o económicos que se puedan otorgar en diferentes concursos que se realicen durante la Semana de la Salud del Adolescente. <p>Algunos ejemplos incluyen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pase para no hacer tarea • Crédito extra o Merienda gratuita en la cafetería • Día de vestir libre si los estudiantes usan uniforme • El ganador puede lanzar un pastel, globos de agua (u otra actividad divertida similar) a un profesor o administrador dispuesto en una asamblea durante el almuerzo • Reconocimiento en los anuncios de la escuela • Almuerzo con un miembro del profesorado, decano o director elegido por el estudiante • Elegir la música para el almuerzo u otro momento comunitario
<p>Ideas para actividades de la Clase de Salud que conducirán a la Semana de la Salud del Adolescente:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Recopila preguntas anónimas de los estudiantes sobre diferentes temas de salud para usar/responder durante la próxima semana • Identifica (de fuentes precisas) datos interesantes sobre la salud para compartir en los anuncios escolares durante la próxima Semana de la Salud del Adolescente. • Crea pequeños carteles con datos interesantes sobre la salud para colgar dentro de los baños o en los pasillos durante la Semana de la Salud del Adolescente. • Redacta publicaciones en redes sociales para promover y generar impulso y entusiasmo antes de la próxima celebración de la Salud del Adolescente.

Planeación temprana de la Semana Internacional de la Salud del Adolescente

1 mes previo a IAHW	
Ideas de planificación para consultorios médicos, hospitales y otras organizaciones médicas	<ul style="list-style-type: none"> • Planea que el personal use corbatas, bufandas, camisetas u otra vestimenta de color verde lima durante la Semana de la Salud del Adolescente. • Envía una carta, artículo o pieza de opinión sobre un tema de salud adolescente a la prensa local. • Finaliza los planes con las escuelas locales en relación con las actividades o materiales educativos. • Promociona los eventos planeados para la Semana de la Salud del Adolescente en los periódicos locales, televisión y medios de radio. • Comunícate con los medios locales/noticias matutinas para organizar una entrevista y compartir información sobre los problemas de salud adolescente en tu práctica o comunidad, y lo que estás haciendo para mejorarlos en tu comunidad. • Obtén obsequios de color verde lima para los pacientes (cepillos de dientes, vendajes, condones, botellas de agua, etc.).
Ideas de planificación comunitaria	<ul style="list-style-type: none"> • Finaliza la planificación del evento. • Anuncia la participación de tu organización en la Semana de Salud del Adolescente. • Comunícate con la prensa para obtener cobertura de su participación y/o misión en lo que se refiere a la salud de los adolescentes.
Redes Sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Sigue las páginas de redes sociales de IAHW para obtener actualizaciones: <ul style="list-style-type: none"> ○ X: @IAHW_IAAH ○ Instagram: @adolescent_health_week ○ Facebook: @internationaladolescenthealthweek ○ TikTok @iahwiaah • Promociona eventos y el apoyo y participación de tu organización en la Semana de la Salud del Adolescente a través de las redes sociales utilizando hashtag.