



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



LEARNING BY PROJECTS

LEVEL: Short Cycle High Education «Hygienist»



ACADEMIC YEAR: Second

SUBJECT: Oral Health Education



OBJECTIVE

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Learning of process to promote health through communication techniques

Students are asked to design a small Oral Health Education program with following contents:

- **A poster**
- **An informative talk**
- **A ppt to accompany the lecture**
 - **A brochure**



ORGANIZATION

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



All the tasks have to be done by groups of 6 students

In the first session each group must decide who develop each of this roles:

- **Director**
- **Redactors (2 people)**
- **Audiovisual specialists (2 people)**
- **Speaker**



TASKS

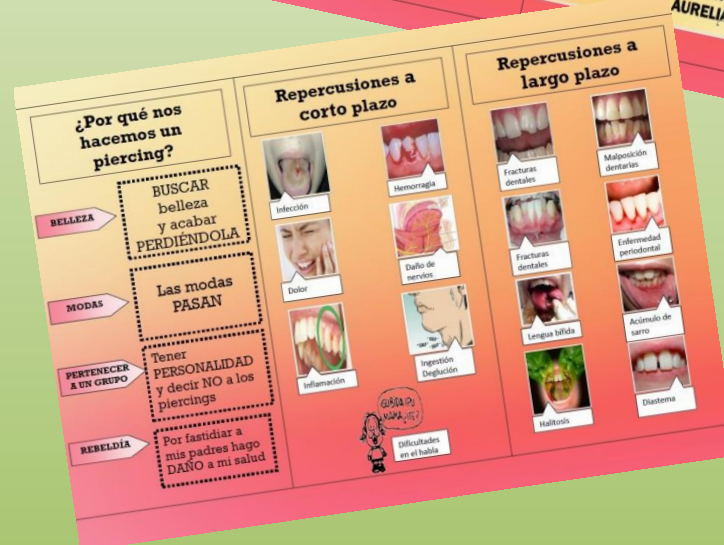
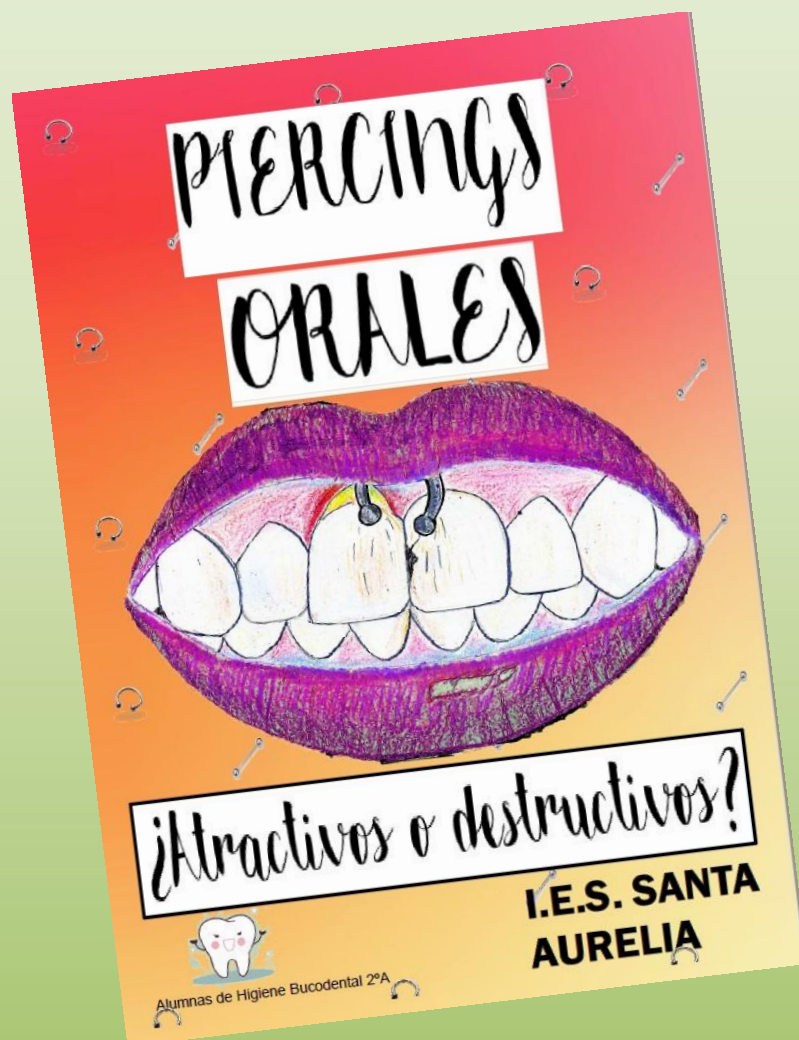
They must search documentation about a healthy/unhealthy habit, at least 6 articles, and summarize the content.

Then, decide which will be the main ideas they wanted to include in their talk.

It depends on the role: write the talk text, design the poster, ppt and brochure, preparing voice and oral communication techniques and coordinate the group work.

When everything is done, there are 2 experimental exposures, correction of failures and final exposure to the target population.

SOME EXAMPLES OF FINAL RESULTS





Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Recomendaciones:
No es necesario eliminar el consumo por completo de este tipo de bebidas, pero sí limitarlo a ocasiones esporádicas.

Alternativas
Agua



Juices naturales



Realizado por:
Rafael López Alejo
Rocío García Cotrino
Helena Corzo Sánchez
María Marín Borreguero
Claudia Bustos Cuberos

¿SABES LO QUE BEBES?
¿Tomarías 7 cucharadas de azúcar? Entonces... ¿Por qué las bebes?

¿Sabes lo que bebes?
En los hogares españoles consumimos 2.220 litros de bebidas azucaradas. Este tipo de bebidas se consumen de una gran variedad de formas: por ellos, podemos encontrarnos diferentes problemas como por ejemplo la caries.

Caries:
La caries es un cambio en las piezas que puede causar más dolor y afectar a la salud de la persona. Los dientes con caries pueden ser tratados.





El consumo de las bebidas azucaradas también provoca en nuestros dientes problemas estéticos como los siguientes:

Enfermedad de las encías
Perdida del esmalte




¿Por qué se consumen?
El consumo de las bebidas azucaradas es muy alto en los hogares españoles, especialmente en los niños y adolescentes. El principal motivo es que están asociadas al placer y la felicidad.

Publicidad:
La publicidad de las bebidas azucaradas es muy alta y se consume la publicidad de este tipo de bebidas. Recuerda lo que más te gusta, los sabores, recuerda los sabores, los beneficios de las bebidas azucaradas en muchas ocasiones los vemos, también y especialmente en los niños, cuando van a comprarlos. En ocasiones, algunos personajes con influencia en la sociedad para fomentar su consumo.





En otros momentos, nos vemos influenciados por el entorno social y por nuestros amigos. Después de comprar, mejor que todo de publicidad, está en nuestra mano elegir lo mejor para nosotros.



¿SABES LO QUE BEBES?

¿Tomarías 7 cucharadas de azúcar? Entonces... ¿Por qué las bebes?




CAMPAÑA
PARA LA
DISMINUCIÓN
DEL CONSUMO
DE
CHUCHERÍAS

¿Dulce
final?

COMPOSICIÓN DE LAS BERIDAS AZUCARADAS



Este trabajo ha sido realizado por los siguientes componentes:

- Documentación y ponente:
 - Ambrosium Gligorian
- Gulón:
 - Nereka Páez
- Creación de PowerPoint:
 - Isabel Cubero y Ambrosium Gligorian
- Diseño de cartel y típico:
 - Laura Riera y Nereka Páez
- Coordinación dirección:
 - Susanna Pascual

ieSanta
AURELIA

¿SABES QUÉ BEBES?



LOS REFRESCOS PUEDEN SER ENEMIGOS DE TU DENTAL

Un problema Mundial

Las bebidas azucaradas se han convertido en un gran problema en el siglo XXI, y es que casi el **100%** de los adultos y entre el **60-90%** de los niños escolarizados menores de 5 años presentan al menos una caries.

A causa de ser un problema mundial la OMS recomienda un consumo de **50 gr de azúcar diario**, es decir, que estas bebidas no deberían consumirse de forma habitual o en exceso normalmente.

¿Por qué el azúcar se queda en nuestros dientes?

El azúcar de nuestras bebidas se queda en zonas del diente de difícil acceso para el cepillo y con el tiempo provocan caries. Las características que lo provocan son:

- **La adhesión:** el azúcar se pega a la superficie dental.
- **El tamaño:** cuanto más pequeñas son las moléculas, mayor capacidad de penetración en zonas de difícil limpieza.
- **La consistencia:** Los alimentos más blandos producen menos secreción de saliva y penetran en sitios más pequeños.
- **Contenido en azúcar:** Cuanta más azúcar más alimento.

¿Qué provocan?

- Caries
- Gingivitis
- Periodontitis
- Obesidad



¿DE QUÉ BEBIDAS HABLAMOS?

Consideramos bebidas azucaradas todas aquellas que llevan en su composición azúcares añadidos.

Ejemplos:

- Refrescos.
- Bebidas energéticas.
- Zumos.
- Batidos.

¿POR QUÉ SE CONSUMEN?

1. Porque **están buenas**.
2. **Presión** por parte de conocidos para no ser el que se sale de lo "normal".
3. Debido a la **publicidad** que se da en los medios de comunicación.
4. Forman parte de nuestro **día a día**.

¿QUÉ PODEMOS HACER?

Reducir el consumo de bebidas azucaradas sustituyéndolas por **AGUA Y ZUMOS NATURALES**.

**Even, sometime, they include games or
dynamics to reinforce the contents**





CONCLUSIONS

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



**Students learn everything related to health promotion
in a real environment.**

**Develop, also, personal and social skills, specially team
work and communication.**

**And, not less important, CHANGE THEMSELVES THE
HABIT THEY WORKED BECOMING MORE
HEALTHY!**