XXI CONCURSO DE PROYECTOS CARDIOSALUDABLES

¡DALE VIDA!
Bases 2025

Introducción:

La salud es un bien que se construye socialmente, se necesita la sinergia de acciones intersectoriales para promover y generar un entorno que facilite la adopción de los componentes de estos estilos de vida saludable. En este contexto, es necesario implementar acciones que promuevan estilos de vida saludable desde la infancia, donde las personas participen de forma consciente y responsable en el camino de su propia salud, junto a su familia y en su comunidad.

En atención a esto **se convoca a niñas, niños, jóvenes, equipo docente y supervisor al *XXI Concurso de Proyectos Cardiosaludables,* en el marco de la Semana del Corazón 2025.** Este Concurso es organizado por la Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (CHSCV), Cultura Científica de la Dirección Nacional de Educación del Ministerio de Educación y Cultura y la Administración Nacional de Educación Pública.

Se suman en la presente la *Sociedad Uruguaya de Pediatría (SUP) y* la *Asociación Uruguaya de Dietistas y Nutricionistas (AUDYN).* Estas organizaciones otorgarán sus reconocimientos a través de menciones especiales y premios a trabajos destacados, los que se suman a los premios habituales del Concurso. (**Anexo 1**)

Justificación

Los centros educativos son entornos propicios para el desarrollo de la promoción de salud, reconociendo a las Escuelas Promotoras de Salud como una herramienta para la incorporación de estilos de vida saludable desde edades tempranas.

Los comportamientos o hábitos saludables, como parte de los determinantes de salud, pueden retrasar o evitar la aparición de enfermedades, y optimizar la calidad de vida de las personas.

Invitamos a participar en este Concurso potenciando estos conceptos y otros

vinculados que pueden ser de interés, aunque no excluyentes, por ejemplo:

- alimentación saludable:
  - tomando, entre otros materiales, la **Guía alimentaria para la población uruguaya**. En Guía Alimentaria para la población uruguaya – Ministerio de Salud – Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular (cardiosalud.org). En especial los mensajes asociados a grasas, sal/sodio, bebidas y productos azucarados, pescado, frutas, verduras y legumbres
  - evitar el EXCESO

  - bebidas energizantes
  - la cocina como laboratorio

- actividad física regular y evitar el sedentarismo tomando en cuenta:

  -**Guía de ACTIVIDAD FÍSICA** (AF) para la población uruguaya **"**Cada movimiento cuenta**"** (MSP, SND, Cátedra de Medicina del Deporte, CHSCV). En: https://cardiosalud.org/wp-content/uploads/2023/09/MSP_GUIA_ACTIVIDAD_FISICA_POBLACION_URUGUAYA-1.pdf

Destacando de allí los conceptos de actividad física para evitar el sedentarismo y recomendaciones para controlarlo con pausas activas.

  -"**Manual para el uso de los Gimnasios al Aire Libre** (SND), como herramienta para la promoción del movimiento, en:
  -https://cardiosalud.org/wp-content/uploads/2023/12/Manual-para-el-uso-de-Gimnasios-al-aire-libre_-mayo-2022.pdf

- evitar el consumo de alcohol y de tabaco
- realizar evaluaciones médicas periódicas
- sueño y descanso

Propósito

Que *los participantes elaboren propuestas de difusión, información, educación en*

las cuales se lleven a cabo acciones de promoción de salud y de prevención de la enfermedad cardiovascular en la comunidad y entornos, dirigidas principalmente a niños, niñas y jóvenes.

Que el proyecto logre, a través de un proceso creativo y activo, cambios o mejoras en actitudes, creencias y comportamientos hacia la salud cardiovascular.

Propuesta

Los proyectos serán elaborados por niños, niñas y jóvenes, guiados por su/sus docente/s y supervisor/es y serán implementados a lo largo del año lectivo y concretarán las actividades en el marco de la *Semana del Corazón 2025.*

Participantes

Niños, niñas y jóvenes de todo el país, de entre 9 y 29 años.
Cada proyecto se evaluará en función de las diferentes categorías que se proponen a continuación, (que están en relación con el año educativo y/o edad de los participantes):

Categoría I	Alumnos de 4º, 5º, 6º de la Dirección General de Educación Inicial y Primaria (DGEIP) y/o su equivalente.
Categoría II	Alumnos de 7º, 8º y 9º de la DGEIP; alumnos de la Educación Básica Integrada (EBI) de la Dirección General de Educación Secundaria (DGES) y Dirección General de Educación Técnico 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 (ISEF) Udelar y/o su equivalente.

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

Requerimientos

Cada proyecto postulante deberá completar para su inscripción el formulario disponible en: https://forms.gle/5E17Nz83JYVusj4C8 que consta de:

1 **Ficha técnica**:

- Nombre del proyecto
- Número de participantes
- Docente/s, supervisor/es **(indispensable e-mail y celular de contacto)**
- Identificación de categoría
- Institución
- Localidad, departamento

Toda institución que participe en el concurso debe tener en su haber el consentimiento informado de todos los integrantes del equipo, sin excepción, en el que se autorice al uso de la imagen y su difusión con fines educativos y de promoción, tanto en redes sociales y/o webs de las instituciones organizadoras. Dichas imágenes no se utilizarán para fines comerciales. Los materiales y contenidos de los proyectos podrán ser difundidos como promoción y educación durante la campaña de la Semana del Corazón.

2 **Presentación:**

Será a través de un texto descriptivo en formato de Proyecto y que se complemente con material audiovisual que documente su proceso y ejecución (imágenes, videos, etc.).

- Texto descriptivo que no podrá exceder los 4500 caracteres, con espacios incluidos, que explicite brevemente:
  - el o los objetivos que se pretenden alcanzar con el proyecto
  - la fundamentación del tema elegido y la metodología o las actividades asociadas
  - el impacto logrado de las mismas
  - el involucramiento de las instituciones vinculadas, de profesionales y el alcance a la comunidad

- Material audiovisual (imágenes, video) que documente la realización del proyecto:

Si se opta por un **vídeo**, no debe exceder los 45 segundos (se le podrá incorporar: textos, música, relatos, recursos artísticos).

En caso de enviar **imágenes**, se recepcionarán un máximo de 5 (cinco) en formato *.jpg* y que no exceda los 5MB.

No debe 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 tabaco, bebidas alcohólicas o drogas, alimentos no saludables (ninguno de los identificados con EXCESO), salvo que se utilicen, exclusivamente, con un fin educativo

Evaluación:

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

Recepción de propuestas

Las propuestas serán recibidas a través del formulario https://forms.gle/5E17Nz83JYVusj4C8 desde el 1º de setiembre hasta el cierre de la *Semana del Corazón*, el martes 30 de setiembre del 2025.

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

La publicación de los ganadores y/o menciones será en la primera quincena de noviembre.

Premios

Habrá un proyecto premiado para cada categoría (I, II y III) antes mencionada que consistirá en una orden de compra de 6.000$U (seis mil pesos uruguayos), para la adquisición de libros y/o material didáctico y otra orden de igual monto para materiales de actividad física y recreación para la institución.

En caso de que los Proyectos propuestos no alcancen el 60% del puntaje máximo esperado, o que no haya postulaciones en alguna categoría, el tribunal podrá declararla desierta o reasignar el premio entre las otras.

Habrá menciones especiales de parte de las instituciones colaboradoras (SUP, AUDYN). **Anexo I**

Los premios y menciones serán entregados en un acto, en el mes de noviembre del año en curso en lugar y fecha a convenir.

Por consultas:

- *Comisión Honoraria para la Salud Cardiovascular*: proyectosjuveniles@cardiosalud.org Tel: 24802715 interno 114.
- *Cultura Científica:* cultura.cientifica@mec.gub.uy

ANEXO I

En la edición 2025 de *PROYECTOS CARDIOSALUDABLES* habrá "distinciones especiales" de las organizaciones colaboradoras, quienes tendrán sus delegados para evaluar y designar.

1. La ***Asociación Uruguaya de Dietistas y Nutricionistas, AUDYN****,* destacará al mejor proyecto relacionado con temas de ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN. Se seleccionará un proyecto en alguna de las 3 categorías.

   Propósito

   Que los participantes elaboren proyectos que incluyan propuestas, información, investigación y acciones en referencia al tema, para mejorar en las actitudes, comportamientos y conocimientos en referencia a la alimentación como parte del estilo de vida, y su impacto en la nutrición y la salud.

   Distinción

   El proyecto seleccionado por AUDYN, recibirá una orden de compra por $U6.000 para adquisición de material didáctico, lúdico o libros. El vale será entregado en la ceremonia de premiación en noviembre próximo en lugar y fecha a convenir**.**

2. La S**ociedad Uruguaya de Pediatría, SUP** destacará al proyecto que impulse la participación de los niños, niñas y sus familias como promotores en sus comunidades de estilos de vida saludables. Se seleccionará un proyecto presentado por niñas y niños de la **categoría I**

Propósito

Que los participantes elaboren propuestas, información para difundir y formas de llevar a cabo acciones de promoción de salud en referencia al tema, en vías de lograr cambios o mejoras en las actitudes y conocimientos en referencia al estilo de vida.

Distinción El proyecto dentro de la categoría I, seleccionado por SUP recibirá una orden de compra en libros de $U4.000.