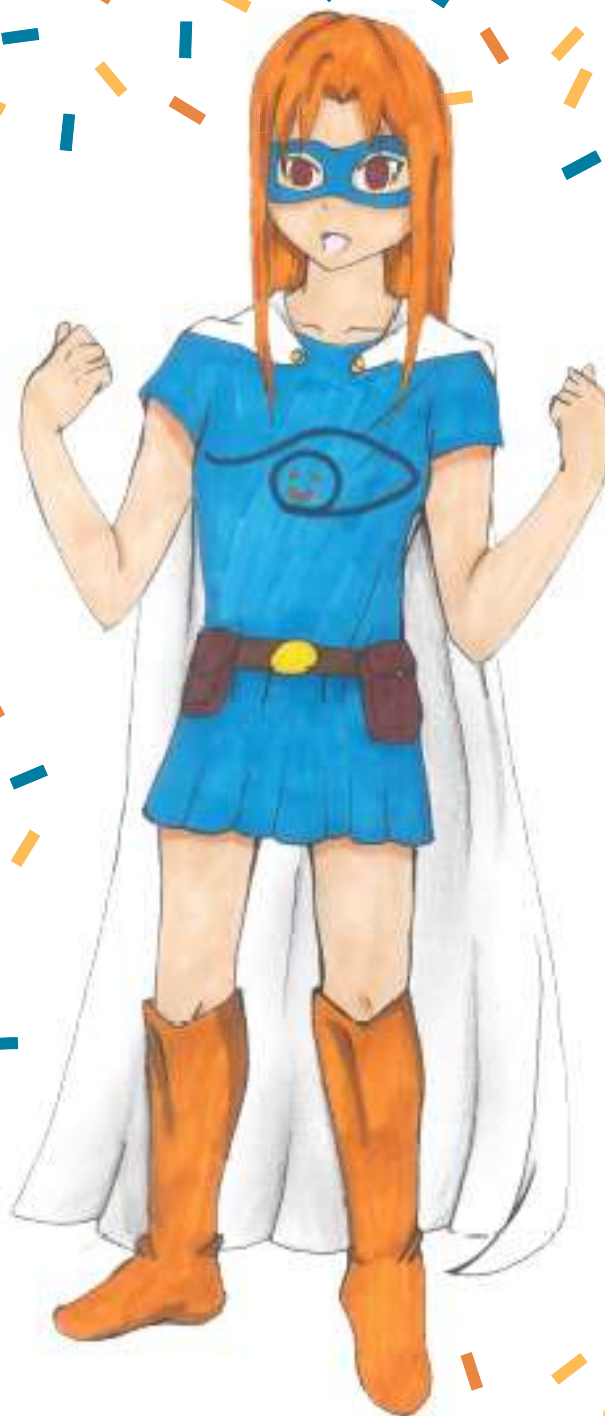


3A XORNADA DAS

SUPERHEROÍNAS E SUPERHEROES



Fundació
LA NINETA
DELS ULLS

Agradecemos a Vero Bacelo
(nai de Maite diagnosticada ós 2 meses de idade)
a súa implicación nas xornadas
das superheroínas e superheroes
e a traducción ó galego da documentación.

Moitas grazas!

Índice

1. Introducció

2. Instruccions

3. Propostes didàctiques para tódalas idades

4. O retinoblastoma

5. Quen somos a Fundació La Nineta dels Ulls?

Anexo

I. Introducción



Cal é o teu superpoder?

Voltamos festexar que **todas e todos temos superpoderes!**

Durante a 2ª edición da xornada das superheroínas e os superheróis, **111 centros** maiormente de Cataluña e Galicia convertíronse en centros con superpoderes!!

Despois do éxito da 1ª e 2ª edición, onde máis de 34.000 superheroínas e superheróis celebraron o seu superpoder, queremos seguir promovendo o respecto e a tolerancia hacia a diferenza e a aceptación, e o recoñecemento das propias capacidades. Nesta segunda edición, voltamos a reflexionar sobre os propios superpoderes de xeito individual, pero, sobre todo, queremos promover o traballo en equipo.

¡E queremos chegar a máis escolas! **Botádesnos unha man?**



Por qué esta xornada?

Coa xornada das superheroínas e os superheróis, a Fundació **La Nineta dels Ulls** queremos, por unha banda, dar a coñecer o **retinoblastoma** e os seus síntomas para conseguir un diagnóstico precoz da enfermidade.

Por outra banda, o obxectivo principal da xornada é **promover a inclusión** de todos os nenos e nenas nas aulas, porque todos somos diferentes e, por iso, todos somos especiais.

2. Instrucións



Qué podedes facer?

¡Organizar unha **xornada** (mañá, semana, o que queirades!) das superheroínas e os superheroes! Nós vos proporcionamos algunhas **ideas** e propostas didácticas para tódalas idades, que podedes adaptar ó voso contexto e ás vosas necesidades. Estas propostas foron elaboradas polas nosas expertas do equipo da Fundació e por mestras que colaboran con nós.

Facede fotografías da xornada e colgalas nas vosas redes etiquetándonos cos nosos usuarios e/ou co noso hastag:

#superheroïnesisuperherois

Cando o podedes facer?

Para celebrar a 3ª xornada das Superheroínas e os superheroes podedes escoller o día que vos vaia mellor ó centro, durante todo o periodo do curso escolar.

Como vos podedes apuntar?

Enviádenos un correo a: superpoderes@fundaciolaninetadelsulls.org, indicando o nome da escola ou instituto, a dirección, o teléfono e, si xa o sabedes, o día que ides celebrar a xornada.

Enviarémosvos o **selo de escola con superpoderes**, para que o colguedes nas vosas redes e/o web.



2. Instrucións



Como podedes colaborar con nós?

→ Axudádenos coa difusión! **Seguídenos** nas redes e compartíde!

 @laninetadelsull

 @fundacio_laninetadelsulls

 @La-Nineta-dels-Ulls-

Como podedes explicar a xornada ás familias?

No anexo 1, vos adxuntamos un posible escrito de correo para as familias, que podedes usar si o vedes axeitado.

Ademáis, amosámosvos o cartel publicitario da xornada, por si queredes colgalo no voso centro.

[Ligazón para descargar o cartel](#)



3. Propostas didácticas para tódalas idades



A idea é insistir na importancia de pensar en **superheroínas e superheroes** que coidan das persoas e do planeta. Hai que fuxir do estereotipo de superheroína guapa ou do superheroe forzudo e poderoso. Unha superheroína pode ser alguén que coida dos avós, ou alguén que coida da fraga ou das prantas do xardín, ou alguén que nos coida cando estamos enfermos no hospital ou na casa, ou a nosa irmá, que nos axuda cando non podemos facer algunha cousa, etc.

Trátase de pensar en persoaxes reais, que poden ter poderes, pero que non fai falta que sexan sobrenaturais. De pensar nos nosos superpoderes, aquilo que nos fai especiais e diferentes ó resto á vez.

**O MEU SUPERPODERER É SER EMPÁTICA CO QUE LLE PASA ÁS OUTRAS PERSOAS.
E TI, QUÉ SUPERPODERER TES?**

No Anexo 2 podedes atopar a proposta didáctica que confeccionamos para a 1ª xornada das superheroínas e os superheroes. Se aínda queredes máis ideas, aquí vos propoñemos unha serie de actividades, segundo os ciclos educativos. Todas se poden adaptar a outros ciclos, si o creedes axeitado.



Educación Infantil

- Pintarse o anteface de superheroína e superheroe (Anexo 2).
- Elaborar un mural con post-its. As familias escriben o superpoder que fixo brillar neles o seu fillo/filla e que antes descoñecían.
- Reflexionar sobre qué superpoder (individual) teñen.
- Reflexionar sobre qué superpoder ten a clase.
- Facer un debuxo co logo da Fundació con adhesivos.
- Buscar superheroínas e superheroes cotidianos e debuxalos.



3. Propostas didácticas para tódalas idades



Educación Primaria

Ciclo Inicial

- Reflexionar sobre qué superpoder (individual) teñen.
- Reflexionar sobre qué superpoder ten a clase.
- En grupos reducidos, escribir un conto de superheroínas e superheroes.
- Facer un debuxo da historia.

Ciclo Medio

- Reflexionar sobre qué superpoder (individual) teñen e tamén sobre qué superpoder ten a clase.
- En grupos reducidos, escribir unha aventura de superheroínas e superheroes.
- Representar a historia teatralmente.
- Representar a historia nun curso de infantil ou de ciclo inicial.

Ciclo Superior

- En grupos reducidos, escribir un cómic de superheroínas e superheroes.
- Preparar un vídeo coas imaxes do cómic e narralo con voz.
- Proxectar os vídeos nun curso de infantil ou de ciclo inicial.



Educación Secundaria

- Breakout educativo (Anexo 3).
- En grupos, crear un lapbook sobre os superpoderes individuais.
- Escribir a letra dun rap sobre o traballo en equipo e gravalo.

4. O retinoblastoma



O cancro infantil, o gran descoñecido

O cancro infantil é unha enfermidade diferente ó cancro de adultos. Hai **1 caso en nenos por cada 200 casos en adultos**. Isto implica que practicamente non se investigue, porque non é rentable.

Aínda así, cada ano diagnóstícanse aproximadamente **1.200 novos casos en nenos e adolescentes** en España. **Un de cada cinco nenos non supera a enfermidade.**

O retinoblastoma

O retinoblastoma é o cancro ocular máis frecuente en nenos menores de 6 anos. Trátase de unha **enfermidade minoritaria**, cunha incidencia de 1/15.000 novos nacementos, o que provoca que sexa difícil conseguir financiación para a investigación, como na meirande parte de cancros infantís.

Cada ano diagnóstícanse **8.000 casos de retinoblastoma en todo o mundo**, **3.000 dos cales son nenos que non sobrevivirán**. Nos países en vías de desenvolvemento, unha porcentaxe moi elevada de nenos non sobreviven. Nos países desenvolvidos, a porcentaxe de supervivencia é moi elevada, pero os nenos son sometidos a tratamentos que, ás veces, poden ser agresivos, e nalgúns casos acaban comportando a perda do ollo ou ollos afectados.

O diagnóstico precoz é vital para salvar a vida e a visión dos nenos, pero son moi pequenos e non poden dicir ós seus pais que a súa visión está cambiando e os sinais de perda de visión dos nenos moi pequenos pode ser moi sutil.

4. O retinoblastoma



Síntomas

Estes son os síntomas máis frecuentes que poden presentar os afectados por retinoblastoma:

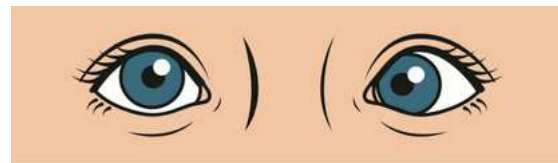
Leucocoria

(reflexo branco no centro do ollo)



Estrabismo

(desviación nos ollos)



Glaucoma doloroso

(avermellamento, inflamación e dor ocular)



Heterocromía do iris

(iris de cor diferente en cada ollo)



Ausencia de reflexo vermello pupilar



A leucocoria e a ausencia de reflexo vermello pupilar pódense detectar facilmente con unha fotografía tomada con flash, desactivando a opción de corrección de ollos vermellos.

Si detectades algún destes síntomas, solicítade visita urxente a un oftalmólogo.

5. Quen somos a Fundació La Nineta dels Ulls?



Unha vez, hai tempo, escoitamos a alguén dicir: “O futuro está nas vosas mans”. E se iso é certo, non nos podiamos quedar de brazos cruzados. No ano 2021 un equipo de xente moi potente e cun espírito increíble creamos a Fundació La Nineta del Ulls. Cando dicimos “a meniña dos meus ollos” (la nineta en catalán) nos referimos á persoa querida, a aquela pola que temos preferencia. En xeral, as nenas e os nenos despértannos un sentimento moi especial, son os nenos dos nosos ollos. No caso da Fundación, a nineta ou pupila quere ser tamén unha fiestra para explorar o retinoblastoma, unha enfermidade que padecen algunhas nenas e nenos e que se detecta, entre outros, por anomalías na meniña dos ollos.

A **misión** da Fundació La Nineta dels Ulls é: **potenciar a investigación** no retinoblastoma e **dalo a coñecer**, para **mellorar a calidade de vida** dos pacientes e das súas familias.

Se ben a porcentaxe de supervivencia dos pacientes de **retinoblastoma** é alto nos países desenrolados, os afectados de retinoblastoma pasan por tratamentos agresivos e ás veces perden o olliño. Nalgúns casos, as secuelas da enfermidade e o tratamento son moi evidentes: malformacións faciais, estrabismo e, si perdeu o olliño, o neno ou a nena leva unha prótese externa que imita a parte anterior do ollo e que require un seguemento a medida que o paciente **medra**. Todas estas secuelas inflúen claramente no futuro dos pacientes, na súa autoestima e nas súas relacións sociais. Dende a Fundació pensamos que é imprescindible dar ferramentas ós nenos e ás nenas para conseguir fortalecer a súa autoestima.

Accións como esta xornada das superheroínas e os superheroes axudan a fortalecer o **autocoñecemento** e a **autoestima**, non só dos pacientes de retinoblastoma ou doutros cánceres infantís, senón de tódolos nenos e nenas que participen.



Equipo



Andrea Bosque
Diagnosticada de retinoblastoma no año 1995.
Coordinadora no GAR.



Laura Aguiló
Xestión de redes sociais da Fundació.
Asesoramento psicopedagógico.



Sergi Aguiló
Xestión da web da Fundació e de Google Ad Grants.



Teresa Julià
Organización de eventos solidarios.



Martín Morichetti
Diagnosticado de retinoblastoma no 1978.
Soporte posicionamiento web.



Rosa Maria Valls
Compañía emocional ás familias.



Roger March
Diagnosticado de retinoblastoma ós 5 anos. Producción audiovisual.



Anna Heller
Coordinación internacional.



Teresa Castillo
Xestión de amigos e amigas. Merchandising



Comité científico



Dr. Ángel Montero

Oncoloxía Pediátrica Institut de Recerca Sant Joan de Déu/Hospital Sant Joan de Déu.



Dra. María Teresa Sola

Neurorradióloga intervencionista/
Quimioterapia intraarterial.
Hospital Sant Joan de Déu



Dra. María Genoveva Correa

Área oncoloxía pediátrica.



Dr. Jaume Català

Coordinador da Unidade de Tumores Intraoculares Pediátricos.
Hospital Sant Joan de Déu.



Dr. Guillermo L. Chantada

Director Científico do Servizo de Hematoloxía-Oncoloxía, Hospital Pereira Rossell. Presidente do SIOP. Médico Asociado ó Servizo de Hematoloxía-Oncoloxía, Hospital Sant Joan de Déu.



Dra. Ester Casas

Coordinadora da Unidade de alteracións conxénitas do desenvolvemento palpebral e ocular. Hospital Sant Joan de Déu.

Patronato



Carme Julià

Presidenta



Joan Carles Castillo

Secretario

Carme e Joan Carles son os pais de Anna e Júlia, diagnosticada de retinoblastoma no 2018, cando tiña 8 meses.



Marc Bertrand

Vocal-vicepresidente



Anna Salvatella

Vocal-vicesecretaria

Marc e Anna participaron activamente no mundo do ocio para nenas e nenos e adolescentes, con especial atención ás persoas con discapacidade intelectual.



ANEXO 1: Carta ás familias

Estimadas familias,

A Fundació La Nineta dels Ulls queremosvos agradecer a vosa participación na 3ª xornada das superheroínas e os superheroes. A nosa misión é potenciar a investigación no retinoblastoma e dalo a coñecer, para mellorar a calidade de vida dos pacientes e ás súas familias. Podedes atopar máis información en: www.fundaciolaninetadelsulls.org.

Con esta xornada, a Fundació La Nineta dels Ulls queremos, por una banda, dar a coñecer o retinoblastoma e os seus síntomas, para conseguir un diagnóstico precoz da enfermidade. Por outra banda, o obxectivo principal da xornada é promover a inclusión de tódalas nenas e nenos na aula, porque todos somos diferentes e, por iso, todos somos especiais.

Accións como esta xornada das superheroínas e os superheroes axudan a fortalecer o autocoñecemento e a autoestima, non só dos pacientes de retinoblastoma ou outros cancros infantís, senón de tódalas nenas e nenos que participen.

Se queredes colaborar con nós, seguídenos nas redes e axudádenos coa difusión!

Moitas grazas pola vosa colaboración.

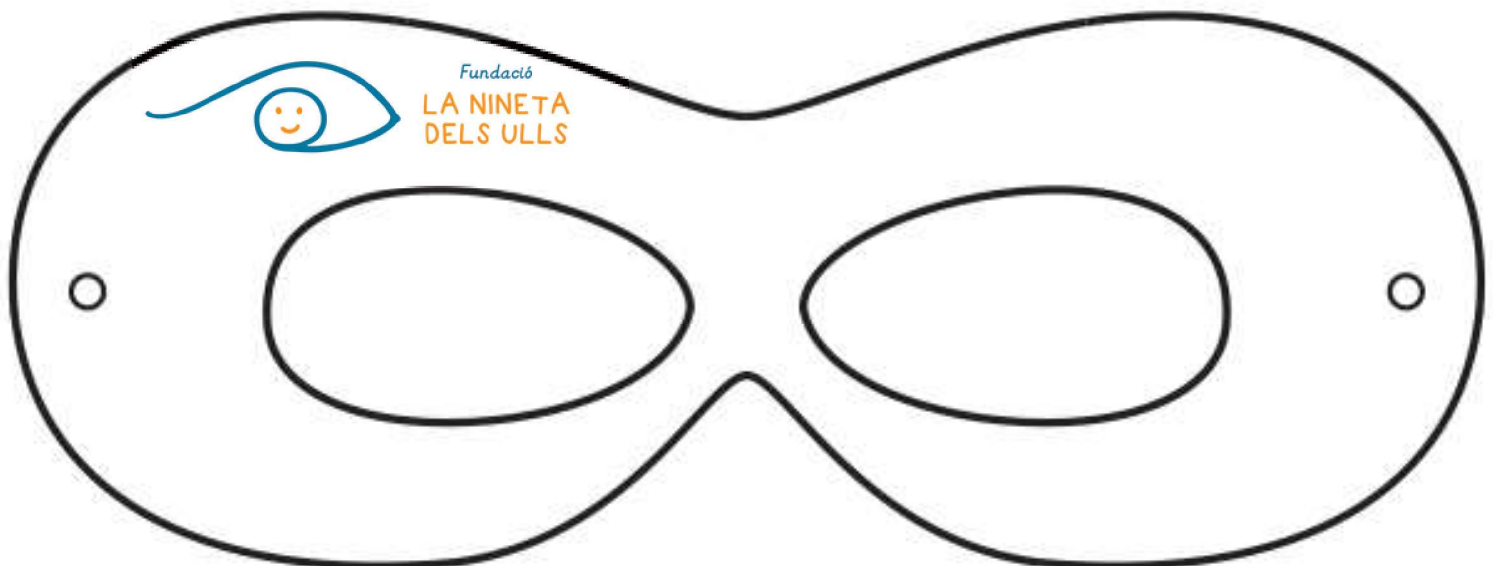
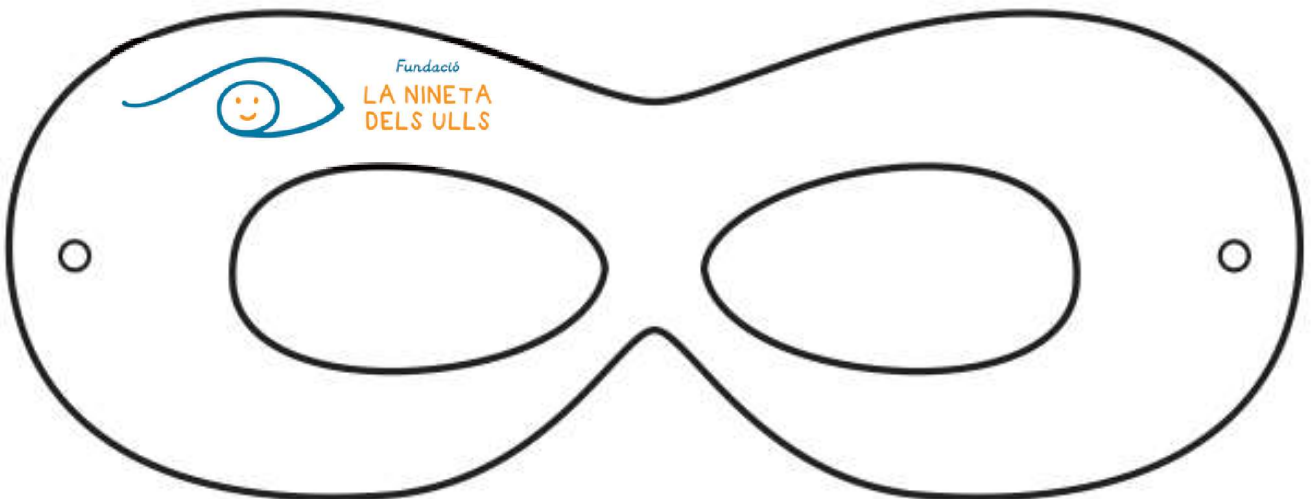
ANEXO 2: Proposta unidade didáctica 1ª xornada



PARA PEQUENOS E GRANDES: ANTEFACE DE SUPERHEROÍNAS E SUPERHEROES

- Tedes que confeccionar o voso propio anteface de superheroína ou de superheroe (podedes atopar o modelo abaixo).
- Para confeccionar o anteface utilizade algún tipo de papel grosso tipo cartolina.
- Facede un buraco nas esquinas e unídeos cunha goma elástica.
- Podedes decorar o anteface ó voso gusto, tamén podedes decoralo coas cores da xornada: laranxa, azul e branco.

Modelo de anteface





PARA PEQUENOS: OS MEUS SUPERPODERES

Obxectivo: Potenciar unha reflexión de autoconhecimento e a valoración positiva de un/unha mesmo/a.

Os alumnos teranse que debuxar a eles mesmos co seu vestido de superheroína ou superheroe.

Os alumnos poden presentar o seu debuxo explicando cal é o seu superpoder. É importante que o profesorado incite á reflexión e á participación de tódolos alumnos.

Para poder agrupar tódolos debuxos, podedes confeccionar un supermural.

PARA GRANDES: OS MEUS SUPERPODERES

A continuación, propoñémosvos un conxunto de actividades que podedes adaptar para os vosos alumnos/as.

Son actividades pensadas para alumnos/as a partir de 3º de Primaria (CM y CS), pero algunhas delas poderíanse adaptar para Ciclo Inicial.



CAL É O MEU SUPERPODER?

Tema

Autoestima, recoñecemento e valoración das cualidades da propia persoa e do resto de membros do grupo-clase.

Obxectivos

- Desenrolar unha valoración positiva de un/unha mesmo/a, recoñecendo e valorando aqueles aspectos máis positivos da propia persoa.
- Potenciar relacións positivas entre os mozos e mozas do grupo e a valoración das outras persoas.

Guión da unidade

- 1.Traballo individual e posta en común: ficha "Superheroínas e Superheroes".
- 2.Tormenta de ideas grupal: as cualidades persoais que admiramos.
- 3.Traballo individual: ficha "Os meus superpoderes".
- 4.Xogo: Quen é quen?

Indicacións

- É importante crear un clima distendido e á vez respetuoso e positivo entre os mozos e mozas da clase.
- Durante o traballo deste tema, é preciso transmitir a idea de que todos e todas podemos ter cualidades ou aspectos positivos que hai que destacar.

Recursos

- Ordenador/Proxector para ensinar as fichas ós alumnos/as (tamén se poden imprimir para que cada alumno/a teña as fichas).
- Ficha "Superheroínas e Superheroes" e "Os meus superpoderes".



1. Trabalho individual e posta en común: ficha "Superheroínas e Superheroes".

Obxectivo: Falar sobre o sentimento e a importancia de valorarse positivamente.

Esta actividade consta de **dúas partes**:

- Poner la transparencia "Superheroínas y Superhéroes" y leerla individualment o en voz alta.

Despois, déixase uns minutos para que cada un repare naquilo que lle parece máis interesante e pense situacións nas que se sentisen contentos ou satisfeitos de cómo son, do que fan e do que conseguiron.

- Comentario colectivo a partir de la lectura.

Algunas posibles preguntas para animar o debate son:

Qué pensades que teñen en común as superheroínas e os superheroes? Como pensades que se senten? Tristes ou alegres? Por qué?

Cales son as súas razóns?

Lembra unha situación na que te sentises satisfeito... Por qué te sentiches así?

De qué tema pensades que falaremos?

2. Tormenta de ideas grupal: as cualidades persoais que admiramos.

Obxectivo: Falar sobre o sentimento e a importancia de valorarse positivamente.

Propoñer unha **tormenta de ideas** sobre aspectos e cualidades que nos gusten, de nós ou de outras persoas, que se irán apuntando no taboleiro.

Convén insistir que se trata dunha tormenta de ideas: os e as alumnas teñen que dicir palabras, exemplos ou frases do tema que se lles pase pola cabeza. Tamén pódense ir engadindo algúns exemplos para dinamizar a actividade.

Algunhas posibles preguntas para animar o debate son:

Podemos estar satisfeitos/contentos de cómo somos? Por qué? Polo físico, carácter, gustos, etc.?

Hai cousas que vos gustan de vós e outras que non tanto? Estas últimas, gustaríavos cambialas?

Pensades que todo o mundo ten aspectos positivos que se poden destacar?

Pensade en cualidades ou cousas boas que valoramos das persoas, de vós mesmos/as e o que buscamos nos nosos/as amigos/as.

Pensades que ás persoas nos é doado dicir as cousas boas ou recoñecer as cualidades das outras personas?

É importante, cando se remate de facer a lista, dicir que ésta non é pechada e que aínda faltarían máis aspectos que se terían que salientar.



SUPERHEROÍNAS E SUPERHEROES



Encántame ler,
cada vez gústame máis!



Gústame ter amigos, pasámolo ben,
podo contar con eles...
Gústame ser como son!



Son tímido e temeroso e antes non
estudiaba nunca. Pero fixen un esforzo
e conseguín entrar na Universidade.
Síntome moi feliz.



Din que son moi faladeira.
A min non me parece tan malo!



Ás veces teño mal humor, pero
normalmente non. Son divertida e a
xente ríese cos meus chistes.



Son bo irmán maior,
a miña nai sempre mo di.



3. Trabajo individual sobre la ficha: “Mis superpoderes”

Obxectivo: Potenciar unha reflexión de autocoñecemento e a valoración positiva de un mesmo.

Repartir a ficha “Os meus superpoderes” e deixar uns minutos para que cada alumno/a cubra a súa ficha.

Pode ser axeitado explicar a ficha detidamente. É preciso, pois, diferenciar entre os tres bloques de ésta:

- **Como son:** refírese ós rasgos físicos, como pode ser a cor de ollos, estatura, a cor do cabelo ou da pel, si leva lentes ou non, etc.
- **As miñas cualidades:** neste caso é a máis importante, nela teñen que anotar tres cualidades ou aspectos positivos do seu carácter ou do seu xeito de ser.
- **Cousas que me gustan:** teñen que anotar cousas que lles gusten, como a música, as actividades no tempo de lecer, o que queren ser de maiores, etc.

Esta ficha utilizarase para a seguinte actividade.

4. Xogo: quen é quen?

Obxectivo: Valorar positivamente ós compañeiros e compañeiras do grupo-clase. Esta actividade consta de tres partes:

- Poñer tódalas fichas individuais cubertas nun monte, boca abaixo, no centro da clase.
- Explicar ó grupo as normas do xogo que ten por título “Quen é quen?”.
 - Trátase de adiviñar quen é a persoa que describe a ficha. Alguén da clase (ou o mestre/a) collerá unha ficha e lerá as tres columnas: en primeiro lugar, as aficións, despois as cualidades persoais e por último os rasgos físicos.
 - O resto das persoas do grupo non poden dicir nada ata que se remate de ler toda a ficha.
 - Se alguén sospeita de quen é, ten que erguer a man e dicir o nome da persoa cando se lle dé a palabra. Só se pode probar tres veces.
 - A persoa autora da ficha que se está lendo ten que disimular para non dar pistas ó resto de compañeiros e compañeiras.
- Iniciar o xogo. Cada vez que se adiviña unha persoa, resérvase un espazo para comentala opinión sobre aqueles aspectos máis salientables.

Algunhas posibles preguntas para animar o debate son:

Cal foi o elemento que vos fixo pensar que estabamos a falar de ...?

Estades dacordo? Poñede un exemplo.

Poderíades engadir algunha cualidade máis ó voso compañeiro/a?

E ti qué pensas do que te dixeron os teus compañeiros/as?

Qué pensas que se esqueceron de dicir de ti e que a ti che parece moi evidente?

Para rematar, pódese elaborar un cartel con cartolina, onde salan todos os mozos e mozas da clase e as súas cualidades que eles/as mesmos/as describiron.



OS MEUS SUPERPODERES

COMO SON?

**AS MIÑAS
CUALIDADES**

COUSAS QUE ME GUSTAN



ANEXO 3: Proposta Breakout educativo

Esta actividade está pensada para alumnado de ESO, ou incluso de CS de primaria. No seguinte enlace atoparedes un Breakout educativo que ten como obxectivo aplicar a comunicación respetuosa, positiva e asertiva, en entonos cooperativos e de respeto mutuo. Recomendamos agrupar ó alumnado por parellas para facela actividade. Preme na imaxe para comezar.



Contraseña de acceso:
FundacioNDU

<https://view.genial.ly/6346ab164ebaca00110b687f>

Fundació La Nineta dels Ulls

C/Joaquim Icart i Leonila, 10, 3r, la
43007 Tarragona

info@fundaciolaninetadelsulls.org
www.fundaciolaninetadelsulls.org



Fundació
**LA NINETA
DELS ULLS**