

CIÈNCIA CIUTADANA – ENDO-HIT

Salut menstrual i endometriosis

El projecte ENDO-HIT, del Grup de Recerca Biomèdica en Ginecologia de la Vall d'Hebron Institut de Recerca (VHIR), i l'Oficina de Ciència Ciutadana de Barcelona s'uneixen per fer arribar la Ciència Ciutadana als centres educatius de la ciutat, en el marc del **Programa Ciència Ciutadana a les Escoles**. Amb aquest programa, coordinat pel Departament de Ciència i Universitats, l'alumnat aprendrà conceptes sobre salut menstrual i endometriosis des d'una perspectiva social, mèdica i científica, i participarà activament en la investigació per millorar la detecció precoç de l'endometriosis a partir de la recollida i l'anàlisi de dades demogràfiques en el seu centre educatiu.

Actualment, els i les adolescents solen veure el dolor menstrual com una part inevitable i normal de la regla, però desconeixen que, en alguns casos, el dolor intens pot ser causat per una malaltia ginecològica subjacent; l'endometriosis és la causa més comuna de forts dolors menstruals. Adquirir una major consciència de la salut menstrual i de l'endometriosis, així com desenvolupar eines que millorin la seva detecció precoç, permetria millorar la gestió de la salut menstrual als instituts i reduir el retard en el diagnòstic de l'endometriosis, impactant en un millor benestar de les dones que la pateixen.



A QUI VA ADREÇAT

Centres públics

ETAPA

ESO (3r i 4t)

DURADA

1 trimestre (1r o 2n)

LLOC D'EXPERIMENTACIÓ

Barcelona



CONTEXT

L'endometriosi és una malaltia ginecològica que malgrat afectar el 10% de les dones en edat reproductiva, és poc coneguda en l'àmbit sanitari, educatiu i social. Actualment, hi ha un retard de fins a onze anys entre l'inici dels símptomes, que s'estima que passa poc després de tenir la primera regla, i el diagnòstic d'endometriosi.

És crucial formar i acompanyar la població adolescent i els seus referents perquè puguin comprendre la intensitat del seu dolor menstrual i tinguin eines per identificar símptomes suggestius de malalties subjacents com l'endometriosi. La conscienciació i la desnormalització del dolor menstrual des de l'adolescència pot ajudar a accelerar aquest procés diagnòstic, millorant la qualitat de vida i el benestar d'aquestes pacients.

El projecte ENDO-HIT s'alinea amb els objectius de l'Agenda Europea per al Desenvolupament Sostenible 2030 i les directrius d'Igualtat de Gènere a Horitzó 2020, per ajudar a garantir una vida saludable i per promoure el benestar de les dones. Així mateix, l'Organització Mundial de la Salut ha declarat la necessitat urgent d'identificar eines eficaces per detectar i predir l'endometriosi, i ENDO-HIT busca abordar aquest problema.

Promoguda pel Departament de Ciència i Universitats, l'Oficina de Ciència Ciutadana de Barcelona neix amb l'objectiu de promoure una nova manera de fer recerca, induïda per l'esclat de la tecnologia i les xarxes socials. La facilitat per comunicar-se, mitjançant **dispositius mòbils** o telemàticament, ha dut la comunitat científica i la ciutadania a generar i compartir resultats i inquietuds.

OBJECTIUS

- Conscienciar sobre salut menstrual i endometriosi els joves, independentment del gènere.
- Avaluar la realitat i l'impacte del dolor menstrual en les adolescents i estimar la presència d'endometriosi als instituts.
- Avaluar l'impacte, la necessitat i l'acceptació de dur a terme aquest tipus d'iniciatives educatives en la població adolescent.
- Identificar les dinàmiques actuals i els punts a millorar sobre el maneig adequat dels casos de dismenorrea als instituts.

A QUI VA ADREÇAT

Centres públics d'ESO (3r i 4t). **Només podrà participar 1 grup-classe per centre.**



DURADA

Un trimestre, durant el primer o segon trimestre.

En el tercer trimestre, s'animarà a l'alumnat a dur a terme activitats de divulgació sobre el projecte a altres centres o a campanyes científiques per a joves (Festa de la Ciència, etc.). En aquestes activitats, el grup de recerca donarà suport en la revisió de materials.

DESCRIPCIÓ

L'objectiu principal d'aquest projecte és aprofundir en la temàtica del dolor menstrual als instituts, donant eines a les adolescents perquè puguin entendre les causes i identificar símptomes suggestius de malalties com l'endometriosis. Això es durà a terme a partir d'una intervenció didàctica informativa en la qual es resoldran dubtes de manera propera. S'avaluarà l'impacte i l'acceptació d'aquesta formació amb qüestionaris individuals i es recolliran dades demogràfiques sobre el dolor menstrual i la seva normalització a les aules per reforçar la necessitat d'aquesta formació a tots els centres d'educació secundària de Barcelona.

Tots els materials del projecte han estat dissenyats pel personal investigador del Grup de Recerca Biomèdica en Ginecologia de la Vall d'Hebron Institut de Recerca (VHIR) amb el suport de l'Equip de Ginecologia de l'Hospital Vall d'Hebron, l'agència de comunicació Eduscopi, l'associació de pacients ENDOCAT i una adolescent amb endometriosis.

El projecte consta de diferents fases:

Fase I: coneixement sobre salut menstrual i endometriosis

- Professionals de l'equip investigador aniran presencialment als instituts per fer la xerrada sobre salut menstrual i endometriosis. Es recolliran dubtes de l'alumnat, el professorat i el personal interessat.
 - Abans d'aquesta sessió l'alumnat respondrà un qüestionari en relació amb els coneixements sobre salut menstrual i endometriosis, i la seva opinió respecte a la realització de la intervenció. Alhora, les adolescents que menstruïn respondran també preguntes relacionades amb els dolors menstruals i el seu maneig. Els instituts podran dedicar sessions a preparar preguntes per a les investigadores i repassar conceptes bàsics sobre anatomia i salut sexual femenina.
 - Entre 1-2 setmanes després de la xerrada, es passarà novament un qüestionari sobre coneixements per avaluar l'impacte de la intervenció.

Fase II: elaboració de materials divulgatius

- L'alumnat, a partir de la intervenció inicial, generarà una proposta d'accions i materials de difusió amb la informació que han après a la xerrada per continuar conscienciant i col·laborant amb l'endometriosis.
 - Es recomana portar aquests materials a altres instituts o classes del mateix institut. En aquest cas, també s'analitzaria l'impacte dels materials fets per l'alumnat a través d'enquestes.



Fase III: anàlisi de resultats

- El personal investigador enviarà els resultats de les enquestes inicials i posteriors a la xerrada perquè l'alumnat analitzi les dades de l'estudi i pugui extreure conclusions. El personal investigador també analitzarà els resultats de l'impacte i les dades demogràfiques.

Fase IV: retorn i tancament

- Professionals de l'equip investigador aniran presencialment a l'institut perquè l'alumnat presenti l'anàlisi de resultats feta i els materials dissenyats i donar-los un retorn sobre la feina feta.

S'organitzarà un acte final de cloenda en el que l'alumnat podrà presentar el treball dut a terme en les diferents sessions del projecte en forma de producte final. S'acceptaran diferents formats de producte final, com per exemple: pòster, vídeo, pòdcast, animació, maquetes amb material reciclat i altres.

FORMACIÓ ASSOCIADA

En horari no lectiu es realitzarà una introducció per als docents sobre ciència ciutadana (2 h).

En horari lectiu, es duran a terme dues sessions presencials d'1 h. S'espera que es dugui a terme autònomament amb l'alumnat una revisió de continguts teòrics previs al taller (1 h) i un treball autònom d'anàlisi de dades i disseny de materials divulgatius entre la primera i l'última sessió (6-8 h).

- Treball autònom per revisar els continguts teòrics previs a la xerrada i respondre l'enquesta inicial (1 h).
- Xerrada presencial per part de l'equip investigador (1 h).
- Treball autònom per a elaborar els materials divulgatius, amb possibilitat de presentar-los a altres instituts o jornades de divulgació científica (4-6 h).
- Entre 1-2 setmanes després de la xerrada inicial caldrà respondre la segona enquesta.
- Unes 3 setmanes després de la xerrada inicial, treball autònom per analitzar els resultats de les enquestes (2-4 h).
- Sessió presencial per presentar els materials i l'informe de resultats i rebre el feedback de l'equip investigador (1 h).

El professorat comptarà amb el material introductori sobre el cicle menstrual per a l'alumnat i per al professorat, fet per l'equip de recerca ENDO-HIT del VHIR. Així mateix, ENDO-HIT es compromet a donar suport remotament (correu electrònic o atenció via telèfon) mentre es desenvolupa el projecte en el centre i a aportar material sobre l'endometriosis.

Les escoles hauran de treballar autònomament en el projecte un mínim de 6-8 h.

Aquesta formació certificarà 15 hores al professorat que hi participi.



QUÈ SE N'ESPERA

S'espera que el programa aporti al centre:

- Una acreditació de participació en el programa lliurada per l'Oficina de Ciència Ciutadana. Es lliurarà una acreditació per centre.
- Formació a docents i alumnat per transmetre'ls com realitzar el mostreig i posterior anàlisi de les mostres.
- El material necessari (plantilles, protocols, i informació general) per poder realitzar el projecte.
- Un retorn als participants sobre els resultats científics obtinguts gràcies a la seva col·laboració.

S'espera que el centre aportí al programa:

- Col·laboració en la coordinació de les diferents fases del projecte, junt amb els responsables científics, garantint el seu assoliment en els terminis acordats.
- Un seguiment rigorós del protocol científic, registrant les dades obtingudes a la plataforma corresponent i amb els consentiments informats corresponents, segons els criteris de qualitat detallats per l'equip científic.
- La voluntat de conèixer noves metodologies de recerca, essent capaç d'integrar-les tenint en compte la realitat del centre i la tipologia de l'alumnat.
- Difusió del treball realitzat i els resultats aconseguits. Aquesta difusió pot ser interna, mitjançant activitats realitzades al centre o materials físics, com ara un pòster; o externa, mitjançant publicacions al web o xarxes socials (tenint cura de mencionar o etiquetar sempre l'Oficina de Ciència Ciutadana de Barcelona (@CCiutadana) i el hashtag del programa #CiènciaCiutadanaiEducació).
- Participació en l'**acte final de cloenda** on l'alumnat podrà presentar el treball dut a terme en les diferents sessions del projecte en forma de producte final. S'acceptaran diferents formats de producte final, com per exemple: pòster, vídeo, pòdcast, animació, maquetes amb material reciclat i altres.
- La creació d'una cadena divulgativa, fent arribar el projecte a persones de l'entorn de l'alumnat.
- El compromís de continuar el projecte de recerca durant els cursos vinents, més enllà de la participació en el Programa, sempre que el projecte de Ciència Ciutadana estigui dissenyat per poder treballar de forma autònoma. Mitjançant la transferència dels coneixements adquirits per part del professorat (i alumnat), el centre escolar continuarà participant en el projecte de recerca, donant continuïtat a les mesures iniciades sota la supervisió de l'equip investigador. En cas que fos necessari, el centre podria comptar amb un assessorament puntual per part de l'equip del projecte de Ciència Ciutadana, però sempre fora del Programa.



CONTACTE

Susana Navarro (Consorci d'Educació): snavarro.ceb@gencat.cat

Eva Colas (Vall d'Hebron Institut de Recerca): eva.colas@vhir.org

Carina Masferrer/Raquel Delgado (Vall d'Hebron Institut de Recerca): gyne@vhir.org



OFICINA
CIÈNCIA CIUTADANA
BARCELONA

