

Entrevista a Isabel del Arco, responsable del WP2 d'Hidroponent

La doctora Isabel del Arco és la responsable del segon paquet de treball d'Hidroponent, centrat en l'educació pel desenvolupament sostenible en la infància: importància de la hidratació.

És professora titular d'universitat del [Departament de Ciències de l'Educació](#) [/sites/Decedu/ca/] de la UdL, coordinadora de l'equip [EDO-UdL](#) [<http://www.edo.udl.cat/>] i directora de la [Catedra DOTSS-UdL](#) [<https://catedradots.com/>]. Doctora en Psicopedagogia amb Premi Extraordinari de Doctorat per la UdL. Va ser directora de l'ICE de la UdL durant dos anys i també vicerectora de docència de la UdL, tot liderant el procés de convergència a l'EEES. Distinció Jaume Vicens Vives a la qualitat docent universitària (2011, 2013 i 2020). Principals línies d'investigació i recerca: **organització i gestió educativa, atenció a la diversitat i innovació docent en el sistema universitari i no universitari.**

En aquesta entrevista, la Isabel explica **com el projecte Hidroponent promou hàbits saludables d'hidratació entre els infants a través de l'educació per al desenvolupament sostenible**, involucrant tota la comunitat educativa i abordant els desafiaments de formació i conscienciació ambiental en les escoles.

L'**equip investigador** del WP2 està format per la tècnica de suport del projecte, **Laura Fornons Casol**; les investigadores i investigador, Dra. **Nayra Llonch**, Dra. **Laia Selva** i Dr. **Òscar Flores**; i els investigadors col·laboradors Dra. **Anabel Ramos** i **Aleix Olondriz**.

1. Quina va ser la principal motivació per participar en aquest projecte?

La principal motivació va ser la convicció que l'educació és una eina poderosa per al canvi social i la promoció de la salut, especialment entre els infants, que són una de les poblacions més vulnerables als efectes de la deshidratació. **Aquest projecte**, en particular, **ens permet contribuir de manera significativa a l'objectiu de fomentar una comprensió profunda i conscient sobre la importància de la hidratació en la vida diària**, així com sobre els riscos associats a la deshidratació, des de l'educació formal. Aquesta perspectiva educativa és fonamental per abordar de manera integral els desafiaments de salut i sostenibilitat, i per formar una generació més conscient i preparada per enfrontar-se a aquests reptes globals de manera integral.



Descarregar imatge

El projecte Hidroponent, liderat per la [Universitat de Lleida \(UdL\)](#) amb **Teresa Botigé** al capdavant, ha iniciat aquest curs 2024-2025, el WP2, un paquet de treball dissenyat per **ensenyar als infants i joves la importància de l'ús racional de l'aigua i la hidratació**, així com la preservació dels recursos naturals en el marc del canvi climàtic. L'objectiu principal és **conscienciar la comunitat educativa sobre la necessitat de gestionar l'aigua de manera sostenible** i protegir aquest col·lectiu vulnerable.

Treballar en l'Educació per al Desenvolupament Sostenible (EDS) dins del marc d'aquest projecte és especialment rellevant perquè, **a través de la sensibilització i el coneixement sobre la hidratació, estem formant futurs ciutadans que entendran la interconnexió entre la salut personal i el canvi climàtic.** L'aigua, com a component fonamental per a la vida, té un paper clau en el benestar general. Aquesta educació permet que els infants, des de joves, desenvolupin hàbits saludables i una major consciència ambiental, convertint-se així en agents de canvi que contribueixin a comunitats més adaptatives i resilients davant dels desafiaments climàtics.

2. Quins són els objectius principals de l'equip d'Educació pel desenvolupament sostenible en la infància?

Els objectius principals de l'equip d'Educació pel Desenvolupament Sostenible en la Infància es centren en tres eixos essencials. El primer objectiu és **diagnosticar el desenvolupament de competències sostenibles** entre l'alumnat, la qual cosa implica avaluar el nivell de consciència i coneixements dels infants sobre la importància de la hidratació i la seva relació amb el benestar personal i l'impacte ambiental. Aquest diagnòstic ens permet identificar les àrees clau en què cal treballar per enfortir aquestes competències des de l'escola i desenvolupar hàbits saludables a llarg termini.

El segon objectiu se centra a **millorar la sensibilització i la capacitat, tant en l'àmbit personal com institucional, sobre la importància de la hidratació.** Això implica no només conscienciar l'alumnat sobre els beneficis de mantenir-se hidratat i els riscos de la deshidratació, sinó també enfortir la capacitat dels centres educatius per incorporar aquesta temàtica en el seu dia a dia. Amb aquest objectiu, es busca que la hidratació esdevingui una prioritat compartida, integrant-se en l'entorn educatiu de manera pràctica i continuada.

Finalment, el tercer objectiu és **fer corresponsable a la comunitat educativa en l'atenció als col·lectius més vulnerables davant el risc de deshidratació.** Es vol crear un entorn en què tota la comunitat educativa s'impliqui i participi, fomentant així una cultura de promoció de la salut i el benestar col·lectiu i individual.

3. Per què és tan important començar a educar sobre la hidratació des de la infància?

Educar sobre la hidratació des de la infància és fonamental per diverses raons. **En primer lloc, els infants són especialment vulnerables als efectes de la deshidratació,** ja que els seus cossos tenen un major percentatge d'aigua i, per tant, són més sensibles a les variacions en els nivells d'hidratació. A més, durant el creixement, el consum adequat d'aigua és essencial per garantir un desenvolupament integral òptim.

En segon lloc, la infància és una etapa clau per a la formació d'hàbits i comportaments. Quan els infants aprenen la importància de mantenir-se hidratats des de petits, estan més ben preparats per portar aquest hàbit saludable a la seva vida adulta. A més, incloure aquesta educació dins l'àmbit escolar fomenta una visió crítica sobre l'entorn proper i les necessitats reals individuals i de la societat. Així, es promou una reflexió més àmplia sobre els reptes del segle XXI a partir de les urgències i les problemàtiques del barri, com la gestió responsable dels recursos naturals i el compromís amb un estil de vida sostenible.

Per tant, **aquesta educació també contribueix a crear una generació conscient de la relació entre el consum d'aigua i la sostenibilitat.** Entendre des de petits que l'aigua és un recurs limitat els ajuda a valorar-lo i utilitzar-lo de manera responsable. Així, eduquem futurs ciutadans més responsables i preparats per afrontar els desafiaments associats al canvi climàtic i a la gestió sostenible dels recursos naturals.

4. Quins són els primers desafiaments que esteu trobant a l'hora d'implementar el projecte en els centres educatius?

Un dels primers desafiaments que estem trobant a l'hora d'implementar el projecte en els centres educatius és **la manca d'una formació específica per al professorat en temes d'hidratació i desenvolupament sostenible relacionats amb la salut**. Tot i que comptem amb una gran predisposició i entusiasme per part dels mestres, l'absència de pràctiques de referència representa un obstacle per a la seva formació inicial i el desenvolupament d'activitats pedagògiques en aquest àmbit.

Per afrontar aquest desafiament, apostem per una experiència pràctica que s'ajusti al context immediat dels centres educatius. La nostra proposta es fonamenta en el pilotatge d'una gimcana que facilitarà als docents el treball de diversos continguts relacionats amb la hidratació, integrant-los en el dia a dia escolar, reforçant el seu paper com a agents actius de canvi en l'educació dels infants sobre hàbits saludables i sostenibles. Aquesta iniciativa fomenta l'aprenentatge mitjançant l'experiència, l'exploració activa i la immersió en el context real.

En aquesta línia, **el nostre objectiu és no només reduir la manca de formació, sinó també transformar aquesta oportunitat en un impuls per a la innovació pedagògica**, desenvolupant una pràctica que pugui servir de referent per a futurs projectes educatius vinculats a la salut i la sostenibilitat.

5. Quins resultats o canvis espereu veure en els alumnes després d'implementar les activitats gamificades?

Després d'implementar les activitats gamificades, **esperem observar diversos canvis significatius en els alumnes i en la comunitat educativa en general**. En primer lloc, preveiem una major sensibilització sobre la importància de la hidratació, amb un focus especial en la promoció d'hàbits saludables i sostenibles. Aquestes pràctiques no només impactaran els alumnes, sinó també els mestres, estudiants del grau d'Educació implicats i altres membres de la comunitat educativa, promovent una cultura més conscient i compromesa amb la salut.

A més, a través de les experiències vinculades al barri, els alumnes tindran l'oportunitat de reflexionar i posicionar-se críticament sobre temes socials més amplis, que poden ser extrapolats a la societat en general. Això fomentarà una comprensió més profunda sobre la importància de les petites accions quotidianes en la construcció d'una ciutadania responsable i participativa.

El nostre objectiu final és aconseguir una transformació duradora en els comportaments i actituds dels alumnes, amb la transferibilitat d'aquests aprenentatges a altres àmbits de la seva vida i a futurs projectes educatius i iniciatives.

6. Com es pot involucrar millor la comunitat educativa en la sensibilització sobre la importància de la hidratació?

Per involucrar millor la comunitat educativa en la sensibilització sobre la importància de la hidratació, **el projecte parteix d'una participació activa arrelada al context local**. Els infants esdevenen protagonistes, ja que són ells qui analitzen el seu entorn, diagnostiquen les necessitats més urgents i proposen solucions. En aquest procés, s'involucra tota la comunitat educativa en el diàleg i les accions que se'n deriven.

Un element clau és que la gimcana s'arrela en el barri i perdura en el temps, quedant-se com un recurs educatiu permanent a l'abast de la comunitat. Aquesta permanència afavoreix que el projecte es converteixi en un element viu, que la comunitat educativa pot explorar, aprendre i créixer dins del seu propi context amb una nova perspectiva. Així, es fomenta una experiència educativa continuada que transforma el barri en un entorn actiu d'aprenentatge i reflexió obert a altres comunitats educatives.

-
- Per a més informació sobre aquest paquet de treball del projecte Hidroponent i les seves activitats, podeu consultar l'**entrevista a la tècnica Laura Fornons al nostre Instagram** . [https://www.instagram.com/reel/DBgdTTUt3pt/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA=]

