

## Nomenclatura de identificación: SE-CEFC.

Ficha: 02

**Tema: Conocimiento en los riesgos de la salud, neumonía, tos, infecciones cutáneas y sarampión, así como su prevención.**

### Propósito:

Que él alumno, durante el ciclo escolar, conozca el cuidado que debe tener sobre su salud y los aspectos que debe tomar en cuenta para su prevención, así como el cuidado y recuperación e identifique las temporadas en las que el ser humano está más propenso a estos riesgos; mediante actividades que promuevan la investigación, concientización y puesta en marcha de los cuidados de la salud, con el fin de evitar que se vean afectados y perjudicados en el entorno escolar, familiar y social.

### Nivel:

**Preescolar, primaria y secundaria**

## Descripción del Tema:

Los alumnos deberán poner en marcha un plan de acciones en el que den a conocer a la comunidad estudiantil los diferentes riesgos de la salud, su prevención y cuidados, de tal manera que identifiquen en que periodos se dan estos riesgos y cuáles son los más frecuentes.

Guiados por los maestros podrán difundir la información ya sea por medio de carteles, trípticos, folletos u otro medio (el alumno puede aportar ideas). Igualmente, los alumnos de secundaria podrán identificar que los riesgos que ellos enfrentan al ser adolescentes son mayores.

## ¿Sabías qué?

- Las visitas médicas de rutina son parte importante de cuidar tu salud. Tu médico puede darte información importante sobre tu salud, ayudarte a prevenir enfermedades y proveer tratamientos para cualquier problema que puedas experimentar.
- Según la definición elaborada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), “la salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”.
- Los accidentes de tráfico siguen siendo la principal causa de muerte, con 330 fallecimientos cada día, a la que siguen el VIH, el suicidio, las infecciones respiratorias y actos violentos.

## Actividades del lunes preventivo

Durante el homenaje: Preescolar, primaria y secundaria

**Duración de 5 minutos**

**Nombre de la actividad sugerida:** “Visita inesperada”

### **Recursos (Materiales y humanos):**

Láminas: estaciones del año (anexo 1).

Doctor o enfermeros, cualquier dependencia (IMSS, ISSSTE, ISSSTECH, SSA, DIF).

Aparato de sonido. Alumnos.

### **Descripción de la actividad: Inicio:**

El conductor del programa, realizará la presentación del doctor o enfermeros al mismo tiempo que se le dé la palabra.

### **Desarrollo**

El especialista dará una breve explicación del tema “conocimiento en los riesgos de la salud” y conforme la realiza, los niños elegidos pasaran con sus láminas, mientras que el resto de los alumnos observan para comprender el tema.

### **Cierre:**

Al finalizar el especialista realizará las siguientes preguntas:

¿Cuáles son los riesgos de la salud?

¿Cuáles son los más frecuentes?

¿Qué debemos hacer para prevenirlos?

¿Qué cuidados debemos tener si nos llegamos a enfermar?

¿Son los mismos riesgos de los niños con la de los adolescentes?



Sugerencias: Previamente se informa al director que se solicitará a alguna dependencia (IMSS, ISSSTE, ISSSTECH, SSA, DIF). El apoyo de su personal ya sea un doctor o enfermero que conozca del tema.

Platicar con el especialista responsable sobre la actividad que se desarrollará.

Se deben elegir a los participantes con anticipación.

La actividad es totalmente flexible, por lo que el maestro puede ajustarla al entorno en el que se encuentre y a los materiales con los que cuente.

## En el salón de Clases:

### Preescolar

**Nombre de la actividad:** “Las vacunas”

**Recursos (Materiales y humanos):**

Lámina de una cartilla de vacunación.

Alumnos, Jeringa sin aguja



Paquete de algodón

Agua (simulando el alcohol) Gotero

Jugo

Cortometraje “consejos para evitar enfermedades virales- shirel” (anexo 2)

### **Descripción de la actividad:**

#### **Inicio:**

El maestro retomará la actividad que se desarrolló en el homenaje para introducir a los alumnos en el tema de los riesgos de la salud. Deberá pegar en un lugar visible la lámina de la cartilla de vacunación.

#### **Desarrollo:**

Proyectar el cortometraje “Consejos para evitar enfermedades virales- shirel”

El docente preguntará: ¿Qué les pareció el video que vimos? Levanten la mano, los que alguna vez nos hemos enfermado

¿Alguien me puede indicar que es esto (señalando la lámina de la cartilla de vacunación)?

¿Saben para qué sirve?

¿A cuántos de acá, han vacunado?

¿Las vacunas son buenas o malas?

#### **Cierre:**

Un niño será el doctor y los demás serán pacientes que asistirán a una clínica médica para ser vacunados.

Brindaremos un fuerte aplauso al finalizar la actividad.

Reflexión: los niños entenderán la importancia de la aplicación de las vacunas, ya que estas nos ayudan a prevenir ciertas enfermedades.



Sugerencias: La actividad es totalmente flexible, por lo que el maestro puede ajustarla al entorno en el que se encuentre y a los materiales con los que cuenta.



## Primaria y Secundaria

**Nombre de la actividad:** “Lo que aprendí”

.

**Recursos (Materiales y humanos):**

Cartulinas

Plumones

Información de diversas fuentes (solicitadas con anterioridad) Hojas  
blancas para trípticos.

Colores

Pegamento

Imágenes relacionadas con el tema.

**Descripción de la actividad: Inicio:**

El maestro solicitará la investigación que realizaron (solicitada anticipadamente) de los riesgos de la salud. Mostrará los materiales e indicará que con la información que llevaron y los materiales van realizar trípticos, carteles o folletos, los cuales al terminar van a difundirlo con la comunidad estudiantil.



**Desarrollo:**

Solicitar que hagan equipos, una vez integrados cada equipo será encargado de elaborar un medio de comunicación (trípticos, folletos o carteles), utilizando su imaginación y plasmando la información necesaria.

**Cierre:**

Una vez terminada la actividad, se realizará la revisión final, posteriormente la difusión de los mismos en su escuela.

Reflexión: Un adolescente tiene en sus manos el poder decidir qué camino tomar el de los riesgos o el de prevenirlos, ya que en esta etapa de la vida en la que se encuentran soy muy vulnerables, debido a situaciones que lo pueden envolver por el medio en el que desarrolla.

Sugerencias: La actividad es totalmente flexible, por lo que el maestro puede realizar las modificaciones que considere necesarias.

**Para el docente Evaluación de lo logrado:**

Escribir cómo le pareció la pertinencia y eficacia de las actividades, además de sugerencias en relación a las mismas.





## Referencias electrónicas:

Las enfermedades prevalentes según la estación del año clarín (2013), recuperado de:

[https://www.clarin.com/hijos/hijos-enfermedades-prevalentes-estacion-ano\\_0\\_r1F3MpFv7e.html](https://www.clarin.com/hijos/hijos-enfermedades-prevalentes-estacion-ano_0_r1F3MpFv7e.html)

Enfermedades estacionales, Océano medicina (2017), recuperado de:

<https://oceanomedicina.com.ar/notas/why-you-should-read-every-day/> Principales

riesgos de la salud, infosalud (2015), recuperado

de <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-principales-riesgos-salud-si-eres-adolescente-20150812181815.html>

Consejos para evitar enfermedades virales-shirel, YouTube (2018), recuperado de

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=consejos+para+evitar+enfermedades+virales+shirel](https://www.youtube.com/results?search_query=consejos+para+evitar+enfermedades+virales+shirel)

## Link para subir las evidencias:

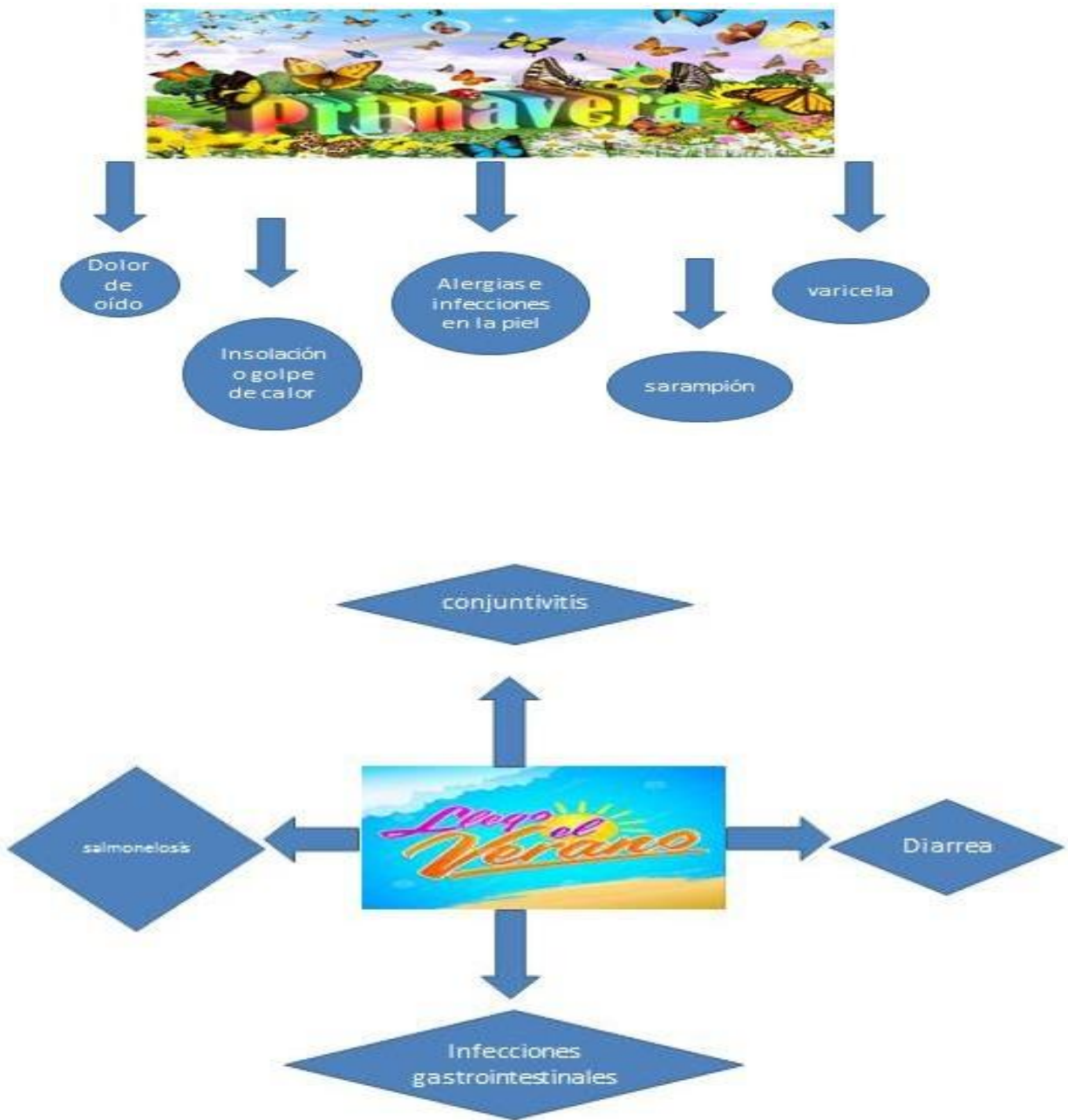
El colectivo docente, de manera colaborativa se reúne para llenar el formato de evidencias por escuela, para ello favor de ingresar al link:

<http://escuelasresilientes.chiapas.gob.mx/Home/Mapa>



## ANEXOS

### Anexo 1. "Estaciones del año"





**Bronquitis, neumonía, gripes y tos**



## PREVENCIONES

- Aplicar las vacunas correspondientes a cada caso.
- Incorporar alimentos que contengan frutas y verduras bien lavadas.
- Cuidar la higiene personal.
- Evitar lugares con mucha vegetación, polvo o humo.
- Evitar estar en contacto con personas enfermas.



- Embarazos y partos precoces.
- VIH.
- Enfermedades infecciosas (sarampión, diarrea, infecciones respiratorias).
- Salud mental.
- Violencia.
- Alcohol y drogas.
- Accidentes.
- La desnutrición y la obesidad.
- Consumo del tabaco.

## Anexo 2:

Cortometraje: Consejos para evitar enfermedades virales.

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=consejos+para+evitar+enfermedades+virales+shirel](https://www.youtube.com/results?search_query=consejos+para+evitar+enfermedades+virales+shirel)

## DISEÑARON:

Profa. Karla Liliana Alvarado Carrillo. Asesor Técnico  
Pedagógico Programa. Coordinación Estatal de Formación  
Continua.

Mtra. Guadalupe Hernández Portillo. Asesor Técnico  
Pedagógico Programa. Coordinación Estatal de Formación  
Continua.

Mtro. Carlos Fernández Saldaña. Asesor Técnico Pedagógico Programa.  
Coordinación Estatal de Formación Continua.

Mtro. Andrés López Hernández. Asesor Técnico Pedagógico  
Programa. Coordinación Estatal de Formación Continua.