

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

**SUBDIRECCION REGIONAL E EDUCACIÓN BÁSICA ZUMPANGO
SUPERVISION DE EDUCACIÓN PRIMARIA ZONA P051**

**ESCUELA PRIMARIA "CARLOS MONTEMAYOR"
C.C.T. 15EPR4921C
TURNO MATUTINO**

**INFORME DE TRABAJO:
PREVENCIÓN DE LA SALUD**

CICLO ESCOLAR 2019-2020

ELABORÓ: SANDRA LILIANA RIVERO GARCIA

TEOTIHUACÁN, ESTADO DE MÉXICO A 5 DE JUNIO DE 2020

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Presentación

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), el concepto de Salud, está vinculado a un bienestar físico, mental y social, y no solo a la ausencia de enfermedades. En este sentido hoy en día resulta de suma importancia que dentro de las escuelas se complemente el tema de la salud a través de las diferentes actividades que se realizan.

En el presente informe de trabajo se muestran algunas actividades que la Escuela Primaria Carlos Montemayor, una escuela multigrado que ha implementado una campaña para fomentar hábitos de higiene y salud en los alumnos de la institución, esto con el propósito de cumplir con los enfoques de los campos formativos y lograr las competencias en los alumnos de acuerdo a su grado y nivel educativo.

Las actividades que se han diseñado en la escuela y que se presentan a continuación han mejorado los hábitos de higiene personal en los alumnos de la institución, ya que las diferentes actividades que se realizan año con año han tenido impacto, los padres de familia participan activamente cuando se les comunica el trabajo a realizar.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Justificación

En la actualidad, ha tomado vital importancia la educación para la Salud dentro de las escuelas, tan es así que existen promotores apoyando las actividades escolares con la finalidad de disminuir riesgos, prevenir enfermedades y promover el autocuidado y quizás de esta manera propiciar un mejor desarrollo físico, mental y social de los alumnos.

Hoy en día en los Planes y Programas de estudio tanto el 2011 como el Programa 2017 retoman la importancia de establecer un vínculo de los contenidos con el fomentar la prevención de la salud dentro de las escuelas. De acuerdo al Plan y Programa de estudios 2011 el enfoque del campo formativo desarrollo personal y para la convivencia menciona que el alumnado tiene la necesidad de comprender sus cambios físicos y emocionales que experimenta en el desarrollo de su identidad personal y social, así también menciona que el autoconocimiento se convierte en una competencia central para el sano desarrollo y a partir de las experiencias que le ayuden a comprender la etapa que está viviendo; por ende ayude a generar un autocuidado para mantenerse sano en todos los aspectos.

Según el Programa Aprendizajes clave 2017 las áreas de desarrollo personal y social apoyarán al alumno en su educación básica para que logre una formación integral, la formación académica debe complementarse con el desarrollo de otras capacidades humanas. La escuela debe brindar oportunidad para que los estudiantes desarrollen su creatividad, la apreciación y la expresión artísticas, ejerciten su cuerpo y lo mantengan saludable, y aprendan a reconocer y manejar sus emociones.

Derivado de esto y la importancia del contexto cultural y social de salud de la población en la que se ubica la escuela se requiere fortalecer la relación entre el aprendizaje dentro de las aulas con las prácticas que ejercen los alumnos fuera de ellas; anteriormente, se observaba la carencia de hábitos de higiene en los miembros de la comunidad educativa, desde el hecho que los alumnos llegaban a clases con las manitas, cara y ropa sucias, cuando se practicaban algunas actividades donde tenían que quitarse los zapatos y calcetas por ejemplo, para realizar la detección de pie plano (con autorización del padre de familia), se notaba la falta de higiene personal; al momento de realizar la detección de caries, los alumnos comentaban que pocas veces o rara vez hacían limpieza bucal. Así también había problemas de alimentación, cuando el DIF municipal realizaba toma

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

de peso y talla determinaba que la gran mayoría de los niños y niñas tenían bajo peso por ello, la mayoría era beneficiado con el programa de desayunos fríos y al platicar con los pequeños, sobre su alimentación como lo marcan algunas actividades escolares, podíamos darnos cuenta de la falta del mal suministro de alimentos, hasta por el tipo de lunch que les ponían para merendar en los recesos que en muchas de las ocasiones eran con productos que venden en las tiendas en lugar de fruta u otro alimento que pudiera proporcionar nutrientes al cuerpo, las bebidas regularmente eran bebidas azucaradas.

También durante varios meses se generó dentro de la institución una fuerte epidemia de pediculosis, por ende todas estas observaciones que, a lo largo de varios ciclos escolares se iban suscitando provocó en el colectivo docente la necesidad de armar una estrategia con diversas actividades que nos ayudaran a inculcar hábitos de higiene en los alumnos para que prevengan su salud y así evitar ausentismo y rezago educativo, puesto que el hecho de no tener presentes los mínimos hábitos de higiene y salud generaba que los alumnos enfermarán y que los índices de inasistencia se elevaran y, con ello el desempeño académico de los alumnos y otras problemáticas; el colectivo docente considera que, aun cuando la comunidad es catalogada como una zona semi rural es importante fomentar una cultura de prevención de la salud, por ello las actividades que se mencionan se realizan a lo largo del ciclo escolar, durante ya varios ciclos escolares.

CONTEXTO ESCOLAR

La Escuela Primaria Carlos Montemayor es una escuela multigrado, semi rural y está ubicada en la Colonia del Palomar Maquixco, San Juan Teotihuacán, Municipio de Teotihuacán dentro del Estado de México. El Palomar Maquixco es una colonia formada por gente que llega de otras colonias, pueblos e incluso Estados de la República; por lo que puede decirse que es una comunidad con mucha movilidad, con poco sentido de pertenencia, bajos recursos y falta de hábitos. Cuenta con una matrícula de 95 alumnos, solo cuatro docentes. En el ciclo escolar 2019-2020 los grupos fueron atendidos de la siguiente manera: primero y segundo grado es atendido por la Maestra Laura Ortiz, tercero y cuarto grado es atendido por la Profesora Daisy Paola Medina, el quinto grado es atendido por la Profesora Elsi Carrasco y finalmente, sexto grado es atendido por la Maestra Sandra Rivero quien a la vez está a cargo de la Dirección Escolar, también se cuenta con una Promotora de Educación para la Salud quien acude los

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

días viernes a trabajar con los alumnos y a apoyar el trabajo de las docentes respecto a su área.

Cabe destacar que solo se cuenta con tres aulas y un módulo sanitario, el cual consta de 3 mingitorios y 6 sanitarios pero carece de instalación completa para agua, ya que la escuela tiene necesidades de infraestructura. Aun así aunque las condiciones de la escuela son precarias, las docentes y la promotora buscan las estrategias adecuadas para dar cumplimiento a los planes y programas de estudio.

DIAGNOSTICO

En este sentido se ha observado durante varios años que existe una necesidad enorme en la población de fomentar buenos hábitos para prevenir la salud.

Al inicio de cada ciclo escolar, se realiza un diagnostico entre el personal docente, directivo y con apoyo de la promotora de salud se realizan detección gruesa de diferentes necesidades que puedan afectar el desarrollo físico, intelectual y social de los alumnos, como: pie plano, agudeza visual, detección auditiva y revisión dental.

Posterior a la detección se les comunica a los padres de familia de aquellos alumnos a los cuales se les detecto alguna necesidad, con la finalidad de que sean atendidos por sus padres o en el caso que llegara algún programa social con alguno de los apoyos sea dirigido a esos alumnos. Así también, sin afán de juzgar a las familias, se observa como es su educación desde el hogar, no en el ámbito educativo, si no en cuanto a su higiene personal y otros aspectos que nos puedan dar un amplio panorama de cómo es nuestro alumno, si detectamos que el alumno carece de hábitos de higiene, limpieza o alimentación se platica con los padres de familia y se les hace ver de alguna manera que la preocupación porque el alumno desarrolle ciertos hábitos es con el afán de no generar algún tipo de discriminación, en ocasiones cuesta un poco de trabajo desarraigar cosas con las que se han vivido siempre, pero no es imposible y una muestra de ello y de la cual el colectivo docente se siente orgulloso, es el hecho de lograr que a través de estas actividades realizadas y de predicar con el ejemplo, llevamos ya algunos ciclos escolares donde las bebidas azucaradas ya no se ven en la mayoría de los alumnos, en su mayoría beben agua simple; este logro es parte de la respuesta a todo el trabajo que se ha desarrollado durante ya varios ciclos escolares.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Ubicación curricular

Las actividades realizadas se llevaron a cabo en toda la comunidad educativa, vinculándolas a las asignaturas de acuerdo a cada grado.

Primer y segundo grado.

Asignatura: Exploración de la Naturaleza

Tema: Cuidado de la Salud

Aprendizaje esperado:

- Reconoce las distintas partes del cuerpo, y practica hábitos de higiene y alimentación para cuidar su salud.
- Reconoce los órganos de los sentidos, su función, y practica acciones para su cuidado.

Tercero y Cuarto grado.

Tercer grado

Asignatura: Ciencias Naturales

Tema: ¿para qué me alimento y cómo me nutro?

Aprendizaje esperado:

- Argumenta la importancia del consumo diario de alimentos de los tres grupos representados en el Plato del Bien Comer y de agua simple potable para el crecimiento y el buen funcionamiento del cuerpo.
- Explica la interacción de los sistemas digestivo, circulatorio y excretor en la nutrición.

TEMA: ¿Cómo me cuido y evito el maltrato?

Aprendizaje esperado: Explica las medidas de higiene de los órganos sexuales externos para evitar infecciones.

Cuarto grado

Asignatura: Ciencias Naturales

Tema: -Plato del Bien Comer, los grupos de alimentos y su aporte nutrimental.

- Toma de decisiones conscientes encaminadas a mejorar la alimentación personal

Aprendizaje esperado:

- Compara los alimentos que consume con los de cada grupo del Plato del Bien Comer, y su aporte nutrimental para mejorar su alimentación.
- Explica las características equilibrada e inocua de la dieta, así como las del agua simple potable.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Asignatura: Formación Cívica y Ética

Tema: LOS SERVICIOS DE SALUD INDAGAR Y REFLEXIONAR

Aprendizaje esperado: Reconoce situaciones de riesgo y utiliza medidas para el cuidado de su salud e integridad personal.

Quinto y Sexto grado

Quinto grado

Asignatura: Ciencias Naturales

Tema: ¿ME ALIMENTO DE MANERA CORRECTA?

Aprendizaje esperado: -Analiza sus necesidades nutrimentales en relación con las características de la dieta correcta y las costumbres alimentarias de su comunidad para propiciar la toma de decisiones que impliquen mejorar su alimentación.

- Describe causas y consecuencias del sobrepeso y de la obesidad, y su prevención mediante una dieta correcta, el consumo de agua simple potable y la actividad física.

Asignatura: Formación Cívica y Ética

Tema: COMO QUIERO SER DE GRANDE

Aprendizaje esperado: -Define acciones que contribuyen a un proyecto de vida sano y seguro.

Sexto grado

Asignatura: Ciencias Naturales

Tema: ¿Cómo mantener un estilo de vida saludable?

Aprendizaje esperado: - Analiza las ventajas de preferir el consumo de agua simple potable en lugar de bebidas azucaradas.

- Argumenta la importancia de la dieta correcta, del consumo de agua simple potable, la activación física, el descanso y el esparcimiento para promover un estilo de vida saludable.

Asignatura: Formación Cívica y Ética

Tema: Mi crecimiento y desarrollo/ Nuestro derecho a la salud.

Aprendizaje esperado: -Reconoce la importancia de la prevención en el cuidado de la salud y la promoción de medidas que favorezcan el bienestar integral.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Cronograma de actividades

Actividades a realizar	Fechas de realización	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear
Diagnóstico de la comunidad escolar	26/08/2019 al 13/09/2019	Docentes y Directivo	Docentes y Directivo, comunidad escolar.	Comunidad escolar. Medios electrónicos.
Pláticas sobre diagnóstico.	20/09/2019 y 27/09/2019	Directivo y Promotora de salud	Padres de familia, Promotora y Directivo.	Humanos, pruebas de detección gruesa.
Trabajo en clase con la promotora	Viernes de cada semana.	Docente de grupo/promotora	Alumnos, Docentes.	Impresiones, hojas, recortes, plastilina, proyector, laptop.
Docentes promueven hábitos	Durante todo el ciclo escolar	Docentes	Alumnos y docentes	Agua, jabón, gel antibacterial, pasta y cepillo dental, agua potable.
Detección de caries	6/09/2019	Promotora de salud y docente de grupo	Alumnos	Abatelenguas
Técnica de lavado de dientes	Semana del 11 al 14 de noviembre	Docente de grupo Directivo	Alumnos	Pasta y cepillo dental Agua simple

Derivado de esto y aparte de dicha detección, se trabaja con la promotora a lo largo del ciclo escolar con diferentes temas que son de importancia, uno de ellos es la salud bucal. Al realizar la detección de caries, se puede ver que los alumnos carecen de hábitos para el cuidado de su boca ya que la mayoría de la población estudiantil presenta problemas agudos de caries, en su momento se realiza la detección se le informa al padre de familia pero se trabajan actividades a la par como exposiciones, maquetas, actividades donde se les enseña la técnica del cepillado, se elaboran trípticos donde se destaca la importancia de mantener el cuidado de la boca y los dientes.

En relación a este tema también se realizan actividades sobre la alimentación, se trabaja en un primer momento con el plato del buen comer y la jarra del bien beber esto se trabaja varios meses, tanto en las asignaturas como Formación Cívica y ética, Ciencias Naturales y en otras que se pueda tener relación y para fortalecer, la Promotora de Salud apoya el trabajo dentro de las aulas guiando actividades

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

divertidas para los alumnos donde ellos elaboran recetas ya sean ensaladas, dulces típicos o algún platillo que no repercuta en su salud.

Les hemos recalcado la importancia de alimentarse sanamente, años anteriores los alumnos tendían a beber cantidades de refresco dentro de la institución, los mismos padres de familia ponían como parte de su lunch, refresco o bebidas azucaradas, a partir de que se han venido desarrollando estas actividades y de que la consigna de las maestras que atienden los diferentes grados es beber agua simple, se puede decir que el 90 por ciento de los alumnos beben diariamente agua sin saborizantes, es decir agua simple. Además en este ciclo escolar 2019-2020 se puso en marcha la tienda de consumo escolar donde la persona que está a cargo realiza el menú de varias semanas basándose estrictamente en la gaceta de gobierno, con la finalidad de que los alumnos mantengan una alimentación sana. Han sido años de trabajo puesto que más que crear hábitos en los alumnos, cuesta trabajo hacer entender a los padres de familia pero el esfuerzo que hace todo el colectivo docente para mejorar los hábitos y mantener una buena salud.

Impacto de las actividades emprendidas

Aunque en un principio costó mucho trabajo fomentar hábitos de higiene y alimentación, al paso del tiempo los alumnos y padres de familia han logrado comprender la importancia de mantener una buena salud, a través de realizar actividades muy sencillas como el aseo personal, el lavado de dientes y manos, el hecho de mantener una sana alimentación. Por supuesto que ha habido gran impacto ya que los alumnos han sido atendidos en consultorios dentales para arreglar caries. Algunos padres de familia de alumnos que fueron detectados con pie plano, acudieron al ortopedista y ahora usan plantillas ortopédicas, cabe mencionar que esto fue de relevante importancia pues el hecho de que uno de los alumnos detectados con pie plano, una vez que fue tratado pudo estar en la escolta debido a que su promedio lo ameritaba, sin embargo el hecho de tener pie plano le perjudicaba al momento de marchar, pero la madre de familia lo atendió y pudo mejorar su marcha.

Hoy en día el 95 por ciento de los alumnos bebe diariamente agua simple dentro de la escuela, el consumo de alimentos a mejorado y se nota en el lunch que los padres y madres de familia le ponen a sus hijos, ha aumentado la cantidad de alumnos que consume alimentos en la tienda escolar y evitan introducir a la escuela comida chatarra, los mismos alumnos se cuidan y vigilan entre sí, esto nos anima a seguir implementando estas actividades año con año para seguir manteniendo la formación de hábitos en nuestros alumnos con la única finalidad de que cuiden su salud, se eviten riesgos y prevengan enfermedades.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

En cuanto a los padres de familia, muestran agradecimiento en el momento que se les mencionan las detecciones que se realizaron, debido a que en ocasiones no saben los padecimientos de sus niños.

Evidencias



Exposiciones a los alumnos sobre higiene y salud, se promueve el cuidado del cuerpo y evitar riesgos.



Elaboración de folletos.

Los alumnos elaboran folletos para mejorar la comprensión sobre la importancia de cuidado del cuerpo y mantener la salud.



Elaboración, explicación de maquetas dentales para que los alumnos comprendan la importancia de la limpieza bucal.



Técnica de cepillado de dientes

Se promueve la limpieza bucal para estar libre de caries



Técnica para el cepillado dental. Promover salud bucal en todos los grados.



Trabajo de la Promotora de Salud. Promueve la salud, cuidado del cuerpo y sana alimentación.



Elaboración de dulces tradicionales. Se fomenta la sana alimentación pero a la vez divertida y rica sin productos que dañen el cuerpo.

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense".

Bibliografía

- APRENDIZAJES CLAVE PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL. Plan y programa de estudio para la educación básica. Primer Edición, México, SEP.2017
- PÉREZ MONROY NEREYDA (2007). Monografía: la importancia de la promoción de la salud dentro de las escuelas de educación básica. 10/08/2020, de la Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo De Ciencias Sociales Y Humanidades
Sitio web:
<http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/bibliotecadigital/bitstream/handle/231104/457/La;jsessionid=9FAD110A53F803508DCA25AF245F33A6?sequence=1>
- PROGRAMA DE ESTUDIOS 2011. GUIA PARA EL MAESTRO. Educación Básica Primaria. Primer Grado México, SEP.2012