



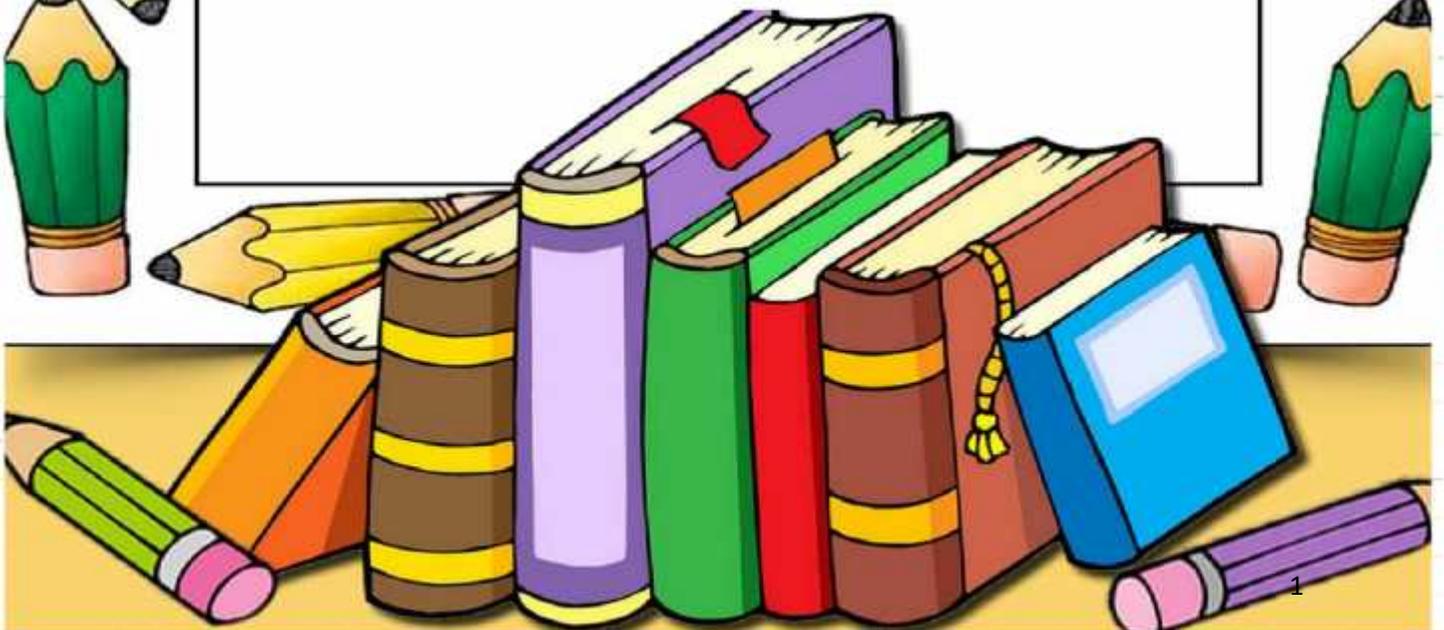
COLEGIO ITALIANO
MIGUEL ÁNGEL
PREESCOLAR PRIMARIA SECUNDARIA

15PJN0862S

Profesora

Leticia Alférez Govea

Septiembre, 2020.





IMPORTANCIA DE FORTALECER LAS MEDIDAS DE HIGIENE EN LOS ALUMNOS

Los coronavirus son una extensa familia de virus que pueden causar enfermedades tanto en animales como en humanos. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). El coronavirus que se ha descubierto más recientemente causa la enfermedad por coronavirus COVID-19 (Organización Mundial de la Salud, 2019).

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto este nuevo virus como la enfermedad que provoca eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente la COVID-19 es una pandemia que afecta a muchos países de todo el mundo (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Basándonos en esta información acerca de lo que actualmente está sucediendo en nuestro país, se decidió implementar en el grado de tercero que los alumnos trabajaran con algunas de las medidas de prevención, para ellos se tomó como referencia la siguiente información.

Hay varias precauciones que se pueden adoptar para reducir la probabilidad de contraer o propagar la COVID-19:

Lávese las manos a fondo y con frecuencia usando un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.

¿Por qué? Lavarse las manos con agua y jabón o con un desinfectante a base de alcohol mata los virus que pueda haber en sus manos.

Mantenga una distancia mínima de un metro entre usted y los demás.

¿Por qué? Cuando alguien tose, estornuda o habla respide por la nariz o la boca unas gotículas de líquido que pueden contener el virus. Si la persona que tose,



estornuda o habla tiene la enfermedad y usted está demasiado cerca de ella, puede respirar las gotículas y con ellas el virus de la COVID-19.

Evite ir a lugares concurridos

¿Por qué? Cuando hay aglomeraciones, hay más probabilidades de que entre en contacto estrecho con alguien que tenga COVID-19 y es más difícil mantener una distancia física de un metro.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca

¿Por qué? Las manos tocan muchas superficies y pueden recoger virus. Una vez contaminadas, las manos pueden transferir el virus a los ojos, la nariz o la boca. Desde allí, el virus puede entrar en su cuerpo y causarle la enfermedad.

Tanto usted como las personas que lo rodean deben asegurarse de mantener una buena higiene respiratoria. Eso significa cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche de inmediato el pañuelo usado y lávese las manos.

¿Por qué? Los virus se propagan a través de las gotículas. Al mantener una buena higiene respiratoria protege a las personas que lo rodean de virus como los del resfriado, la gripe y la COVID-19.

Permanezca en casa y aíslese incluso si presenta síntomas leves como tos, dolor de cabeza y fiebre ligera hasta que se recupere. Pida a alguien que le traiga las provisiones. Si tiene que salir de casa, póngase una mascarilla para no infectar a otras personas.

¿Por qué? Evitar el contacto con otras personas las protegerá de posibles infecciones por el virus de la COVID-19 u otros.

Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, busque atención médica, pero en la medida de lo posible llame por teléfono con antelación y siga las indicaciones de la autoridad sanitaria local.



¿Por qué? Las autoridades nacionales y locales dispondrán de la información más actualizada sobre la situación en su zona. Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto también lo protegerá a usted y ayudará a prevenir la propagación de virus y otras infecciones.

Manténgase informado sobre las últimas novedades a partir de fuentes fiables, como la OMS o las autoridades sanitarias locales y nacionales.

¿Por qué? Las autoridades locales y nacionales son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre lo que deben hacer las personas de su zona para protegerse (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Una manera importante de reconfortar a los niños es hacer hincapié en las precauciones que se deben llevar a cabo para evitar enfermedades, la doctora Jamie Howard, psicóloga infantil señala los niños: se sienten seguros cuando saben qué hacer para protegerse, es importante fortalecer en los alumnos las medidas necesarias de prevención esto les ayudará a cuidarse y estar saludables (Ehmke, 2020).

A consecuencia de la pandemia actual se recomienda seguir fortaleciendo las medidas de higiene en los niños por lo tanto en el Colegio Italiano Miguel Ángel se decide trabajar situaciones didácticas en donde reconozcan la importancia de practicar acciones para el cuidado de su salud.

Charles (1910) consideraba que el ser humano es un manojo de hábitos. La persona es un sistema dinámico y orgánico de hábitos, sentimientos, deseos, tendencias y pensamientos que crece en su interacción comunicativa con los demás (Álvarez Alva, 1991).

En primer grado de preescolar se les hizo saber a los alumnos mediante un video que es un hábito, tomando en cuenta la definición del autor que hace referencia a una conducta, que se repite sistemáticamente formando parte de la vida misma de quien lo ostenta, así mismo con la palabra de higiene que es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores

que pueden ejercer efectos nocivos y el alumno lo relacione con el tema de hábitos de higiene.

A continuación, se presentan imágenes de referencia de cómo se llevó a cabo el lavado de manos en primer grado poniendo en práctica lo visto en el video.

(Depositphotos, 2020).

En los distintos grados se hizo mención del tema hábitos de higiene, se llevó a cabo por medio de videos, dibujos, recortes para pegar en una hoja de su cuaderno, utilizando la materia de exploración y conocimiento del mundo, como el lavado de manos, la importancia de bañarse diariamente, el lavado de dientes, cortarse el cabello, limpiarse los oídos y cortarse las uñas.

Para ello se explicó a los alumnos de segundo grado acciones que pueden practicar para mantenerse saludables, por ejemplo: lavarse las manos antes de ingerir alimentos, cepillarse los dientes tres veces al día, bañarse diariamente, cortarse las uñas, dormir como mínimo 10 horas, practicar ejercicio, tomar agua simple, comer frutas y verduras.

Los alumnos observaron videos realizados por la profesora donde muestra los pasos para el cepillado de dientes, algunos ejercicios que pueden practicar en casa con su familia.

Esta actividad también se fortaleció con canciones acerca de los hábitos de higiene donde los alumnos participan cantando por medio de videoconferencias así mismo comparten actividades que ya pueden realizar solos con la supervisión de su mamá o su papá.

Posteriormente en el grupo de segundo grado se presentó una imagen de un cartel como modelo para que los alumnos lo realizarán en casa con ayuda de mamá o papá, conteniendo acciones que deben practicar diariamente para mantenerse sanos.

(Pinterest, 2020)

En esta imagen se promueve el lavado de manos y esto se puede lograr a base de juegos para que los niños se diviertan y cuiden su salud.

(Fernández Jiménez, 2020)

Con los alumnos de Tercer Grado se trabajó de la siguiente manera:

Se le solicitó a mamá o a papá que apoyarán a sus hijos a realizar un cartel, este cartel debía informar acerca de las medidas de prevención para el COVID-19. Con el apoyo de mamá o papá, el alumno escribiría en una cartulina la información acompañada de dibujos. Finalmente realizaría un vídeo corto dónde el alumno explicara su cartel.

Los resultados que se obtuvieron basados en una de las alumnas que grabó un breve vídeo expresando que es importante tener medidas de higiene, lavarse las manos, usar cubre bocas, mantenerse aislados y mantener distancia para prevenir el COVID-19.

(Gobierno de México, 2020)

CONCLUSIÓN

Los alumnos aprendieron la importancia de practicar acciones para el cuidado de su salud por medio de canciones, juegos, retos, bailes, etc. Es algo que les va a servir para su vida diaria, además los niños que tienen hermanos observan las conductas y esto también repercute a las personas con las que conviven, de esta forma ayudará a seguir fortaleciendo las medidas de higiene para lograr que crezcan y se desarrollen en un ambiente sano.



Para los alumnos realizar esta actividad fue significativa por que reforzaron las medidas de higiene que debemos tener día con día como el lavado de manos de la manera adecuada mediante un cartel para prevenir la situación que enfrentamos acerca del COVID-19.

Se tomó la iniciativa de trabajar este tema ya que se consideró de mayor importancia que desde niños se forjen hábitos de cuidado de su cuerpo y lo lleven a cabo, de esta manera se logró el aprendizaje esperado.



Referencias bibliográficas

Fernández Jiménez, M. (31 de marzo de 2020). (J. F. María, Editor, & Educación revista) Obtenido de <https://www.unir.net/educacion>

Álvarez Alva, R. (1991). *Educación para la salud*. Manuel Moderno 2da edición.

Depositphotos. (2020). Obtenido de <https://sp.depositphotos.com/stock-photos/lavado-de-manos.html>

Ehmke, R. (2020). *Cómo hablar con los niños sobre el coronavirus*. Obtenido de <https://childmind.org/article/como-hablar-con-los-ninos-sobre-el-coronavirus/>

Gobierno de México. (2020). Obtenido de <https://coronavirus.gob.mx/ninas-y-ninos/>

Organización Mundial de la Salud. (2019). Obtenido de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>

organización mundial de la salud. (2020). Obtenido de sitio web mundial : https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses?gclid=EAlaIQobChMI5q7Rg5v76QIVilbACh3RWwPYEAAYA_SACEgLYA_D_BwE