

PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS



Acervo Digital Educativo

Gobierno del Estado de México



PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

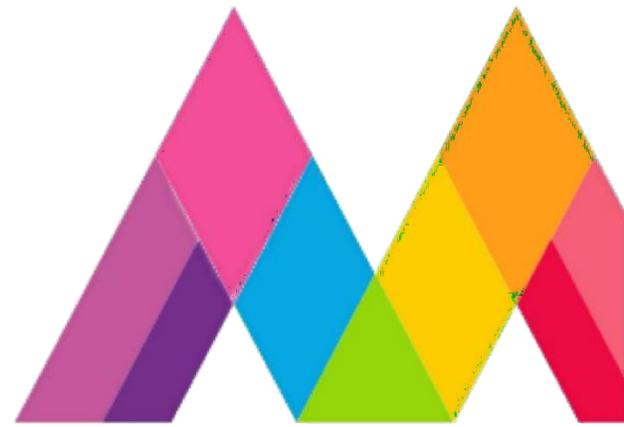
AUTOR: HELEN RUIZ GARCIA

COORDINACIÓN DE AREA DE SALUD L006

C.CT: 15AOS2143M

MUNICIPIO: ATLACOMULCO

ATLACOMULCO MÉXICO, A 15 DE ENERO DE 2023.



## INTRODUCCIÓN

Actualmente vivimos ante una enfermedad respiratoria llamada COVID, que inicio en el 2019 a nivel mundial afectando el sistema respiratorio en donde durante tres años se intensificaron y difundieron acciones higiénicas, nadie sabía con precisión cuales eran las medidas específicas de prevención y fue urgente aprender para implantarlas, diversas investigaciones realizadas a nivel mundial lograron descubrir la principal vía de contagio de la enfermedad que causa afección pulmonar difundiéndolo en los diversos medios de comunicación, sin embargo en el nivel educativo los docentes nos adaptamos a trabajar en línea para reducir el contagio debido a la muerte de miles de personas que generaba altos costos de atención médica. Sin embargo hasta la actualidad no existe un material didáctico editable en el nivel educativo en donde el alumno observe y aprenda practicar en su vida diaria, medidas necesarias y precisas con la finalidad de no contraer una enfermedad respiratoria ya sea influenza o COVID entre otras, de ahí surge la idea de crear un material en donde el alumno aprenda leyendo, las medidas exactas para reducir el contagio en donde observen, analicen y relacionen imágenes como un reto para ellos por lo que el presente material fue elaborado con esa finalidad de la misma manera que sea útil para el desarrollo docente.

**TEMA:** PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS.

**ASIGNATURA:** Vida Saludable.

**GRADO:** 1°

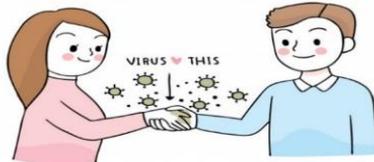
**Aprendizaje Esperado:** Reconoce las distintas partes del cuerpo, y practica hábitos de higiene y alimentación para cuidar su salud.

**Lee y observa.**



Img. 1. Vector. Obtenido de <https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.shutterstock.com%2Fes%2Fimage-vector%2Fvector-illustration-sneezing-man-germs->

1.- Al toser, estornudar y hablar se expulsa la saliva, ahí van los virus al aire y directamente a otras personas cercanas provocando el contagio.



Img. 2. Saludo mano mujer. Obtenido de: <https://img.freepik.com/vector-premium/coronavirus-lindo-dibujos-animados-covid-19-saludo-mano-mujer->

3.-A través del saludo de manos, porque muchos enfermos cuando tosen o estornudan se cubren su boca con las manos y saludan transmitiendo el virus a otros.



Img. 3. Mujer hombre comiendo. Obtenido de [https://www.freepik.es/vector-premium/cute-dibujos-animados-coronavirus-covid-19-mujer-hombre-comiendo-alimentos-taza-propagacion-virus\\_7560425.htm](https://www.freepik.es/vector-premium/cute-dibujos-animados-coronavirus-covid-19-mujer-hombre-comiendo-alimentos-taza-propagacion-virus_7560425.htm)

2.- Al compartir alimentos se puede contagiar a otros.

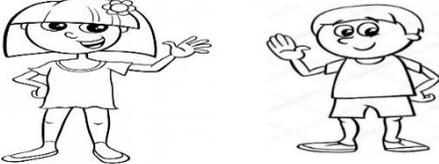
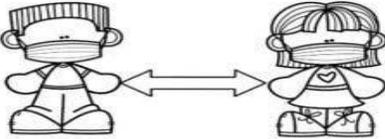


Img. No dar besos en la mejilla. Obtenido de <https://www.google.com/search?q=no+dar+besos++en+la+mejilla++animado&tbm=isch&ved=2ahUKEwiH75u-Zn9AhUA6skDHezkCmMQ2-cCegQIABAA&og=no+dar>

4.- El virus lo portamos en la saliva y dejamos residuos en la mejilla de otras personas.

**ACCIONES PARA EVITAR EL CONTAGIO DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS**

Lee, observa con mucha atención y con un color rojo une con una línea, la imagen según corresponda a cada enunciado.

<p>1.-Usar cubrebocas.</p>	 <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=7bq6ZhFZqCc">https://www.youtube.com/watch?v=7bq6ZhFZqCc</a></p>
<p>2.- Mantener sana distancia a un metro y medio.</p>	 <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=mhA0uFHbnn4">https://www.youtube.com/watch?v=mhA0uFHbnn4</a></p>
<p>3.-Utilizar gel antibacterial.</p>	 <p><a href="https://www.pinterest.es/pin/638244578429806704/">https://www.pinterest.es/pin/638244578429806704/</a></p>
<p>4.- Comer alimentos ricos en vitamina C.</p>	 <p><a href="https://www.iltonura.top/ProductDetail.aspx?iid=133251317&amp;pr=33.88">https://www.iltonura.top/ProductDetail.aspx?iid=133251317&amp;pr=33.88</a></p>
<p>5.- Evito tocarme la cara con las manos sucias</p>	 <p><a href="https://ar.pinterest.com/pin/733594226809138147/">https://ar.pinterest.com/pin/733594226809138147/</a></p>
<p>6. Saludo sin tocar las manos de otras personas.</p>	 <p><a href="https://chart574.blogspot.com/2021/03/view-36-imagen-de-prevencion-del-covid.html">https://chart574.blogspot.com/2021/03/view-36-imagen-de-prevencion-del-covid.html</a></p>
<p>4.-Lavarse las manos constantemente.</p>	 <p><b>LIMÓN</b></p> <p><a href="https://www.google.com/search?q=LIMON++PARA+COLOREAR&amp;tbn=isch&amp;ved=2ahUKEwilrZ_8I5n9AhURx8kDHZ1VDBYQ2-cCegQIABAA&amp;aq=LIMON++PARA+COLOREAR&amp;gs_lcp=">https://www.google.com/search?q=LIMON++PARA+COLOREAR&amp;tbn=isch&amp;ved=2ahUKEwilrZ_8I5n9AhURx8kDHZ1VDBYQ2-cCegQIABAA&amp;aq=LIMON++PARA+COLOREAR&amp;gs_lcp=</a></p>

## **CONCLUSIÓN**

El COVID 19 es una enfermedad que se contagia muy rápido por lo tanto es fundamental continuar fomentando y practicando las medidas sanitarias de manera permanente como principal medio de prevención, de aquí la importancia que tener un material, como apoyo al docente y para los alumnos, el cual se puede utilizar en la asignatura de vida saludable del nivel educativo básico, esto permitirá la apropiación de los aprendizajes en beneficio de la salud que es un derecho de los niños.

### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1.- Guia-de-navegacion-del-coronavirus-para-niños-libro-electronico.pdf.

<https://www.apa.org/pubs/magination/guia-de-navegacion-del-coronavirus-para-ninos-libro-electronico.pdf>

2.-Aprendizaje Clave, Plan y programas de estudio para la educación básica Primera edición, 2017 SEP, Argentina 28, Ciudad de México. Pág. 339.