

Prevención de infecciones respiratorias

Autor(a): Guadalupe Rodrigo García Figueroa. Coordinación de Área de Educación para la Salud L00415AOS2146J
Chapa de Mota, México. 13 de enero de 2023



INFOGRAFÍA SOBRE CONSEJOS PARA LA SALUD

El presente RDE tiene la finalidad de ser un auxiliar didáctico, en temas relacionados con el autocuidado del aparato respiratorio. Se sugiere utilizar el presente recurso digital educativo, tomando en cuenta los siguientes elementos. Plan y programas de estudio 2011 guía para el maestro educación básica. (pág. 103.)

Nivel: primaria:

Grados 3° y 4°.

Propósito: Reconocer las acciones favorables para el cuidado del aparato respiratorio

Asignatura: Ciencias Naturales.

Ámbitos: Desarrollo humano y cuidado de la salud.

Tema: Cuidado del aparato respiratorio

Aprendizaje esperado: identifica la respiración en animales, las estructuras asociadas y su relación con el medio natural en el que viven.

Inicio:

- . Responde a manera de lluvia de ideas. ¿Conoces las partes del aparato respiratorio? ¿Qué acciones realizas para su cuidado?
- . Escucha la explicación por el (la) docente sobre las acciones para el cuidado del aparato respiratorio, así como algunas enfermedades que se pueden adquirir y algunos síntomas sobre las mismas.

Desarrollo:

Observa la infografía.

Comenta las acciones favorables para su auto cuidado, conoce algunas enfermedades sus causas, consecuencias y medidas preventivas.

Cierre:

- . Argumenta que acciones realiza para el cuidado del aparato respiratorio
- . Valora si sus acciones son suficientes o falta practicar algunas más.
- . Describe algunos síntomas de alguna enfermedad del aparato respiratorio y si ha manifestado alguna enfermedad respiratoria.

Conclusiones:

El sistema respiratorio es un pilar fundamental en el mantenimiento y cuidado de la salud general del cuerpo. La principal función de este sistema es mover el aire y eliminar los gases residuales del cuerpo. Además, se encarga de suministrar el oxígeno a la sangre y eliminar el dióxido de carbono. 15 abr 2021

Referencias:

SEP (2017) Planes y programas educación primaria 2011.

(Pág. 103)

[Htps://www.neumotec.com](https://www.neumotec.com) › Blog

CUIDADO DEL APARATO RESPIRATORIO



ALAMY(2021)
TOMA AGUA DIARIAMENTE

CONSUME VITAMINA C



Imagen 1



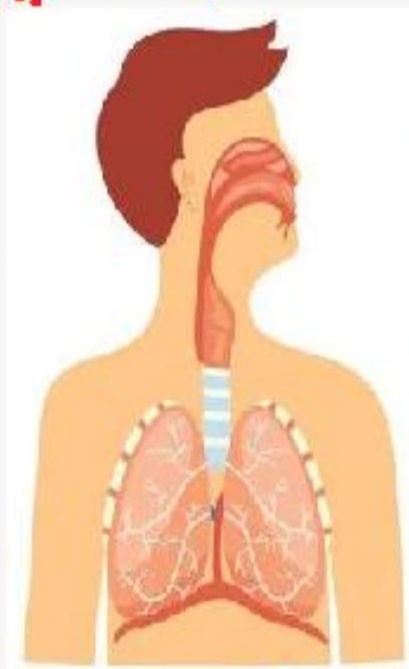
COME FRUTAS Y VERDURAS

Imagen 2



freepik.es(2019) Imagen 7

REALIZA ACTIVIDAD FISICA



123RF(2021)



Imagen 3

VISITA A TU DOCTOR



NO FUMES

Imagen 6



Imagen 5

AL ESTORNUDAR CUBRETE CON EL ANTEBRAZO



Imagen 4

gifsyfondos(2020)

USA CUBREBOCAS

Imagen 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 freepik.es(2019), gifsyfondos(2020)



¿ESTAS SON ALGUNAS ENFERMEDADES QUE PUEDES ADQUIRIR SI NO TIENES CUIDADO!

Neumonía

Esta enfermedad es causada por una infección en los sacos pulmonares. La infección puede ser causada por una bacteria, un virus u hongo. Algunos síntomas son: fiebre, tos, escalofríos y problemas para respirar.



Imagen 2

MedlinePlus(2020)

Asma

Es una enfermedad crónica causada por una inflamación constante en las vías respiratorias. Algunos síntomas incluyen espasmos pulmonares, sibilancias (sonido silbante y chillón durante la respiración) y falta de respiración. Las alergias, infecciones y contaminación pueden causar ataques de asma.

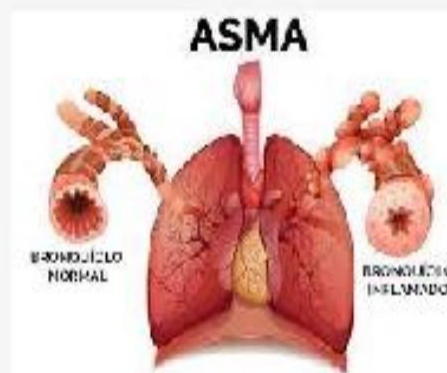


Imagen 3

PKP MULTIMED (2021)



Alergias

Esta condición ocurre cuando el sistema inmune confunde una sustancia común como un invasor. El sistema reacciona excesivamente y libera histamina (una sustancia que regula diferentes funciones del cuerpo), lo que causa la reacción alérgica. Los principales culpables de las estas reacciones son el polen, el polvo, la comida, los piquetes de animales, los medicamentos y el látex.



Imagen 1

123RF(2019)