



Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires
Secretaría de Educación

JORNADAS VIRTUALES

en el
Instituto Superior del Profesorado
Dr. Joaquín V. González



PROYECTO: “CONSTRUYENDO UN ESPACIO QUE NOS PERMITA CRECER” 2005 - 2006

FUNDAMENTACIÓN

El contenido transversal “educar para la salud” supera la visión sanitaria y apuesta por el desarrollo autónomo, solidario y feliz del ser humano.

La formación en valores constituye uno de los retos más importantes con los que se enfrenta el sistema educativo. Este le otorga a la escuela la potestad de transmitir y ejercitar todos aquellos valores que hacen posible la vida en sociedad, es quien asume el cambio de paradigma, dejando atrás la concepción mecanicista y asumiendo la estructura sistémica con el fin de alcanzar, desde este punto de vista, la educación integral. Este cambio ha supuesto que la escuela deje de vivir a espaldas de la realidad social en la que se encuentra inmersa, debiendo asumir el compromiso de realizar un análisis crítico de los problemas sociales existentes (adolescencia: sexualidad, alcohol, tabaco, hábitos alimentarios) con el fin de que el alumno pueda implicarse, diseñando alternativas individuales y colectivas que favorezcan la transformación de la realidad existente.

La sexualidad humana que nace con el ser humano es el impulso que le permite vivir, lo que hace que una persona empiece a construirse a sí misma, vaya conociendo su cuerpo, puede relacionarse con los demás, sienta amor, tenga deseos de hacer cosas, de aprender, de crear, de ser varón o ser mujer, maneras de comportarse que están determinadas por la cultura en la que vivimos.

La adolescencia es una etapa de grandes cambios en la vida, que produce una crisis que obliga a construir espacios en la escuela para la adquisición de información, reflexión, distintas maneras de pensar la sexualidad y construir la propia en cada uno de los adolescentes; como el derecho a su salud como parte integral de su cuerpo, psiquis y ambiente (biológico, fisicoquímico y sociocultural).

*Por eso nuestro proyecto apunta a generar distintos talleres y espacios de reflexión donde **“cada alumno sea quien construya su propio respeto como persona”** dentro del marco institucional propuesto para el corriente año*

OBJETIVOS

Que el alumno logre:

Prohibida su reproducción total o parcial de este trabajo sin autorización de el/los autor/es.
Registrado y depositado en la Dirección Nacional del Derecho de Autor.

- ❑ Desarrollar a la persona en su integridad bajo los parámetros de una vida con calidad.
- ❑ Adquirir un conocimiento científico sobre la adolescencia, y sus transformaciones.
- ❑ Promover una actitud crítica hacia aquellos elementos insanos del ambiente.
- ❑ Identificar las consecuencias y/o enfermedades adquiridas por el alcohol y el tabaco.
- ❑ Identificar las diferentes enfermedades de transmisión sexual.
- ❑ Entender el derecho a la salud como un derecho constitucional.
- ❑ Valorar lo aprendido para producir conductas de prevención y respeto.

CONTENIDOS

Contenido transversal: Educación en Valores: Educación Sexual, Uso y Abuso del Alcohol en los adolescentes, Prevención del Tabaquismo, Educación Alimentaria: Enfermedades transmitidas por los Alimentos

ACTIVIDADES

PRIMER PASO: Buzón de preguntas: recolección de preguntas referentes a temas de Adolescencia: Sexualidad, anticoncepción, enfermedades transmisión sexual, embarazo en adolescentes; Uso y abuso del Alcohol en los adolescentes, Prevención del Tabaquismo, Educación Alimentaria: Hábitos y Enfermedades transmitidas por los Alimentos (1ero.a 5to.año)

SEGUNDO PASO: Talleres a cargo de profesionales, Instituto de Capacitación y Docencia de OSPLAD en las que se dará respuestas al buzón de preguntas sobre:
Sexualidad responsable para adolescentes a los alumnos de primer año.
Sobre Uso y Abuso del Alcohol en los Adolescentes para alumnos de segundo y quinto año.
Sobre Prevención del Tabaquismo para adolescentes para alumnos de tercer año.

Talleres sobre Conductas Alimentarias y las Enfermedades transmitidas por los Alimentos a cargo de los profesionales de la Dirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria del GCBA, para los alumnos de cuarto año.

TERCER PASO: Buzón de resultados: los alumnos posteriormente al taller hacen sus devoluciones referentes a sí sus expectativas fueron cumplimentadas, confeccionan afiches como conclusión del mismo, socializándolo en murales de la escuela.

PARTICIPANTES: Todos los docentes de Biología del departamento de Ciencias Exactas y Naturales y la Prof. de Práctica de Oficina de los cuartos años (Ana María Teisseire)

COORDINADORA: Prof. Nydia Dora Escales

RESPONSABLES DEL PROYECTO: Profesionales del Servicio de Obstetricia y Psicología del Policlínico Docente.
Lic. en Psicología Susana Almada del Instituto de Capacitación y Docencia de OSPLAD.
Lic. en Nutrición de la Dirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria del GCBA.

CRONOLOGÍA:

Un cuatrimestre del año lectivo. Iniciación Mayo

RECURSOS:

Humanos: Profesionales: del Instituto de Capacitación y Docencia de OSPLAD, del Servicio de Obstetricia y Psicología del Policlínico Docente ,de la Dirección General de Higiene y Seguridad Alimentaria del GCBA, docentes de la escuela; Tecnológicos: videos, retroproyector, y folletos informativos, herramientas informáticas , su manejo operativo, útiles para la organización y presentación de la información. Constructores de hipertexto que permitan relacionar las pantallas a través de vinculaciones de diferentes tipos: autoformas, palabras que sirvan para colocar hipervínculos. Ddiferentes textos desarrollados en Word, Excel. Páginas web, etc.

EVALUACIÓN:

Se realizó con los profesores de Biología por medio de trabajos creativos, en el año 2005 por ejemplo afiches, folletos que confeccionaron en Educación para la Salud (marco teórico) y en Práctica de Oficina se construyó un hipertexto, (una secuencia de diapositivas hipervinculadas, enlaces a una página web y a otros textos en Word utilizando las posibilidades operativas de intercambio de información que ofrecen las distintas aplicaciones.

ACTIVIDADES 2006

Con los cuartos años en los temas de sexualidad, E.T.S y sobre los contenidos de Educación Alimentaria: conductas alimentarias y enfermedades transmitidas por los alimentos se solicitó la construcción de un hipertexto. Los alumnos pusieron en juego varias estrategias. Seleccionaron y jerarquizaron la información. Con el programa Cmap construyeron mapas conceptuales muy útiles para fijar conceptos fundamentales. En Power Point elaboraron una serie de diapositivas hipervinculadas a páginas web y a documentos de Word.

DESTINATARIOS:

Todos los alumnos del establecimiento de ambos turnos.

TRABAJOS DE LOS ALUMNOS

Trabajo Práctico:

“Alcoholismo”

2005

Trabajo Práctico: “Alcoholismo”

Materias: *Educación para la Salud

****Taller Práctica de oficina***

Profesoras: Nidia Escales

Ana María Teisseire

Alumnas: Lancellotti Luisina

Merino Andrea

Musolino Ma. Laura

Curso 4º 2ª

Año 2005

ALCOHOLISMO OMS

- *Según la definición de la OMS (Organización Mundial de la Salud) el alcohol es una droga y, como tal, se incluye dentro de la categoría de las depresoras del SNC (sistema nervioso central).*
- *El alcoholismo es una enfermedad crónica progresiva que puede ser fatal. Incluye dependencia física hacia el alcohol pero también se encuentran asociados factores genéticos, psicológicos y sociales. También la OMS lo define como la ingestión diaria de alcohol superior a 50 gramos en la mujer y 70 gramos en el hombre, un cuarto de litro de vino de 30 gramos y un cuarto de litro de cerveza de 15 gramos.*



Bebedores

Moderado

***Ingestión
habitual
de bebidas
alcohólicas***

Habitual

***No consume por
gusto sino porque
le aporta una
sensación de
Aparente
seguridad***

Excesivo

***Bebe más de 1 litro
de alcohol por día
y
presenta mas
de una
embriaguez
al mes***

Alcohólico

***Depende
del
alcohol
tanto física como
psíquicamente***

Síntomas

Tolerancia de los efectos del alcohol.

Necesidad diaria o frecuente de alcohol para su función diaria.

Pérdida de control con incapacidad de interrumpir o reducir el consumo de alcohol.

Episodios de pérdida de memoria y violencia.

Naúseas.

Vómitos.

Dolor abdominal.

Enrojecimiento y capilares de la cara dilatados (especialmente en la nariz).

Cansancio y agitación.

Insomnio.

Alucinaciones.

Taquicardia.

Sudores.

Convulsiones.

Problemas en la lengua.

Lagrimeo.

Efectos del alcoholismo:

INTOXICACIÓN AGUDA:

Es la ocasionada por la ingestión masiva de alcohol.

La absorción por el organismo esta determinada por :

- La concentración de alcohol.
- La composición química.
- La presencia de comida en el estomago.
- El peso del sujeto.
- El sexo.
- La habituación.

Una vez absorbido el alcohol, es metabolizado en una compleja serie de reacciones. Los efectos, según la cantidad, pasan por:

1. **FASE PRODRÓMICA:** (0,25 g./l -0,3 g./l).
2. **EXCITACIÓN:** (0,3 g. / 1,5 g./l).
3. **INCOORDINACIÓN:** (1,5 g. /l - 3 g./l).
4. **COMA Y MUERTE:** (+3 g./l).



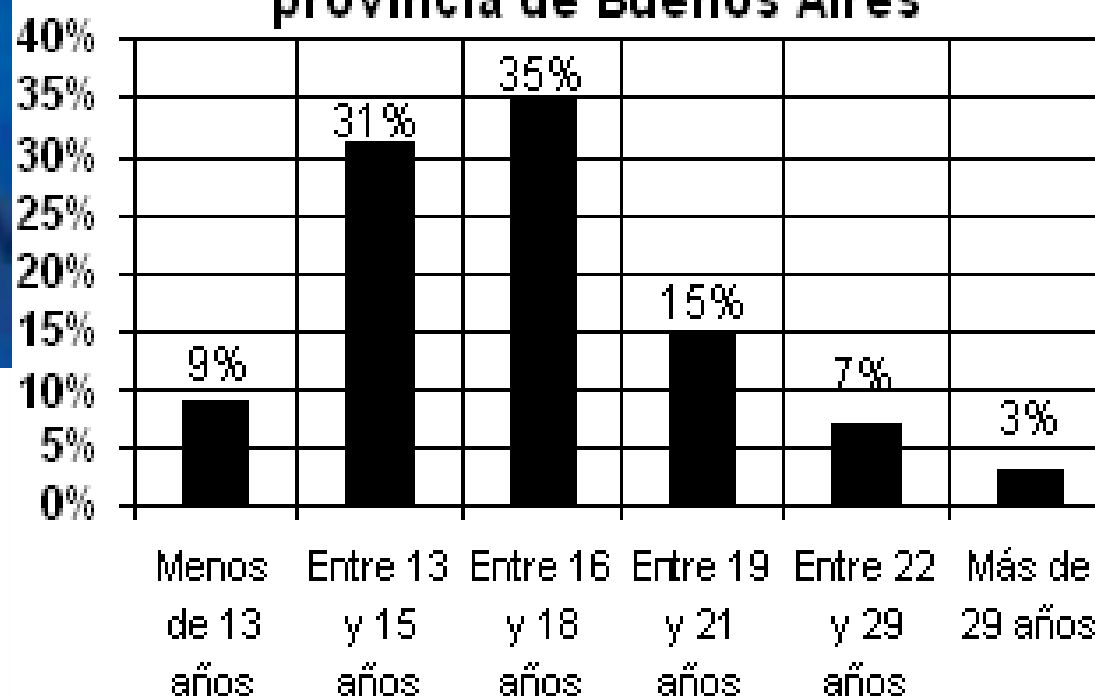


ES VERDAD
QUE TODO
LO VEO
DOBLE ...

...
MENOS MI
PROBLEMA,
QUE NO
LO VEO

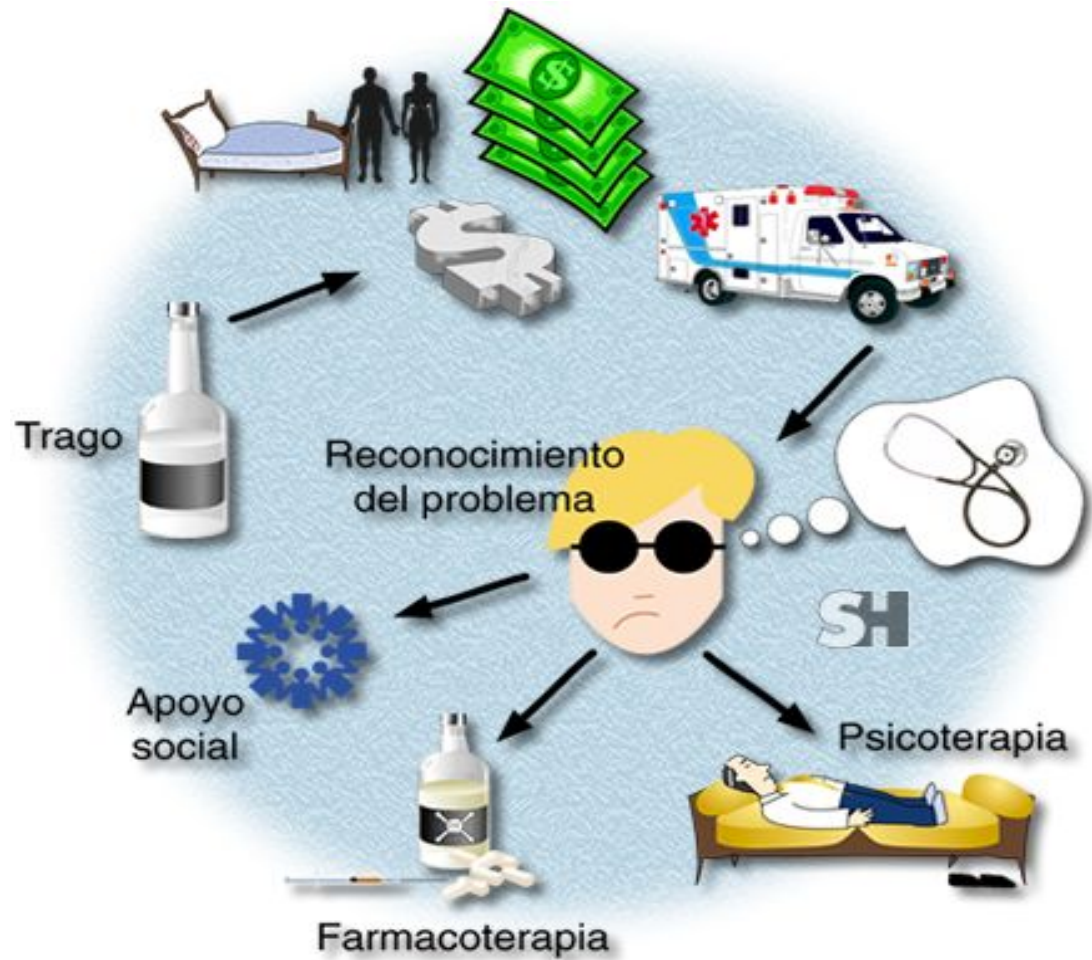


Edad de inicio del consumo en la provincia de Buenos Aires



Fuente: Secretaría de Prevención de las Adicciones

**...Cada vez son más las personas
que se suman a este riesgo sin
saber las consecuencias que les
trae...**



➤ *El consumo inapropiado de alcohol conlleva a problemas financieros, interpersonales, médicos, sociales y legales.*

➤ *En el proceso de rehabilitación el primer paso consiste en reconocer tales consecuencias y buscar ayuda. Para ello existen diferentes alternativas como psicoterapia, farmacoterapia, grupos de ayuda y soporte social*

Si padeces de alcoholismo:

Debes conocer y aceptar que el alcoholismo es una enfermedad.

Busca ayuda con tu médico de familia.

No olvides que la compra de bebidas alcohólicas en muchas ocasiones disminuye la disponibilidad de dinero para comprar alimentos hasta para tus hijos o hijas lo que daña su salud.

Permite que tu familia y la comunidad colaboren para que recuperes tu salud.

Si has dejado de beber y algún día lo vuelves a hacer, esto no significa un fracaso y debes volver a insistir en dejar de beber.

Si los demás comprenden que es una enfermedad ayudarán a tu recuperación.

No te auto-compadezcas.

Evita el resentimiento, la irritación . Únete a tu familia en todo lo positivo para recuperarte.

Piensa en otros como tú y ayúdalos.

Bibliografía

✿ www.tuotromedico.com

✿ Enciclopedia Encarta 2001

✿ Libros de Ed. para la Salud

Taller de Alimentación

Alumnas: Yanina Pérez y Katherine Pinedo

Profesoras : Nydia Escales y

Ana María Teisseire

Curso : 4^o 2^a

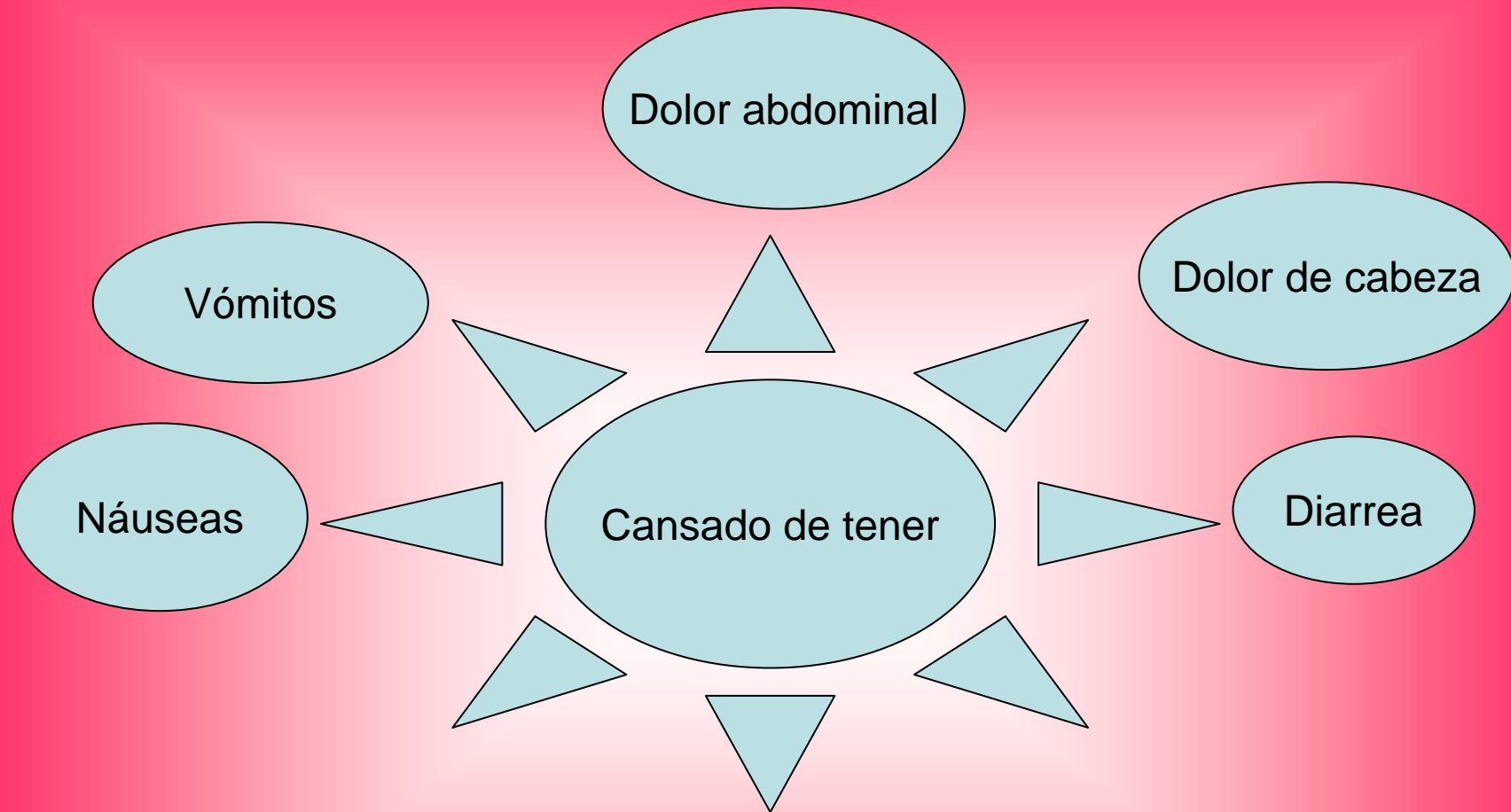


Una buena nutrición

Exigimos como consumidores que somos, que nos brinden productos en las condiciones adecuadas pero en el momento en que los tenemos, evadimos cierta responsabilidades como la de higienizar esos alimentos. Estas diapositivas están creadas con el fin de tomar conciencia de los problemas de salud que nos causan, a veces como consecuencias de nuestro propio descuido y otras a causa de la negligencia de los proveedores.

El aprender a conllevar una buena nutrición es fundamental para nuestro desarrollo.





Una buena alimentación es la solución para esto. La cual abarca no sólo la ingesta de alimentos ricos en nutrientes sino también el consumo en las condiciones adecuadas de los mismos.

La contaminación de los alimentos

Química

Física

**Micro-
biológica**

SE PRODUCE CUANDO LOS ALIMENTOS

**Están en contacto
con**

**plaguicidas,
residuos de
medicamentos,
etc.**

**Se mezclan durante
su elaboración con**

**vidrios, metales,
pelos, polvo,
hilacha, fibras**

**No son
conservados
adecuadamente**

**como consecuencia
de la presencia de
bacterias, parásitos,
levaduras y hongos.**

Cómo prevenir las ETAS



- Lavar las frutas y verduras con abundante agua potable.
- Para eliminar cualquier microorganismo o agente patógeno cocinar los alimentos a más de 100° C. Al recalentarlos se tiene que realizar a 70° C
- Consumir alimentos que se encuentren en envases íntegros, sin abolladuras, roturas ni rajaduras.





- **Mantener en la heladera limpia, ordenada y los alimentos bien refrigerados. Evitar cortar la cadena de frío.**

- **Mantener la temperatura de la heladera por debajo de los 5° C**

- **Antes de ingerir cualquier alimento verificar la fecha de vencimiento y el rótulos (el cual brinda información acerca de la constitución y fabricación del producto)**

- **Mantener separado los productos crudos de los cocidos**



Como consumidores

tenemos derecho por los aparejados

tenemos derecho por los aparejados

Trastornos de la nutrición	Desnutrición	Obesidad
CONCEPTO	Enfermedad provocada por la insuficiencia de nutrientes al organismo	Exceso considerado de masa corporal acompañado de un aumento de peso.
causas	Disminución de la ingesta dietética. Mal absorción. Depresión o anorexia nerviosa.	Aumento de la ingesta dietética. Poco ejercicio en comparación de lo consumido. Problemas nerviosos.
CONSECUENCIAS	Pérdida de peso considerablemente que provoca debilidad en el cuerpo, si la pérdida es excesiva, ésta mata las	Aumento de peso considerablemente que provoca problemas respiratorios, cardiacos y dificultades para la

