



UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA
La Universidad Católica de Loja

MAESTRÍA EN GERENCIA DE SALUD PARA EL DESARROLLO LOCAL

FORTALECIMIENTO DEL PROGRAMA ESCUELAS PROMOTORAS EN LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO" DE LA PARROQUIA TIMBARA CANTÓN ZAMORA, PERIODO OCTUBRE 2009 A OCTUBRE 2010.

TESIS PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE MASTER EN GERENCIA DE SALUD PARA EL DESARROLLO LOCAL.

AUTORA:

LCDA. NANCY PAUTA

DIRECTORA:

DRA. JANETH LUDEÑA

LOJA - ECUADOR

2011

CERTIFICACION

Dra.

Janeth Ludeña

DIRECTORA DE TESIS

CERTIFICA:

Haber asesorado y revisado detenida y minuciosamente el presente trabajo titulado “FORTALECIMIENTO DEL PROGRAMA DE ESCUELAS PROMOTORAS EN LA UNIDAD EDUCATIVA” ISMAEL APOLO” DE LA PARROQUIA TIMBARA CANTÓN ZAMORA, PERIODO OCTUBRE 2009 A OCTUBRE 2010” el mismo que está de acuerdo con lo estudiado por la Escuela de Medicina de la UTPL, por consiguiente autorizo su presentación ante el tribunal respectivo.

Loja, mayo 2011

.....
Dra. Janeth Ludeña

AUTORÍA

Todos los criterios, opiniones, afirmaciones, análisis, interpretaciones, conclusiones, recomendaciones y todos los demás aspectos vertidos en el presente trabajo son de absoluta responsabilidad de la autora.

Loja, mayo 2011

.....
Lic. Nancy Pauta Remache

CESIÓN DE DERECHO

“Yo, Nancy Pauta declaro conocer y aceptar la disposición del Art. 67 del Estatuto Orgánico de la Universidad Técnica Particular de Loja que en su parte textualmente dice: “Forman parte del patrimonio de la Universidad la propiedad intelectual de investigaciones, trabajos científicos o técnicos y tesis de grado que se realicen a través, o con el apoyo financiero, académico o institucional (operativo) de la Universidad.

Loja, mayo 2011

.....
Lic. Nancy Pauta Remache

DEDICATORIA

Lo dedicó con todo cariño a mis padres, a mi esposo, a mis hijos, seres que me han apoyado en mi vida y en mi carrera profesional, los guardo en mi corazón, a mi maestra que me ha guiado por el camino del conocimiento y del saber, a mis amigos y amigas que confiaron en mí, no escatimare esfuerzo alguno en seguir adelante. Es la oportunidad de decirles a todos que Dios los bendiga y decirles que ustedes han cumplido con vuestro sagrado deber de velar por el engrandecimiento de nuestra Patria.

NANCY

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincero agradecimiento al personal docente y administrativo del programa de Maestría en Gerencia Integral de Salud para el Desarrollo Local de la Universidad Técnica Particular de Loja, por la oportunidad brindada para el mejoramiento y capacitación con miras a la excelencia profesional.

A la Comunidad Educativa “Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara, a mis compañeros de la Unidad Operativa (Puesto de Salud Timbara), por su invaluable colaboración en la elaboración y ejecución de este proceso, sin aquello no hubiera sido posible.

La Autora

INDICE

PRELIMINARES	PÁGINAS
Caratula	i
Certificación	ii
Autoría	iii
Cesión de Derecho	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Certificación de la Unidad Educativa Ismael Apolo	vi
Índice	viii
APARTADOS	PÁGINAS
1. RESUMEN.	1
2. ABSTRAC.	4
3. INTRODUCCIÓN.	7
4. PROBLEMATIZACIÓN.	10
5. JUSTIFICACION.	12
6. OBJETIVOS.	15
7. MARCO TEORICO.	17
7.1. Marco Institucional.	18
7.1.1. Aspectos Geográficos del lugar.	18
7.1.2. Dinámica Poblacional.	20
7.1.3. Misión de la Institución.	22

7.1.4. Visión de la Institución.	22
7.1.5. Organización Administrativa.	24
7.1.6. Servicios que presta la institución.	25
7.1.7. Datos estadísticos de cobertura (estado de salud Enfermedad de la población).	27
7.1.8. Características Geo-físicas de la Institución.	28
7.1.9. Políticas de la institución.	29
7.2. Marco Conceptual.	29
7.2.1. Escuela Promotoras	31
7.2.1.1. Componentes	33
7.2.1.2. Misión	41
7.2.1.3. Estrategia Regional y Actividades	41
8. DISEÑO METODOLOGICO.	44
8.1. Matriz de Involucrados.	46
8.2. Árbol de Problemas.	47
8.3. Árbol de Objetivos.	48
8.4. Matriz de Marco Lógico.	49
9. RESULTADOS.	54
10. CONCLUSIONES.	60
11. RECOMENDACIONES.	62
12. BIBLIOGRAFIA.	64

13. ANEXOS.

1. RESUMEN

En la actualidad las condiciones de salud en el Ecuador, constituyen una problemática en los niños, niñas de la escuela Ismael Apolo de la Parroquia Timbara, que se encuentra deteriorada debido a las determinantes políticas, sociales, económicas, culturales y geográficas. El sistema de salud ha sido manipulado por un sistema burocrático, inequitativo, deficiente, sin dar importancia a los problemas de salud que enfrenta la niñez.

En la parroquia Timbara del cantón Zamora provincia de Zamora Chinchipe se identificó la problemática a nivel local mediante observación, talleres participativos encontrándose que no se aplicaba el programa de escuelas promotoras de salud en la Escuela “Ismael Apolo”, debido a que no se estaba acreditada como escuela promotora de salud, el Puesto de Salud ha priorizado otros programas, los maestros no dan prioridad a temas de salud y el comité de salud y nutrición existente no se involucraba con el Puesto de Salud, factores que han ocasionado bajo rendimiento escolar, mal nutrición y morbilidad que contribuyen a la deficiente calidad de vida de la comunidad educativa.

Para resolver esta problemática se realizó un proyecto de intervención cuyo objetivo general fue Fortalecer el programa de escuelas promotoras en la Unidad Educativa “Ismael Apolo”, mediante la acreditación, participación activa de maestros , estudiantes , comunidad y comité de nutrición, liderado por el Puesto de Salud Timbara para mejorar la calidad de vida de los niños y niñas.

Para cumplir con las expectativas del programa se acreditó a la escuela ante la secretaria técnica del Ministerio de Educación, se desarrollo talleres de capacitación dirigido a los padres de familia, maestros y alumnos sobre temas de promoción de la salud, prevención de enfermedades infecto contagiosas, higiene nutrición y buen trato en la familia deberes y derechos, se coordinó con el Puesto de Salud la atención integral a los/as escolares. Con la finalidad de aplicar los conocimientos adquiridos se elaboró y se entregó un manual de normas y procedimientos en salud y se realizó un plan anual de actividades de promoción y prevención para dar continuidad al proyecto.

La promoción de la salud en el ámbito escolar es una prioridad impostergable, permite el derecho a la salud y educación de la infancia como una responsabilidad de todos como una inversión que el Estado debe hacer para generar una capacidad creadora y productiva de los niños, para un futuro social y humano sostenible.

2. ABSTRACT

Nowadays the conditions of health in the Ecuador constitute a problem in the children and girls of Ismael Apollo School of Timbara Parish that is deteriorated due to the political, social, economic, cultural and geographical determinants. The system of health has been manipulated by a bureaucratic, inequitable, faulty system, without giving importance to the problem of health that it faces the childhood.

In Timbara Parish of the canton Zamora province of Zamora Chinchipe it was identified the problematic at local level by means of observation, participative shops being that the program of schools promoters of health was not applied in "Ismael Apollo" School, because it was not credited as school promoter of health, the place of Health has prioritized other programs, the teachers don't give priority to themes of health and the committee of health and existent nutrition was not involved with the place of Health, factors that have caused low yield school, bad nutrition and morbidity that contribute to the faulty quality of life of the educational community.

To solve this problematic it was performed an intervention project whose general objective was to strengthen the program of school promoters in the "Ismael Apollo" Educational Unit, by means of the accreditation, teachers' active participation and students, community and nutrition committee, led by the Place of Health Timbara to improve the quality of life of children and girls.

To fulfill the expectations of the program accredited to the school before the technical secretary of the Ministry of Education, it was developed training shops directed to the family parents, teachers and students about topics of promotion of the health, prevention of illnesses infect contagious, hygiene nutrition and good treatment in the family duties and rights, it was coordinated with the place of Health the integral attention to children

and girls. With the purpose of applying the acquired knowledge it was elaborated and gave a manual of norms and procedures in health and it was carried out an annual plan of promotion activities and prevention to give continuity to the project.

The promotion of the health in the school environment is an inevitable priority; it allows the rights to the health and education of the childhood like a responsibility of everybody as an investment that the State should make to generate a creative and productive capacity of the children, for a sustainable social and human future.

3. INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de intervención titulado: **FORTALECIMIENTO DEL PROGRAMA ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD EN LA UNIDAD EDUCATIVA, " ISMAEL APOLO" DE LA PARROQUIA TIMBARA CANTÓN ZAMORA, PERIODO 2009-2010,** constituye un aporte a los problemas de salud que enfrenta la niñez debido a la falta de capacitación de la planta docente y docente, padres y madres de familia en temas de salud, todas circunstancias se han presentado por factores económicos, políticos, culturales y geográficos, que han afectado gravemente a la niñez de la parroquia.

Entre 1992 y el 2006 se han sucedido ocho Gobiernos, generando problemas de gobernabilidad, violencia social e incremento de la corrupción, inestabilidad administrativa y falta de continuidad en la gestión pública. Estos problemas afectaron la dinámica del sector salud y sus reformas. Los reiterados cambios de autoridades (nueve ministros de salud entre 2001 y 2005) y la inserción de planes y programas propios en cada administración debilitaron la autoridad sanitaria nacional, limitando el desarrollo y la sostenibilidad de procesos de cambio más coherentes.

Las contribuciones que se han tenido respecto de este tema han sido legados a los Centros de Salud Comunitaria y a las campañas de salud por parte del Ministerio de Salud Pública, lo que ha generado en la comunidad educativa la necesidad desde el centro mismo de fortalecer el programa de las escuela promotoras de salud que garantice una atención integral a los escolares, que además realice actividades de prevención y promoción de salud con educadores y directivos para mejorar la calidad de vida de la comunidad educativa

El presente programa de fortalecimiento de escuelas promotoras es importante porque mejora la Salud Integral en los niños, niñas de la Unidad Educativa “ Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara a través de capacitaciones, elaboración e implementación del Manual de Normas y procedimientos de salud organización de equipos de gestión para el control de salud, lo que permite desarrollar adecuados hábitos de higiene y nutrición en los niños con el fin de garantizar la prevención, tratamiento y control de las enfermedades y problemas de mayor incidencia en el medio.

Ante la problemática de salud que enfrenta la comunidad de Timbara me siento motivada en brindar los medios para que la niñez se beneficie de los objetivos que el programa de escuelas promotoras abarca.

Entre las principales conclusiones tenemos. Es importante el contenido teórico y metodológico utilizado ya que permite conocer la necesidad del fortalecimiento de las escuelas promotoras con el fin de contribuir con la problemática de salud en los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa “Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara.

Los problemas de salud y particularmente los hábitos de higiene se encuentran muy disminuidos en los niños y niñas, lo que obliga a fortalecer las escuelas promotoras como un aporte al normal desarrollo social y humano.

4. PROBLEMATIZACIÓN

En la actualidad las condiciones de salud en el Ecuador, constituyen una problemática en los niños, niñas de la escuela Ismael Apolo de la Parroquia Timbara, que se encuentra deteriorada debido a las determinantes políticas, sociales, económicas, culturales y geográficas. El sistema de salud ha sido manipulado por un sistema burocrático, inequitativo, deficiente, sin dar importancia a los problemas de salud que enfrenta la niñez provocando inasistencia escolar, bajo rendimiento, incremento de la malnutrición y morbilidad, esto se presenta debido a la falta de normas y procedimientos de salud, todas estas circunstancias han violentados el derecho del régimen del buen vivir consagrado en nuestra Carta Magna.

Los problemas de salud se presentan en la niñez, debido que el puesto de salud prioriza otros programas de salud de acuerdo a la planificación del Ministerio de Salud Pública, y los padres de familia, maestros no dan prioridad a los temas de salud, para concluir no existe coordinación con el personal del Puesto de Salud de Timbara.

La ejecución del programa de escuelas promotoras se torna urgente en desarrollarlo en la parroquia Timbara, cantón Zamora, provincia Zamora Chinchipe, con la aplicación de bienes del Ministerio de Salud Pública, que garantizaran una atención integral en salud a los escolares, además se coordino actividades de prevención y promoción de salud con educadores, padres de familia y autoridades para cumplir con el programa.

El programa y capacitación beneficiaran a la población, empezando por los niños, niñas de la escuela y sus familias.

5.JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto de intervención se justifica plenamente, por cuanto existe la necesidad social y humana de mejorar la calidad de atención de la niñez que acude a la escuela “Ismael Apolo”, a través de talleres dirigidos a maestros, padres de familia y la elaboración e implementación del Manual de normas y procedimientos de atención en Salud.

La problemática por la cual atraviesa la población de escolares de la Unidad Educativa “Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara, es una prioridad en atenderla de manera oportuna, complementaria y con especificidad de acuerdo a las condiciones de vida y características socioculturales particulares de este grupo de la población.

Los esfuerzos multisectoriales por mejorar la calidad de vida de la población escolar son múltiples, sin embargo nos damos cuenta que son unilaterales es decir no existe un punto de encuentro de estos esfuerzos entonces nos planteamos la necesidad de encontrarnos multisectorialmente es decir unificar esfuerzos que permitan la optimización de recursos, la optimización de objetivos y conseguir finalmente una población escolar competitiva y con una buena calidad de vida.

La presente intervención está enmarcada en los procesos del buen vivir con una base legal sustentada, una planificación con amplia participación social en donde priorizamos el enfoque de interculturalidad, de género y de integralidad.

Finalmente la consecución de los objetivos representara para nosotros un presente de esfuerzo y trabajo, en tanto que para las futuras generaciones se plasmara en una mejor

calidad de vida. Indudablemente esta investigación es parte de la exigencia de la Universidad Técnica Particular de Loja como requisito para la obtención del título de Magister en Gerencia de Salud para el Desarrollo Local, pero también me permite contribuir al mejoramiento en los ámbitos de la Salud y Educación de toda la comunidad educativa "Ismael Apolo", así como también servirá de referencia para nuevas intervenciones y/o investigaciones.

6. OBJETIVOS

1. OBJETIVO GENERAL

- Fortalecer el programa de escuelas promotoras en la Unidad Educativa “Ismael Apolo”, mediante la acreditación, participación activa de maestros y escolares, comunidad y comité de nutrición, liderado por el Puesto de Salud Timbara para mejorar la calidad de vida de los/las escolares.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Implementar el programa de escuelas promotoras liderado por el Puesto de Salud de Timbara para garantizar el desarrollo integral de los escolares.
- Incentivar la participación activa de maestros y escolares para que se involucre en el proyecto y lo ejecuten.
- Involucrar a la comunidad, comité de nutrición y el puesto de salud para coordinar actividades.

7. MARCO TEORICO

7.1. MARCO INSTITUCIONAL.

7.1.1. Aspecto geográfico del lugar.

“La provincia de Zamora Chinchipe se encuentra ubicada al Sur Este del país, en la Región Amazónica, en el quinto uso horario, entre los paralelos 3 y 5 de Latitud y los Meridianos 78 y 80 de longitud occidental.

Límites: al **Norte** con la provincia del Azuay, siguiendo la Cordillera de Cordoncillo; y, con la Provincia de Morona Santiago, en la línea de la Cordillera de Yacuambi, el río Chuchumpletza aguas abajo, hasta la confluencia con el Zamora, y de ésta en línea recta hacia el este, hasta la Cordillera del Cóndor; al **Sur**, con el Perú, en el curso de los Ríos Blanco, Canchis y la Quebrada de San Francisco; al Este con el Perú; y, al Oeste con la provincia de Loja”.¹

La parroquia Timbara perteneciente al cantón Zamora se encuentra ubicada a 5 Km. de la cabecera cantonal, al margen derecho del río Zamora, **Sus** límites son: Al Norte con la parroquia de Cumbaratza, al **Sur** y Oeste con la parroquia de Zamora y el Parque Nacional Podocarpus, al **Este** con la parroquia de San Carlos de las Minas. Cuenta con una superficie de 12.887.06 Hectáreas, tiene una altitud de 900 m.s.n.m.

¹ **GONZALEZ**, Estuardo. Estudio Geográfico de la Provincia de Zamora Chinchipe. 2006.

Los **barrios** que conforman la parroquia son: Romerillos alto, Romerillos bajo, Pailón, Sevilla de Oro, Numbami, Santa Cecilia, La Pituca, Sacantza, Jamboé alto, Jamboé bajo, Martín Ujukam, Tunantza alto, San Antonio, El Maní, Bellavista, San Marcos, San Buenaventura y centro poblado, es importante señalar que existe una particularidad, por la ubicación geográfica nuestro Puesto de Salud tiene en su área de influencia a los barrios de: Tunantza bajo, El Mirador, El Tejar, Santa Rosa, Los Almendros, ubicados al izquierdo del río Zamora, que pertenecen a la parroquia Zamora. En tanto su clima posee varios pisos altitudinales, es cálido húmedo con precipitaciones promedio de 1.500 a 2.300 mm al año y temperaturas promedio de 18 a 24 QC. Las precipitaciones máximas se registran en los meses de junio y julio.

Altitud : 930 m.s.n.m

Precipitación media anual: 2.226 mm

Humedad relativa : 92%.

Existen un Puesto de Salud, Tenencia Política, Honorable Junta Parroquial, así como 4 centros educativos dentro de los cuales se encuentra la Unidad Educativa “Ismael Apolo” motivo de la investigación. Características geo-físicas de la institución. En la actualidad la Unidad Educativa Ismael Apolo se encuentra ubicada, al Norte con la calle Pio Jaramillo Alvarado, en la extensión de 162.84 metros; al Sur con la propiedad de la señora Diana Ordoñez Apolo, en la extensión de 80.53 metros; al Este con la Avenida del Maestro, en la extensión de 93.20 metros; y por el Oeste, con el Río Zamora, en la extensión de 120.47 , cuenta con 9 aulas, una cancha deportiva, un huerto escolar,

jardín ornamental, centro de computo, biblioteca ,cocina; su infraestructura es aceptable ya que cuenta con los servicios básicos como: agua potable, luz eléctrica, teléfono.

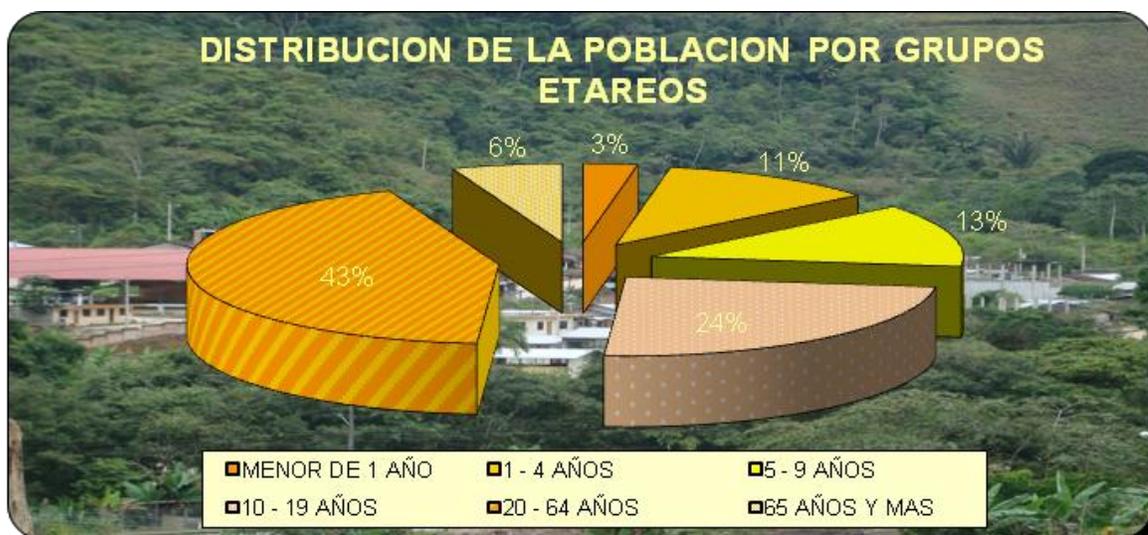
7.1.2. Dinámica poblacional.

1.1 Población de la Parroquia Timbara

TABLA N° 1 Distribución de la población por Grupos Etareos

POBLACION	FRECUENCIA	PORCENTAJE %
MENOR DE 1 AÑO	25	2,8
1 - 4 AÑOS	101	11,3
5 - 9 AÑOS	115	12,9
10 - 19 AÑOS	215	24,1
20 - 64 AÑOS	385	43,2
65 AÑOS Y MAS	51	5,7
TOTAL	892	100,0

GRAFICO N° 1 Distribución de la población por Grupos Etareos



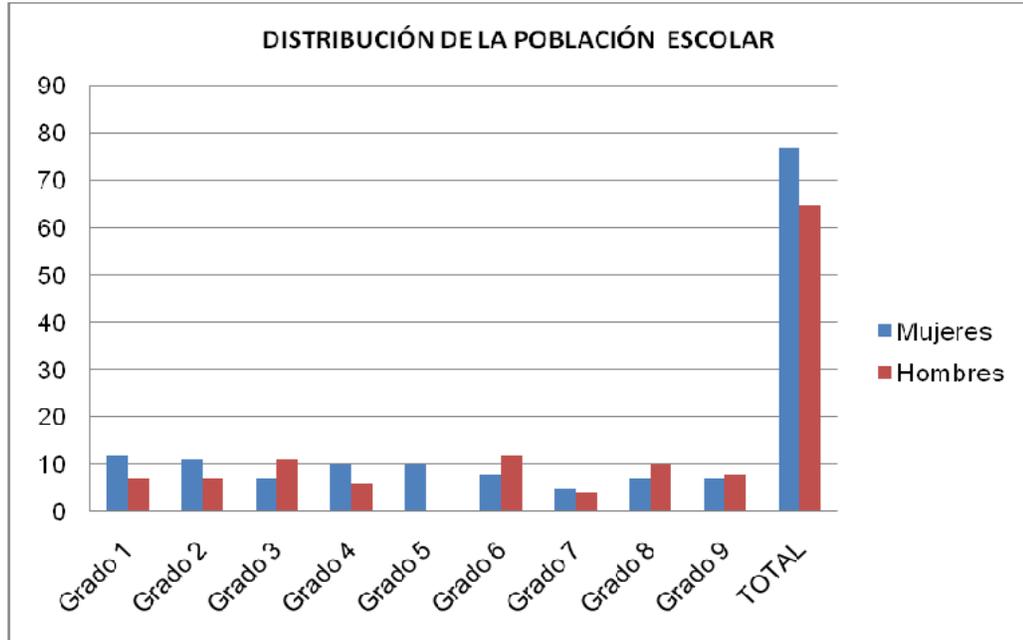
1.2 Población Escolar.

La población escolar la constituyen niñas y niños de las etnias Saraguro, Shuar y predominantemente los mestizos los mismos que acuden de los diferentes barrios aledaños del centro poblado y de familias de diferentes estatus sociales; también existen personas que han conservado su descendencia, es decir dentro de su misma etnia, se habla el idioma castellano mayormente, en tanto que el quichua y el shuar prácticamente se van extinguiendo.²

TABLA N° 2 Distribución de la población escolar

GRADO	ALUMNOS	
	Asisten	
	Mujeres	Hombres
Grado 1	12	7
Grado 2	11	7
Grado 3	7	11
Grado 4	10	6
Grado 5	10	0
Grado 6	8	12
Grado 7	5	4
Grado 8	7	10
Grado 9	7	8
TOTAL	77	65

² **DIAGNÓSTICO DEL PROYECTO INSTITUCIONAL DE LA ESCUELA ISMAEL APOLO.** Período 2008-2009.

Gráfico N° 2 Distribución de la población escolar

7.1.3. La misión de la institución.

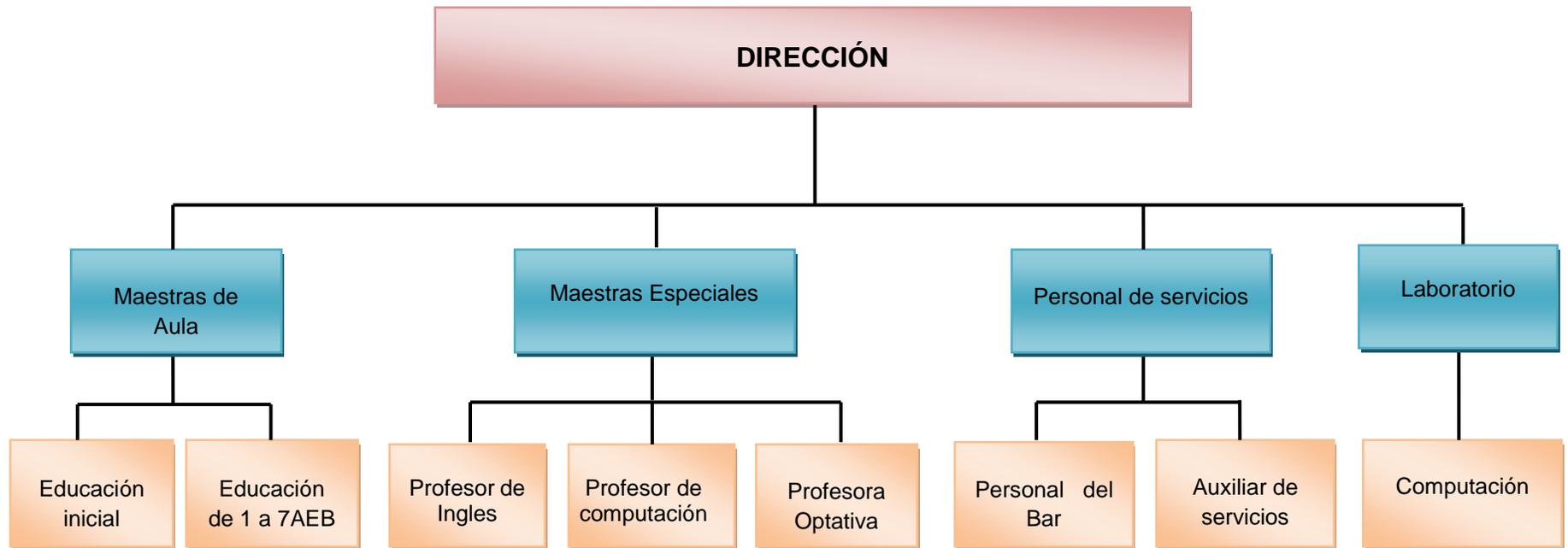
Educación personalizado e innovador, a la niñez y juventud de la parroquia Timbara, bajo los lineamientos en valores como la solidaridad, puntualidad, respeto y responsabilidad en todos sus actos del convivir diario a los estudiantes de educación básica, a través de la modalidad presencial.

7.1.4. La visión de la institución.

Contribuir al desarrollo de la educación de los niños y niñas de la parroquia Timbara, mediante las ofertas académicas innovadoras de calidad, con tecnología de punta, bajo los principios del humanismo integral, los valores del cooperativismo, la cogestión,

equidad de género, creatividad, conciencia ecológica, respeto a los credos religiosos y políticos y alto nivel de participación.

7.1.5. Organización administrativa.



7.1.6. Servicios que presta la institución.

Dentro de los servicios que presta la Institución tenemos los siguientes:

- La Unidad en mención oferta el servicio de educación Básica es decir de: Educación Inicial a Decimo Año de Educación Básica con gratuidad.
- Trabajo en equipo
- Aplicación del modelo pedagógico
- Aprendizaje significativo
- Formar estudiantes con pensamiento crítico reflexivo
- Participación activa de los padres de familia en las decisiones de la institución
- Fortalecimiento Institucional.
- Coordinación Interinstitucional.
- La administración se basará en los principios de:

Planificación, que consistirá en poner en práctica los procedimientos científicos mediante la planeación de método.

De preparación, se seleccionará científicamente a los docentes de acuerdo a sus aptitudes para prepararlos y puedan rendir más y su perfil como maestro sea de calidad. Así mismo se preparará el material acorde a la especialización y las exigencias del centro.

De control, habrá un control permanente de las actividades, para la certificación del mismo y ver si está ejecutándose de acuerdo a las normas establecidas y según el plan previsto.

De ejecución, se distribuirá diferencialmente las atribuciones y responsabilidades a cada departamento, para que la ejecución del trabajo sea eficiente y de calidad.

- Los docentes, administrativos, alumnos y padres de familia estarán sujetos a un reglamento interno.
- El personal docente y administrativo está en la obligación de cumplir y hacer cumplir las actividades adquiridas en la institución.
- Presentar con puntualidad los planes y programas curriculares y demás documentos afines a sus actividades.
- Respetar y ganarse el respeto de los alumnos, directivos, padres de familia y comunidad.
- Vivir un ambiente de familiaridad teniendo presente la filosofía de la Institución.
- Cumplir y hacer cumplir el Reglamento de la Ley de Educación así como el Reglamento Interno del Plantel.

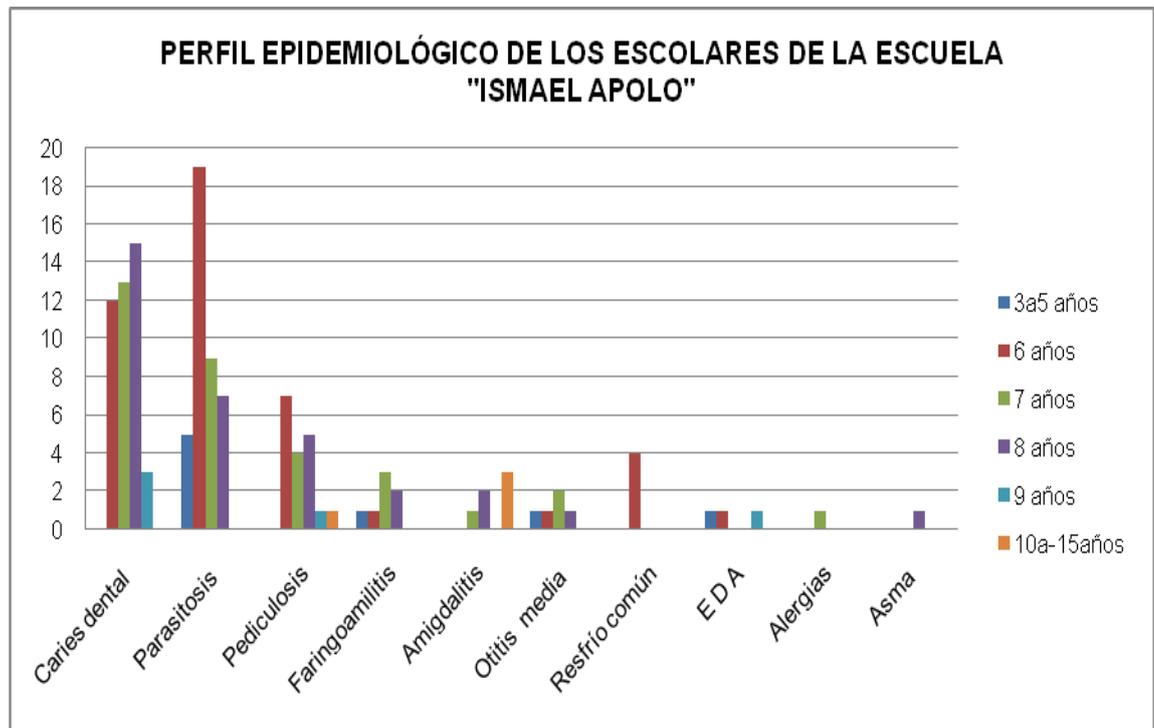
7.1.7 Datos estadísticos de Cobertura (Estado de salud enfermedad de la población escolar).

TABLA N° 3.- Perfil epidemiológico Enero – Diciembre 2009

N°	CAUSAS	EDADES						N° CASOS
		3a5	6a	7 ^a	8a	9a	10-15a	
1	Caries dental	0	12	13	15	3	0	43
2	Parasitosis	5	19	9	7	0	0	40
3	Pediculosis	0	7	4	5	1	1	18
4	Faringoamilitis	1	1	3	2	0	0	7
5	Amigdalitis	0	0	1	2	0	3	6
6	Otitis media	1	1	2	1	0	0	5
7	Resfrío común	0	4	0	0	0	0	4
8	E D A	1	1	0	0	1	0	3
9	Alergias	0	0	1	0	0	0	1
10	Asma	0	0	0	1	0	0	1
	TOTAL	8	45	33	33	5	4	128

Fuente: Diagnosticó en Salud Programa Móvil de Salud Escolar

Grafico No 3.



7.1.8. Características geo, físicas de la institución

La Unidad Educativa Ismael Apolo, tiene un tipo de construcción mixta, con 205 metros cuadrados de construcción y 11750 metros los mismos que están entre huerto escolar y espacios verdes, cuenta con servicios básicos limitados cuya distribución es la siguiente:

- Nueve aulas escolares
- Dirección
- Un Laboratorio de computación
- Un bar

- Un comedor escolar
- Una cancha deportiva.
- Un huerto escolar.

7.1.9. Políticas de la institución.

- Incrementar el nivel de satisfacción de estudiantes, familias y comunidad de Influencia.
- Ampliar los niveles de calidad del servicio educativo prestado.
- Desarrollar el nivel de competencia de docentes y personal administrativo.
- Extender el grado de eficacia de los procesos.
- Participación de los padres y familias en el proceso educativo.

7.2. MARCO CONCEPTUAL

En salud hay un replanteamiento de las prioridades, que responde a desarrollos teóricos previos sobre los conceptos de salud y enfermedad; se propone pasar de una preocupación central por la prevención y manejo de las enfermedades y por la supervivencia de los individuos, a una preocupación por la calidad de vida y el desarrollo integral, tanto de los individuos como de las comunidades.

La Promoción de la Salud también pretende incidir en transformaciones culturales, lo que se ha denominado el fortalecimiento de una cultura de la salud, la cual implica transformación o reafirmación de los valores y tradiciones, aprovechando tanto los conocimientos científicos y tecnológicos, como el saber de las diferentes comunidades

y grupos sociales. Esta cultura de la salud se ha definido como “un conjunto de conocimientos, prácticos, destrezas, valores, símbolos, expresiones artísticas y estéticas, ritmos y sentidos que juzgamos necesarios y validos para sobrevivir, convivir y proyectarnos”.

En el programa de Escuelas Saludables, se ha rescatado el papel de la escuela y dentro de ella del maestro y la maestra como agentes fundamentales en la promoción y fomento de la salud de la comunidad educativa, así como la importancia que tiene la cotidianeidad de la escuela en el desarrollo de estilos de vida saludables. Las escuelas se constituyen en centros importantes de enseñanza y aprendizaje de conductas y actitudes favorables o desfavorables para la salud y la convivencia; en ellas se imparten valores vitales fundamentales.

Se ha evidenciado que programas de salud basados en las escuelas pueden beneficiar a poblaciones muy amplias, empezando por los niños y niñas de preescolar y sus familias. Igualmente, se ha podido demostrar el impacto positivo que para el rendimiento escolar tiene la mejoría en las condiciones de salud, y cómo la mejoría en las condiciones educativas impacta positivamente la salud de los grupos humanos³

Por otra parte, hay un reconocimiento de la importancia del trabajo en las primeras edades de la vida para producir cambios culturales profundos, formar hábitos de vida saludables y construir las bases de una salud personal, social actual y futura. “En las edades preescolar y escolar los niños adquieren las bases de su comportamiento y conocimientos, su sentido de responsabilidad y la capacidad de observar, pensar y actuar. Las escuelas promotoras de la salud constituyen pues, el ámbito ideal para

³ Documentos Técnicos de Escuelas Promotoras de la Salud MSP – MEC 2008

crear en los niños y niñas conciencia de la importancia de la salud física y mental, y transmitirles valores fundamentales” También se han desarrollado nuevos conceptos sobre la educación, que hacen más evidente la importancia de la educación para la salud y la seguridad escolar; se mira la educación como un proceso de apropiación de bienes culturales y sociales que permiten a los educandos desde el grado cero enfrentar, resolver los retos de la vida cotidiana y asumir las realidades del entorno que les rodea.

7.2.1 ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD.

Antecedentes

El fin de la Iniciativa es el de formar futuras generaciones que dispongan del conocimiento, habilidades y destrezas necesarias para promover y cuidar su salud, la de su familia y comunidad, así como de crear y mantener ambientes de estudio, trabajo y convivencia saludables. El propósito de la Iniciativa es el de fortalecer y actualizar la capacidad de los países para desarrollar y fortalecer escuelas promotoras de la salud.

La educación para la salud en las escuelas tiene una larga y variada trayectoria en todos los países de la región. Así también lo tienen las actividades asistenciales como los exámenes médicos, dentales y de aspectos visuales y auditivos. Sin embargo, en diversas reuniones sobre el tema se ha enfatizado la necesidad de un enfoque integral y estrategias más innovadoras, que respondan a las nuevas dinámicas sociales, políticas y económicas e incluyan: capacitación y actualización a los maestros; participación de los alumnos, los padres y la comunidad; servicios de salud y acordes

a las necesidades reales de la población escolar, promoción de hábitos saludables, alimentación nutritiva en los comedores escolares; y el uso de metodologías educativas formales y no-formales dirigidas a formar nuevas habilidades y destrezas, haciendo de la vida escolar una oportunidad para el desarrollo humano, la paz y la equidad.

La promoción de la salud en el ámbito escolar es una prioridad impostergable. Asegurar el derecho a la salud y la educación de la infancia es responsabilidad de todos y es la inversión que cada sociedad debe hacer para generar a través de la capacidad creadora y productiva de los jóvenes, un futuro social y humano sostenible⁴

La implementación de una iniciativa amplia de promoción de salud en el ámbito escolar nos capacitará a detectar y ofrecer asistencia a niños y jóvenes en forma oportuna, evitando que siga incrementándose el número de jóvenes y adolescentes que adoptan conductas de riesgo para la salud tales como el hábito de fumar, el consumo de bebidas alcohólicas, el abuso de sustancias adictivas, las enfermedades de transmisión sexual y el embarazo precoz. Fenómenos tales como la explotación del trabajo infantil (a la que quedan expuestos centenares de niños y niñas al abandonar la escuela) o la violencia que se observa crecientemente en tantas ciudades del continente, pueden ser prevenidas con acciones generadas desde las escuelas, condiciones para la convivencia, la no-discriminación, la promoción de relaciones armónicas entre los géneros y la resolución de conflictos a través del diálogo, la comunicación y la negociación.

⁴ Manual del Adolescente MSP 2008

La promoción de la salud en y desde el ámbito escolar parte de una visión integral, multidisciplinaria del ser humano, considerando a las personas en su contexto familiar, comunitario y social; desarrolla conocimientos, habilidades y destrezas para el autocuidado de la salud y la prevención de conductas de riesgo en todas las oportunidades educativas; fomenta un análisis crítico y reflexivo sobre los valores, conductas, condiciones sociales y estilos de vida, y busca desarrollar y fortalecer aquellos que favorecen la salud y el desarrollo humano; facilita la participación de todos los integrantes de la comunidad educativa en la toma de decisiones, contribuye a, promover relaciones socialmente igualitarias entre los géneros, alienta la construcción de ciudadanía y democracia; y refuerza la solidaridad, el espíritu de comunidad y los derechos humanos.

7.2.2 COMPONENTES.

Se requiere implementar la promoción de la salud en el ámbito escolar a través de los siguientes tres componentes:

- **Educación para la salud con un enfoque integral**, basada en las necesidades de los alumnos en cada etapa de su desarrollo y acorde a las características individuales, culturales y de género. La educación integral y participativa fortalece así la auto-estima y la capacidad de los estudiantes para formar hábitos y estilos de vida saludables y su potencial para insertarse productivamente en la sociedad. Además implica el desarrollo de procesos pedagógicos y metodológicos que orientan hacia la formación de aptitudes y habilidades para la vida, valores, conocimientos y prácticas de convivencia ciudadana y participativos en salud,

involucra también el desarrollo curricular, la prestación de material didáctico, la formación, capacitación y actualización de docentes en temas de salud⁵.

Rendimiento escolar, medio según parámetros académicos. Existen varios parámetros académicos para medir el rendimiento escolar. Uno de estos es el nivel o promedio de las notas de determinado grupo o grado.

La desagregación puede individualizarse como para dar seguimiento en el tiempo a los estudiantes que tienen índices menores. Cuenta en el cumplimiento de estos criterios, no solo la demostración final que mejoro el rendimiento de los estudiantes, si no también el mecanismo utilizado para detectar los problemas que intervinieron en el bajo rendimiento y las formas de dar respuestas a los mismos⁶

Inclusión curricular, capacitación a maestros y uso, (según necesidades establecidas de módulos temáticos de las Escuelas Promotoras.

Los materiales que puede utilizarse para desarrollar los contenidos, son los que prioricen un enfoque en derechos, equidad de género y con diversidad velando por el respeto y tolerancia a las minorías y deben ser el producto de las necesidades identificadas en el centro escolar, según los resultados del diagnóstico participativo que se hace inicialmente con apoyo del equipo gestor o conductor, estos pueden categorizarse, para fines prácticos de la siguiente manera

Materiales básicos: Los que se utiliza para hacer educación para la salud, como parte del currículo escolar obligatorio.

⁵ Documentos Técnicos de escuelas promotoras de la Salud MSP – MEC 2008

⁶ Documentos Técnicos de Escuelas Promotores de la Salud MSP – MEC 2008

Equipos gestores .cada escuela debe conformar y deben participar activamente en el Plan Operativo Anual, el mismo debe contener acciones de promoción de la salud ,es aquí donde también debe integrarse la comunidad.

Específicamente las acciones de este equipo o grupo gestor, debe reflejar la conexión necesaria entre el sector salud y educación. Estas dos figuras deben comportarse como los líderes en la conducción del proceso, desarrollando sus actividades según lo establecido en un Plan Operativo Anual(POA) elaborado, así como el diagnóstico situacional, de manera participativa y respondiendo a las necesidades encontradas.

- **Creación de ambientes y entornos saludables**, Implica promover el desarrollo de ambientes físicos seguro, limpios y estructuralmente apropiados, así como una atmosfera psicosocial armónica y estimulante, libre de alcohol, tabaco y drogas, sin agresión ni violencia física, psicológica o sexual. Acceso a agua segura en cantidad y calidad suficiente, promover la gestión ambiental(manejo adecuado de desechos sólidos y líquidos, reutilización, reciclaje, uso adecuado de productos químicos peligrosos y desechos peligrosos, plaguicidas, aceites minerales, etc.)promover la gestión adecuada de recursos naturales relacionados con el entorno escolar y comunitario. Ej., arborización, conservación de áreas verdes.

Condiciones físicas de la infraestructura de la escuela, particularmente de de las escuelas de clases que cumplan con estándares de una adecuada iluminación, ventilación según su número de estudiantes, tipo de escritorios o pupitres; numero de sanitarios (adecuado para niños y para niñas) y funcionalidad de los mismos.

En el caso de las unidocentes o pluridocentes, de igual forma se evaluara el estado físico(físico y funcional) de las instalaciones de la unidad educativa en cuanto a dimensiones de las aula, que deben estar en concordancia con el numero de estudiantes que tienen.

Cuentan con un plan de emergencia para la prevención y mitigación de desastres, con el que se haya realizado por lo menos un simulacro al año escolar.

En la aplicación a este criterio (si aplicara) primero se hará una evaluación de las situaciones, sobre todo de riesgos naturales y los provocados por el hombre, que representan una amenaza para la escuela y población en general, de esa área geográfica en la que se encuentra ubicada la escuela. Como ejemplos: contar con un plan de prevención y mitigación de desastres.

El parámetro principal, para considerar que este plan se mantenga activo, como para activar una alerta temprana, está dado por el numero de simulacros y simulaciones que hayan realizado en el contexto del mismo, que como mínimo se exige uno en el periodo del año escolar⁷

Disponibilidad y acceso a agua segura: la misma debe ser certificada por medios de laboratorios de análisis físico, químicos y microbiológicos, periodos y con metodologías conocidas y recomendadas

Para este criterio este criterio lo primero que se considera es saber la fuente de abastecimiento de agua que tiene la escuela y luego si la misma es apta para el consumo humano. En muchos casos, el abastecimiento es a través de la red de la

⁷ Documentos Técnicos de Escuelas Promotoras de la Salud MSP – MEC 2008.

red pública, lo que en la mayor parte de los casos recibe algún tipo de tratamiento, pero aun en esas condiciones, no es recomendable tomarla.

En las escuelas de las áreas rurales tienen sistemas de abastecimiento por medio de tanques recolectores que a su vez son distribuidos a la red del establecimiento educativo. Si dentro de este sistema se hace algún tratamiento especial (como cloración) y por medio de análisis simple de determinación de concentraciones de cloro, se comprueba que es agua segura para consumir, se certifica como tal el cumplimiento de este criterio.

Otras formas simples y de bajo costo para acceder agua segura en centros escolares con dificultades de abastecimiento, es manteniendo un recipiente tipo bidón en cada aula de la escuela.

Si se dan otras posibilidades de tener agua segura en la escuela, las unidades de salud del Ministerio de Salud Pública, disponen de sistemas sencillos para hacer análisis microbiológicos y químicos, los que también son un referente para certificar que se tiene acceso a agua segura.

Disponibilidad y estado físico y funcional de letrinas, Este requerimiento es parte de los criterios utilizados en el primer lineamiento donde se valora simultáneamente la infraestructura total de la escuela. Bajo las mismas consideraciones se evalúa el número y estado de las instalaciones sanitarias (baterías sanitarias y / o urinarios), si las mismas están de acuerdo al número de estudiantes por sexo y principalmente si son funcionales, dando un buen peso al estado de higiene que observen.

- **Provisión de servicios de salud, nutrición sana, actividad física y otros** ,
Implica el involucramiento de los servicios de salud para favorecer y proteger el sano crecimiento y desarrollo del escolar, así como el establecimiento de hábitos que promuevan el acceso a productos saludables, el conocimiento y destrezas para la preparación de alimentos sanos y la actividad física.

Estado de los bares escolares, Tienen que certificar como saludables bajo criterios establecidos, que expenden alimentos saludables.

Los bares escolares y revalorización de alimentos locales de alto valor nutricional deben cumplir con ciertos requerimientos que van desde las condiciones de la estructura física e higiene para dar un servicio de calidad en el procesamiento y expendio de los alimentos que deben ser de alto valor nutricional.

Aunque la mayor parte de los bares escolares hacen únicamente expendio de alimentos, en el caso que también los procesen, primero se considera si estos establecimientos tienen un área específica (cocina o cocineta) para procesarlos y las condiciones higiénicas para hacerlo. Sobre estas exigencias se adiciona la calidad de los alimentos valorados según su composición nutricional. Para fines prácticos se puede caracterizar la comida chatarra, como contraparte de los alimentos saludables, como aquellos que en general tienen pocos o ningún valor nutricional y antes bien contienen altos valores de azúcar refinados grasas saturadas o sal.

En un análisis antropológico que hacen investigadores chilenos sobre el consumo de comida chatarra, en este país, hacen las siguientes consideraciones para

diferenciar los conceptos que definen la comida chatarra, golosinas y otros, de la comida saludable⁸

“En este trabajo se entiende por golosinas aquellos alimentos industriales, nutricionalmente des balanceados y con un alto contenido de hidratos de carbono, grasas o sal.

Algunos estudios incluyen golosinas y otro tipo de ingredientes y alimentos bajo los conceptos de “densos en energía y pobres en nutrientes “o” altos en calorías y de baja densidad de nutrientes “o “alimentos que contribuyen a la ingesta energética. Se enfatiza el desbalance de estos alimentos, así como en la categoría “comida chatarra” concepto que además, los relaciona con una categoría de alimentos percibido como no saludables.

Otros conceptos asociados a golosinas utiliza criterios como el lugar o el horario en que son consumidos. Por ejemplo “snack” se a definido como alimentos consumidos fuera del horario de comida formal, alimentos consumidos en un periodo de quince minutos o menos y tipos de comidas específicas en su mayoría golosinas.

Así mismo en el proceso de preparación de alimentos en el bar escolar, si fuera ese el caso, necesariamente tiene que tomarse en cuenta si son elaborados con ingredientes dañinos, como los aceites reciclados que frecuentemente utilizan para procesar alimentos fritos, como las salchipapas o chitos.

⁸ Documentos Técnicos de Escuelas Promotoras de la Salud MSP- MEC 2008

Además considerar el expendio de comidas de bajo valor nutricional y con altas concentraciones de azúcar refinada que también pueden adicionarse a la lista de “comida chatarra” como parámetro que deben analizarse para autorizar el funcionamiento de un bar que se considere saludable.

En el otro extremo, en el expendio de alimentos saludables deben considerarse la promoción y consumo de frutas y verduras, productos lácteos y sus derivados como el yogurt, consumo de alimentos fortificados o enriquecido con vitaminas y minerales y leguminosas, procesados de diferentes formas (maíz en forma de mote, tostado, chulpi, morocho, consumo de chochos, habas o productos derivados de la soya) en caso de estar disponibles en las áreas donde se realiza la evaluación o si no se debe consumir alimentos del medio, los mismos deben ser saludables y nutritivos.

Calidad de los alimentos, del Programa de alimentación Escolar, deben ser conservados en lugares que exista una ventilación adecuada y libre de roedores, además los alimentos deben ser consumidos antes que se dañen o pierda su valor nutricional.

Evaluación de la actividad física y sedentarismo, principalmente en los estudiantes: disponibilidad y estado físico de instalaciones deportivas, distribución adecuada y suficiente de horas de educación física diaria y durante la semana, oferta de programas alternativos de actividad física extracurricular para prevenir el sedentarismo o disminuir el número de horas sueño y televisión que los escolares miran en casa.

En nuestro país existen evidencias científicas que la inactividad física y el sedentarismo en escolares, es parte de los factores de riesgo que más contribuyen al desarrollo del sobre peso y la obesidad en escolares⁹

Es aquí en donde el profesor o profesora debe coordinar actividades de recreación en la comunidad para que los niños y niñas escolares se ocupen en la actividad física en los momentos que tengan disponible, debemos tomar cuenta que si en la niñez fomentamos la actividad física no tendremos personas adultas con problemas de salud y así nuestra comunidad será una comunidad saludable.

7.2.3 Misión.

La Iniciativa de Escuelas Promotoras de Salud es una estrategia mundial que está fortaleciendo la promoción y educación en salud en todos los niveles educativos, en los espacios donde los jóvenes, los maestros y otros miembros de la comunidad educativa aprenden, trabajan, juegan y conviven. Su misión es la de cooperar técnicamente con los Países Miembros y estimular la cooperación entre ellos, construyendo consenso entre el sector educativo y el sector salud y formando alianzas con otros sectores para mantener ambientes físicos y psicosociales saludables y desarrollar habilidades para lograr estilos de vida saludables con los estudiantes, maestros y padres de familia.

7.2.4 Estrategia Regional y Actividades

- Análisis y actualización de políticas conjuntas entre el sector educativo y el sector salud, incluye revisión curricular y de la legislación sobre salud escolar.

⁹ Documentos Técnicos de Escuelas Promotoras de la Salud MSP Y MEC 2008

Comprende actividades de abogacía para movilizar la opinión pública y los sectores sociales sobre la importancia de la Iniciativa de Escuelas Promotoras de la Salud. Incluye la difusión de las prioridades de salud escolar a través de los medios de comunicación social y la construcción de alianzas y pactos sociales para apoyar dicha Iniciativa.

- Consolidación y fortalecimiento de los mecanismos de coordinación intersectorial, incluye la activación o formación de comisiones mixtas para formular políticas públicas, coordinar el análisis de necesidades, la revisión del curriculum, y hacer el seguimiento y la evaluación de la implementación de la estrategia.
- Desarrollo, realización y evaluación de los planes y programas para implementar los componentes de promoción de la salud en el ámbito escolar, incluye: el diseño curricular, la incorporación del enfoque de género en los contenidos de estudio, la integración de salud en los ejes transversales y otras áreas del curriculum escolar; la capacitación a maestros y personal de ambos sectores; la producción de materiales educativos; el desarrollo y entrega de servicios de salud y alimentación apropiados; y las actividades para crear y mantener ambientes y entornos saludables.
- Realización de actividades de extensión educativa con las asociaciones de padres, organizaciones de la comunidad, sector salud y otros sectores con el propósito de involucrar a los líderes y tomadores de decisiones en las acciones de promoción de la salud escolar e incluir esta Iniciativa en los planes locales de desarrollo. Se plantea también convocar a la sociedad para que participe en la implementación de acciones para evitar la deserción escolar así como de

acciones dirigidas a involucrar y recuperar los niños y jóvenes que están fuera del sistema educativo.

- Desarrollo y aplicación de investigaciones para identificar las condiciones y conductas de riesgos a la salud en la población escolar así como de instrumentos para evaluar los resultados de la promoción de la salud en la formación de conocimientos, habilidades y destrezas de promoción y cuidado de la salud en los escolares.
- El desarrollo y la implementación de programas orientados a lograr una mejor articulación entre la escuela y el mundo del trabajo, protegiendo de ese modo los derechos a la salud y la educación de niños y adolescentes trabajadores (formales e informales) a la vez que se optimizan las oportunidades de inserción laboral de los escolares.

“Hasta ahora la cooperación técnica de la OPS/OMS para implementar dicha estrategia consiste en difundir el conocimiento y la metodología y animar el intercambio de experiencias entre los países, para lo cual se llevaron a cabo 7 reuniones regionales y sub-regionales desde 1993 a la fecha, en las cuales se apoyo la constitución de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud. La movilización y búsqueda de recursos para producir un Boletín Informativo de dicha Red. Se ha apoyado el desarrollo de una metodología simplificada para el diagnóstico y análisis de las necesidades lo cual ha sido validado en varios países. También se está apoyando la adaptación y prueba piloto de diversos instrumentos para la identificación de condiciones y conductas de riesgo en escolares; y se está apoyando la traducción, adaptación y validación de materiales educativos y de referencia para la educación en salud con alumnos de todos los niveles. En 1997 se diseñó un modelo y

se elaboró material para la capacitación de maestros. En 1998 se analizaron los elementos que debiera contener un modelo de evaluación y se revisaron diversos instrumentos para evaluar la Iniciativa”¹⁰.

Como resultado de la reunión regional realizada en Costa Rica en Noviembre de 1996, se abrió la oportunidad de volcar en una Red Latinoamericana las experiencias diversas que numerosos países venían recogiendo en su intento por multiplicar las Escuelas Promotoras de Salud. Lo que estos intentos tienen en común, es la vocación por hacer de la imaginación y la creatividad los medios que permitan adaptar la propuesta a las necesidades y características de cada medio cultural y de cada comunidad educativa. Las Escuelas Promotoras de la Salud inculcan el sentido de responsabilidad social en niños, niñas y jóvenes, desarrollando en ellos y ellas la capacidad de resolver conflictos mediante el diálogo y la negociación como factores preventivos de la violencia e instrumentos de convivencia armónica.

Niños, niñas y jóvenes desean sentirse útiles y están dispuestos a trabajar en la comunidad, en los hospitales, con personas ancianas o con niños más pequeños. Estas actividades, que estimulan su espíritu de compromiso social y comunitario al mismo tiempo que les permiten utilizar en forma creativa el tiempo libre, resultan más efectivas cuanto más integradas están en el proceso de aprendizaje escolar.

¹⁰ **PLAN NACIONAL DE DESARROLLO NACIONAL.** Directrices de Política del MSP 2002 – 2010.

8. DISEÑO METODOLÓGICO

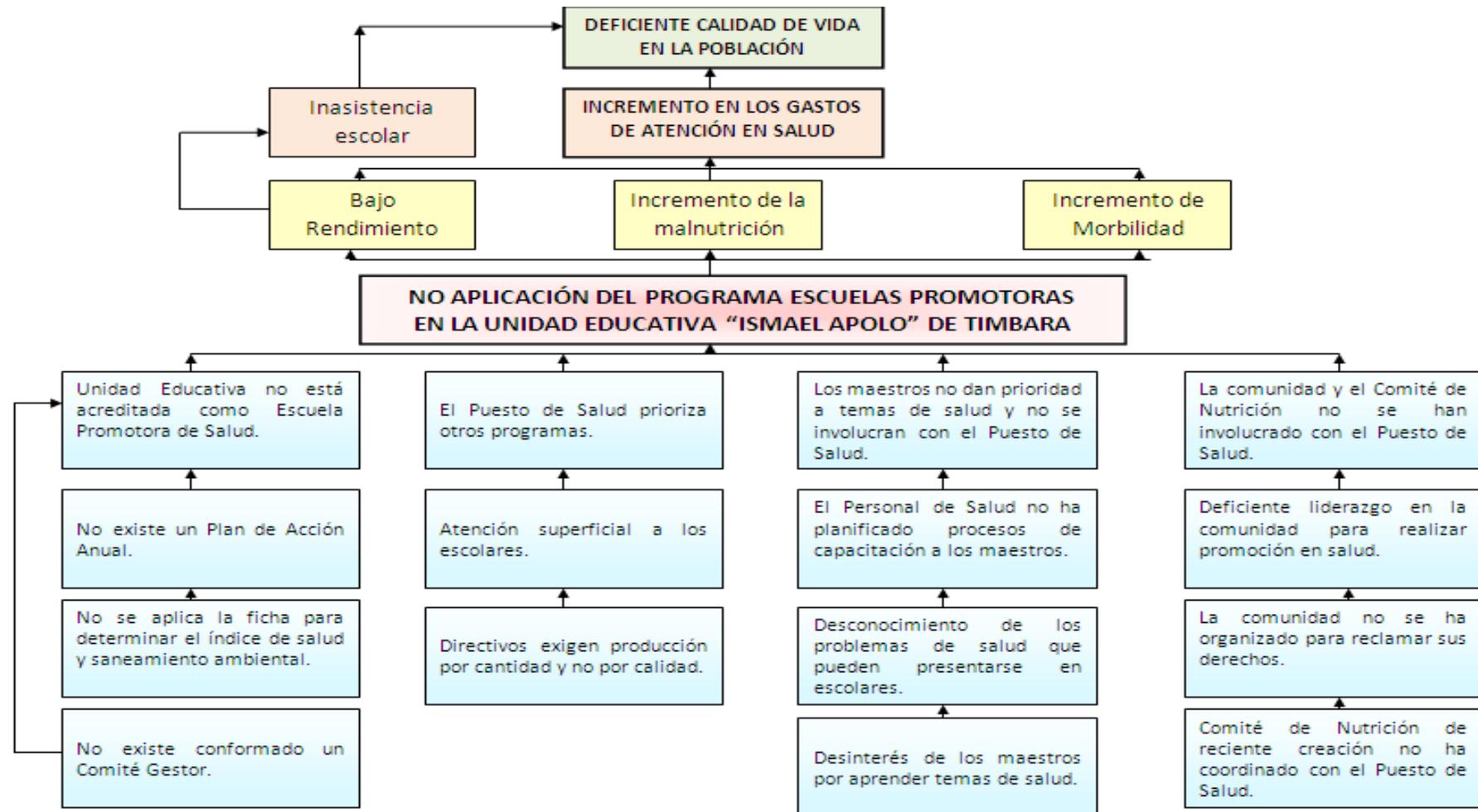
8.1 MATRIZ DE INVOLUCRADOS

Consiste en identificar y tomar en cuenta a los involucrados más importantes que influyen en el desarrollo del proyecto y determinar su viabilidad.

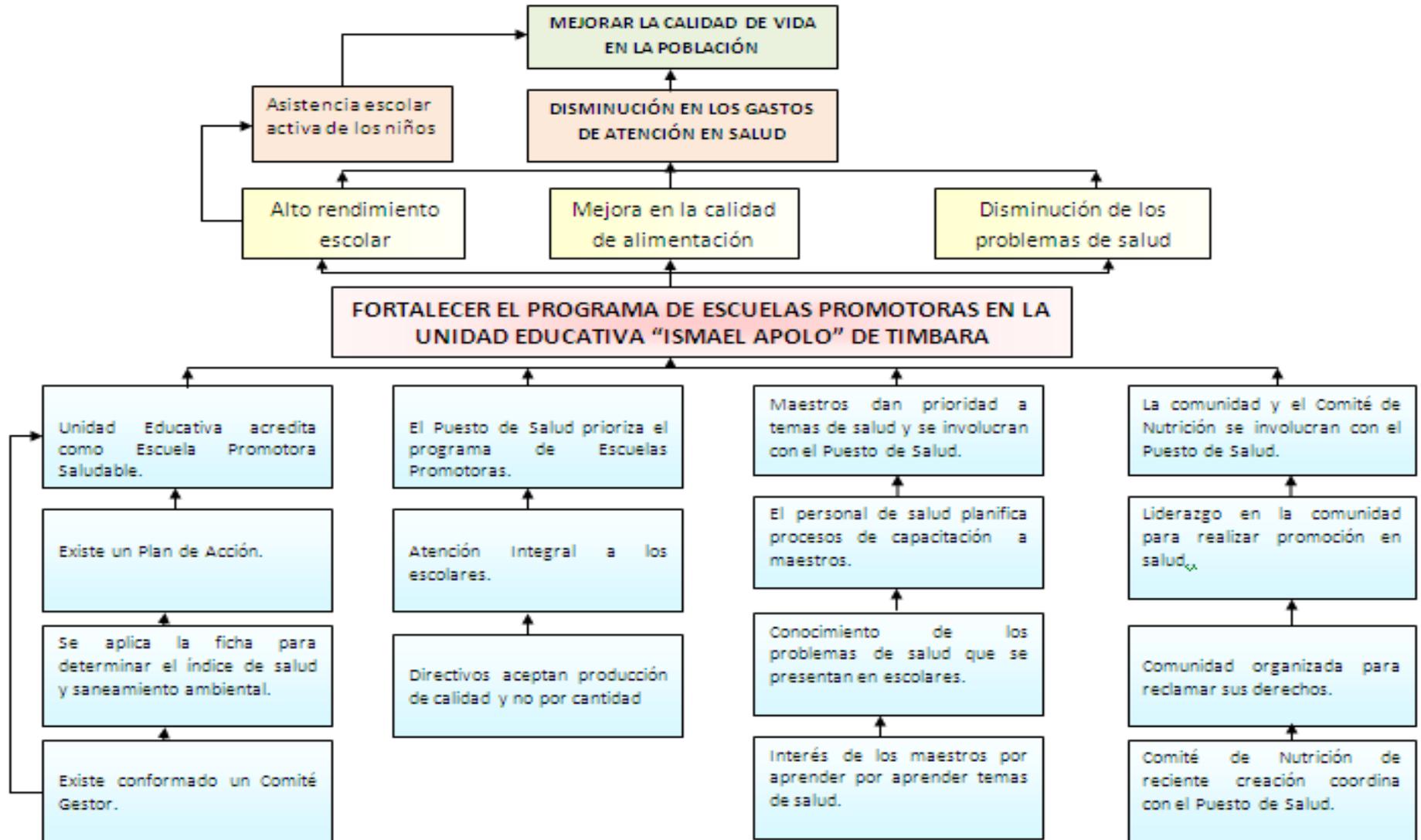
Grupo y/o Instituciones	Intereses	Recursos y mandatos	Problemas percibidos
Puesto de Salud de la Parroquia de Timbara.	Garantizar la salud integral de la comunidad.	Recursos humanos. Recursos materiales. Normas del MSP.	Estructura física deficiente. Atención rutinaria y superficial en salud escolar.
Unidad Educativa " Ismael Apolo" de la Parroquia de Timbara.	Trabajar por mejorar la calidad de vida de los estudiantes, impartiendo normas de salud.	Recursos humanos. Recursos materiales. Recursos educativos. Normas de la Dirección Provincial de Educación.	No se brinda capacitación en aspectos de salud por parte de educadores No coordina actividades con el Puesto de Salud
Comunidad de la parroquia de Timbara. Comité de nutrición de Timbara	Mejorar la calidad de vida de los escolares.	Recursos humanos (Comité de Nutrición de Timbara).	Creación reciente del comité de nutrición. No se involucra la comunidad.

8.2.- ÁRBOL DE PROBLEMAS.

Es una metodología que permite analizar la situación, encontrar las relaciones causa-efecto.



8.3 ÁRBOL DE OBJETIVOS.



8.4 MATRIZ DEL MARCO LÓGICO.

Problemática: Problemas de salud en los niños de la Escuela Ismael Apolo de la Parroquia Timbara.

OBJETIVO	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS
<p>FIN Contribuir a mejorar la calidad de vida de los niños y niñas de la Unidad Educativa” Ismael Apolo “de la parroquia Timbara</p>			
<p>PROPOSITO Fortalecimiento del programa de escuelas promotoras en la Unidad Educativa” Ismael Apolo” de la parroquia Timbara en el periodo Octubre 2009 a Octubre 2010</p>	<p>El programa de escuelas promotoras fortalecido se ejecuta en un 100% al final del proyecto.</p>	<p>Control de historias clínicas de los niños. Certificaciones. Monitoreo con observación. Fotos (archivo)</p>	<p>Participación activa de escolares, Maestros y Puesto de Salud</p>
<p>RESULTADOS 1. La unidad Educativa Ismael Apolo, acredita como Escuela Promotora</p>	<p>La Dirección de Educación y Cultura de Zamora Chinchipe acredita a la Unidad Educativa “Ismael Apolo”, como Escuela Promotora de la Salud hasta junio del 2010.</p>	<p>Certificado de la Dirección Provincial de Educación de Zamora Chinchipe (Departamento de Educación para la Salud).</p>	<p>Participación de las Autoridades y Comunidad Educativa.</p>

2. El Puesto de Salud prioriza el programa de Escuelas Promotoras.	El puesto de salud ejecuta al 100% las actividades planificadas hasta junio del 2010.	Nómina de personas capacitadas. Planificaciones Memorias Observación	Motivación e interés de los involucrados
3. La Unidad Educativa "Ismael Apolo" y sus maestros coordinan actividades con el puesto de salud y la comunidad, para ejecutar el proyecto.	El 90% de los maestros participan activamente en las actividades con el puesto de salud hasta junio del 2010.	Registro de atenciones Acuerdos interinstitucionales.	Participación de las autoridades de la escuela y del personal del Puesto de Salud.
4. La comunidad y el comité de nutrición participan activamente en la atención integral con los escolares.	El 70% de la comunidad y el 100% de los integrantes del comité participan activamente hasta octubre 2010.	Fotos de Archivos Lista de asistencia Observaciones	Apoyo de autoridades de las instituciones.

MATRIZ DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES	COSTOS	FUENTES DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
RESULTADO 1: La unidad Educativa Ismael Apolo, acredita como Escuela Promotora			
1.1 Conformación de comité gestor	Materiales de oficina y refrigerio 40 dólares.	Acta de conformación de comité gestor	Interés de los involucrados

1.2 Aplicación de ficha para determinar el índice de salud y saneamiento escolar.	Material de oficina 5 dólares	Ficha de Índice de Salud y Saneamiento Escolar	Interés de los involucrados
1.3 Planificación del plan de acción anual.	Material de oficina y refrigerio 40 dólares	Plan de Acción Anual	Interés de los involucrados
RESULTADO 2: El Puesto de Salud prioriza el programa de Escuelas Promotoras.			
2.1.1. Planificación de actividades.	Materiales de oficina \$ 20	Sustento del programa de capacitación	Interés del maestrante
2.1.2. Reunión con padres de familia.	Materiales de oficina y refrigerios \$ 40.	Nomina de Asistentes	Interés de los involucrados.
2.2 Planificación de Atención Integral a los escolares.	Materiales de Oficina \$ 25	Nomina de los Estudiantes	Interés de los involucrados
2.3 Feria de Salud en coordinación con: Puesto de Salud, Comunidad Educativa "Ismael Apolo" y comité de Salud y nutrición Timbara	Materiales de oficina y varios \$ 100	Certificación y fotos archivo	Interés de los involucrados.

ACTIVIDADES	COSTOS	FUENTES DE VERIFICACION	SUPUESTOS
RESULTADO 3 : La Unidad Educativa "Ismael Apolo" y sus maestros coordinan actividades con el puesto de salud y la comunidad, para ejecutar el proyecto.			
3.1.- Elaboración y ejecución de dos talleres, sobre Aprender sin dolor y Buen Trato en escolares dirigidas a los docentes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo".	Material educativo \$ 30.00 Material de oficina \$ 15.00	Registro de asistencia. Fotografías.	Interés de los involucrados.
3.2.- Atención integral de salud de forma periódica a los niños de la escuela "Ismael Apolo"	Material de oficina \$10.00	Certificación de atención integral por parte del Director de la Escuela	Coordinación interinstitucional. Disminuir la incidencia de la morbi -mortalidad.
3.3.- Elaboración de un programa de capacitación con dos talleres teórico y práctico sobre la Constitución y Salud, Promoción y prevención de enfermedades Cronicodegenerativas.	Material de oficina \$20.00	Sustento del programa de capacitación.	Interés del maestrante.
3.4.- Ejecución de los dos talleres teórico prácticos dirigido a Padres de Familia de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la Parroquia Timbara.	Material de oficina y refrigerios \$ 30.00	Registros de asistencia a los talleres. Fotografías.	Interés de los involucrados.

3.5.- Ejecución de un plan de educación y ejecución de Charlas Educativas sobre; Parasitosis intestinal, Higiene en escolares y Salud bucal, Infecciones de Transmisión sexuales, dirigido a niños y niñas de la Unidad Educativa "Ismael Apolo".	Material de oficina y refrigerios \$ 30.00	Registros de asistencia a los talleres. Fotografías.	Interés de los involucrados.
---	--	---	------------------------------

ACTIVIDADES	COSTOS	FUENTES DE VERIFICACION	SUPUESTOS
RESULTADO 4: La comunidad y el comité de nutrición participan activamente en la atención integral con los escolares.			
4.1.- Elaboración de un manual de normas y procedimientos en salud.	Material de oficina \$20.00	Sustento del programa de capacitación.	Interés del maestrante.
4.2.- Elaboración del material educativo.	Material de oficina y varios \$ 50.00	Material utilizado (trípticos MSP).	Interés de los involucrados.
4.3.- Coordinación con el servicio del bar para elaborar recetas para lonchera escolar	Varios \$ 50.00	Material utilizado (trípticos MSP Fotos archivo	Interés de los involucrados.

9. RESULTADOS

ACTIVIDADES	CUMPLIMIENTO DE LA ACTIVIDAD	RESPONSABLES	MEDIOS DE VERIFICACION	FECHA DE REALIZACION	ANALISIS Y OBSERVACIONES O LIMITACIONES
<p>R1.- La Unidad Educativa Ismael Apolo, fue inscrita como Escuela Promotora al finalizar el Proyecto</p> <p><u>Indicador</u></p> <p>Unidad Educativa acreditada como Escuela Promotora de la Salud.</p> <p><u>Actividades.</u></p> <p>Conformación de comité gestor</p> <p>Aplicación de ficha para determinar el índice de salud y saneamiento escolar.</p> <p>Elaboración del plan de acción anual de salud.</p>	<p>Se acredita a la escuela ante la Dirección de Educación de Zamora, se conformo el equipo gestor y se realizo el plan de acción anual R1. ANEXO 2</p>	<p>Maestrante</p> <p>Director de la Unidad Educativa Ismael Apolo.</p> <p>Jefe del Departamento Educación para la Salud, de la Dirección de Educación y Cultura Zamora.</p>	<p>.Certificado emitido por el jefe del Departamento de Educación para la Salud.</p> <p>.Ficha de índice de salud y saneamiento escolar.</p> <p>.Plan de acción anual.</p>	<p>Octubre 2009</p> <p>Junio 2010</p>	<p>Para obtener la acreditación de la Unidad Educativa Ismael Apolo como Escuela Promotora de la Salud se dio cumplimiento a todas actividades planificadas en el proyecto.</p>

<p>R2.-El Puesto de Salud priorizó el programa de escuela promotoras en la Unidad Educativa “Ismael Apolo”.</p> <p><u>Indicador.</u></p> <p>Se ejecuta el 100% de actividades, planificadas al finalizar el proyecto.</p> <p><u>Actividades.</u></p> <p>Planificación</p> <p>Reunión con padres de familia</p> <p>Planificación de Atención Integral a los escolares.</p> <p>Feria de Salud.</p>	<p>Se realizo reuniones con la comunidad educativa para planificación de atención integral y realización de feria de. R2. ANEXO 3</p>	<p>Maestrante</p> <p>Director de la Unidad Educativa “Ismael Apolo”</p> <p>Personal del Puesto de Salud Timbara.</p> <p>Comité de Salud y Nutrición.</p>	<p>Proyecto realizado.</p> <p>Nomina de asistentes.</p> <p>Nomina de Estudiantes</p> <p>Certificación</p> <p>Fotos Archivo</p> <p>Observación directa</p>	<p>Septiembre 2009</p> <p>Octubre 2009</p> <p>Mayo 2010</p> <p>Junio 2010</p>	<p>La ejecución del programa se cumplió de acuerdo a lo establecido en el cronograma, debido a la colaboración de toda la comunidad educativa.</p> <p>Fuentes de verificación.</p>
<p>R3.- Comunidad Educativa coordinó actividades con el Puesto de Salud para recibir capacitación en temas de salud.</p> <p><u>Indicador.</u></p>	<p>Se ejecuto los talleres dirigido a docentes, padres de familia y charlas educativas dirigidas a los niños</p>	<p>Maestrante</p> <p>Personal del Puesto de Salud Timbara.</p>	<p>Comunicaciones.</p> <p>Registro de</p>	<p>JUNIO 2010</p>	<p>Se cumplió con los talleres de capacitación los mismos que fueron dirigidos a la comunidad educativa</p>

<p>El 100% de la comunidad educativa recibió atención integral y capacitación en temas de salud</p> <p><u>Actividades</u></p> <p>.Elaboración y ejecución de dos talleres sobre: Aprender sin Dolor Y Buen trato en escolares, dirigidos a docentes.</p> <p>. Elaboración y ejecución de dos talleres teórico practico sobre: La Constitución y Salud, Promoción y Prevención de enfermedades crónico degenerativas, dirigido a padres de familia.</p> <p>. Elaboración y Ejecución de Charlas educativas sobre: Parasitosis Intestinales, higiene en escolares, salud bucal, infecciones de transmisión sexual, dirigido a niños y niñas de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" Timbara</p>	<p>y niñas. R3. ANEXO 4.</p>		<p>asistencia.</p> <p>Fotos.</p>	<p>JUNIO 2010</p> <p>MAYO Y JUNIO 2010</p>	<p>Ismael Apolo.</p>
---	----------------------------------	--	----------------------------------	--	----------------------

<p>R4.- La comunidad y el comité de nutrición participan activamente en la atención integral con los escolares.</p> <p><u>Indicador.</u></p> <p>El 70% de la comunidad y el 100% de los integrantes del comité participan activamente hasta octubre 2010</p> <p><u>Actividades.</u></p> <p>.Elaboración y estructuración del manual de Normas y procedimientos de salud.</p> <p>.Elaboración de material Educativo.</p> <p>. Coordinación con el servicio del Bar para elaborar recetas para lonchera escolar.</p>	<p>Se elaboro y se entrego a todos los Años de Educación Básica el Manual de Normas y Procedimientos de Salud y se coordino con el personal del Bar escolar para la elaboración de recetas las mismas que se demostraron en la Feria de la Salud R4. ANEXO 5.</p>	<p>Maestrante Personal del Puesto de Salud Timbara. Comité de Salud y Nutrición</p>	<p>Comunicaciones Manual de Normas y procedimientos de salud</p>	<p>OCTUBRE 2009-2010.</p> <p>MAYO-2010</p>	<p>Una Unidad Educativa debe contar con un Manual de Normas y procedimientos que guie los cuidados de Salud. Por lo que se elaboro este Manual y esta implementado en un 100% en esta unidad Educativa.</p>
---	---	---	--	--	---

El presente Proyecto se ejecuto con la perspectiva de mejorar la calidad de vida de los escolares de la Unidad Educativa "Ismael Apolo", de Timbara. Para lo cual se estableció el siguiente propósito:

PROPÓSITO: Fortalecer el programa de Escuelas Promotoras de la Salud en la Unidad Educativa "Ismael Apolo", en el periodo octubre 2009 a octubre del 2010.

INDICADOR.

El 100 % del programa de Escuelas Promotoras de la Salud fue ejecuto y realizado por la Maestrante, personal del Puesto de Salud Timbara, Comunidad Educativa y Comité de Salud y Nutrición.

Para lograr cumplir las actividades en su totalidad fue gracias al apoyo del Equipo de Salud de Timbara, comunidad Educativa "Ismael Apolo" de Timbara, Comité de Salud y Nutrición, los mismos que están constituidas por personas capacitadas, motivadas, que mantienen buenas relaciones interpersonales. Todo esto me permitió llegar a la consecución del:

FIN: Contribuir a mejorar la calidad de vida de los niños y niñas de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la parroquia Timbara.

10. CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

1. Es importante el contenido teórico y metodológico utilizado en la presente investigación ya que me permitió conocer la necesidad del fortalecimiento de las escuelas promotoras con el fin de contribuir con la problemática de salud en los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la Parroquia Timbara.
2. Los problemas de salud y particularmente los hábitos de higiene se encuentran muy disminuidos en los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa Ismael Apolo de la Parroquia Timbara, lo que obliga a fortalecer las escuelas promotoras como un aporte al normal desarrollo social y humano.
3. Garantizar una atención integral a los escolares, con convenios interinstitucionales para la prevención y promoción de salud con educadores y directivos para cumplir con el fortalecimiento del programa de escuelas promotoras. Involucrar a la comunidad y comité de nutrición con el puesto de salud para coordinar actividades.
4. Que los padres de familia deben incorporarse a los cursos de capacitación que a través del fortalecimiento de programas de escuelas promotoras se desarrollen con el fin de que tengan una mejor valoración de los riesgos que tienen los niños en el tema de salud.

11. RECOMENDACIONES

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda realizar un diagnóstico en los niños y niñas con el fin de conocer el estado de salud y de higiene en el que se encuentran para garantizar una atención integral a los escolares, con convenios interinstitucionales para la prevención y promoción de su salud.
2. Incorporar a los padres de familia y comunidad en general a los cursos y talleres previstos en el programa de escuelas promotoras con el fin de que tengan una mejor valoración de los riesgos que tienen los niños en el tema de salud, y poder acceder con cambios emergentes.
3. Fortalecer el programa de escuelas promotoras con el fin de apoyar con la problemática de salud en los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa “Ismael Apolo “de la Parroquia Timbara.
4. Promover campañas de hábitos de higiene y de enfermedades comunes en los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa “Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara, con la finalidad de contribuir en su desarrollo integral.

12. BIBLIOGRAFÍA

12. BIBLIOGRAFIA

1. Encuesta Demográfica y de Salud Materno Infantil. ENDEMAIN 2004. pg. 508. Las encuestas se vienen realizando a partir de 1987 en los años 1989; 1994; 1999; y 2004.
2. "Situación de la salud en el Ecuador" en Observatorio de la Economía Latinoamericana, Número 77, 2007.
3. DEVÍS, J. (Ed) (2000). Actividad física, deporte y salud, INDE, Barcelona.
4. OPS. Situación de Salud en las Américas. Indicadores básicos 2005. Washington, DC: OPS; 2005.
5. MSP, Plan de Atención Nacional para la atención del Adulto – Adulto Mayor,
6. INSTITUTO NACIONAL DE CENSOS DEL ECUADOR. 2006
7. MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA, Plan de Atención Nacional; 2007.
8. Quito, Marzo, 2007.
9. MSP/UNFPA/USAID, Manual de estándares, indicadores e instrumentos para la calidad de la atención materno-infantil, Quito, Septiembre 2006.
10. Registro Oficial No 423, Ley No 67, Ley Orgánica de Salud, Quito, 22 de Diciembre, 2006
11. MSP, Política Nacional de salud y derechos sexuales y reproductivos, Quito, Abril, 2005.
12. MSP/CONASA, Marco General de la Reforma Estructural de la Salud en el Ecuador, Quito, Julio 2005.
13. CONASA/MSP/MODERSA/OPS/UNFPA, Guía Metodológica para la conformación de los Consejos Cantonales y Provinciales de Salud, Quito, Junio 2005.
14. MSP/OPS/OMS, Programa de Extensión de Cobertura en Salud, en base a la atención Primaria y el Licenciamiento de los Servicios de Salud, Quito, Mayo de 2004.
15. Convenios de Programas de Cooperación en Salud vigentes: PASS/MSP/E (2005-2009), Convenio con el Fondo Global. Convenio con Holanda con mejoramiento de 10 hospitales.

16. Plan Nacional de desarrollo nacional. Directrices de Política del MSP 2002 – 2010.
17. MSP, Guía Nacional de Normas y procedimientos de Atención Integral a trabajadoras sexuales. Quito, mayo 2007.
18. MSP, Manual de Normas y procedimientos para la atención Integral de los y las Adolescentes. Quito, diciembre del 2005.
19. Guías para el Diagnóstico, Tratamiento y prevención de las Principales Enfermedades Crónicas No Transmisibles. Quito, Octubre, 2006
20. MSP/CONASA, Expediente Único para la Historia Clínica. Quito, agosto del 2007.
21. MSP/CONASA, Política Nacional de Investigación en Salud. 2007.
22. <http://www.eumed.net/coursecon/ecolat/ec/2007/gvd-salud.htm>
23. Currente Diagnosis & and treatment 2005
24. ECAM (The systemic theory of the living system part I,II,III)Ing. José Olalde.
25. Tratado de Medicina Interna. Cecil 22 edición.

13. ANEXOS

ANEXO 1

Solicitud para la ejecución del proyecto de tesis

Sr.

Lic. José Ulloa

DIRECTORA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO DE TIMBARA"

Presente.

Por medio de la presente me dirijo a Usted para expresarle un cordial saludo y éxito en sus delicadas funciones y a la vez solicitarle de la manera más comedida se digne autorizarme para la realización y ejecución de un Proyecto de Tesis sobre "FORTALECIMIENTO DEL PROGRAMA DE ESCUELAS PROMOTORAS EN LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO" DE LA PARROQUIA TIMBARA CANTÓN ZAMORA, PERIODO 2009 – 2010.

Por la favorable atención que se digne dar a la presente desde ya le antelo mis más sinceros agradecimientos.

Timbara, 15 de Octubre del 2009

Atentamente

Lcda. Nancy Pauta.

MAESTRANTE DE LA UTPL.

**ACTA DE CONFORMACION DEL COMITÉ GESTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“ISMAEL APOLO”.**

En la ciudad de Zamora, parroquia Timbara, en la Unidad Educativa “Ismael Apolo, a los dieciséis días del mes de Octubre del 2009 siendo las diez de la mañana y con la finalidad de conformar el Comité Gestor de la Unidad Educativa 2Ismael Apolo” y previa convocatoria por parte de mi persona , en calidad de Maestrante y mentora del proyecto de intervención nos reunimos: Representantes de las instituciones involucradas, actuando como secretaria Ad-honorem: Prof.: Emma Cuenca Guachisaca, se procede a la elección de las diferentes dignidades, luego de la misma quedo establecida de la siguiente manera:

Lic: José Ulloa Mazache

Srta. Jesica Maza Pérez

DIRECTOR DE LA ESCUELA

PRESIDENTA DEL CONSEJO ESTUDIANTIL

Sr: Elías Jiménez

PRESIDENTE DEL COMITÉ DE PADRES DE FAMILIA

Sr. Líder Gómez

PRESIDENTE DEL COMITÉ DE DESARROLLO COMUNITARIO

Siendo las doce horas se procede a la clausura de la sesión.

Prof. Emma Cuenca Guachisaca

SECRETARIA AD-HONOREM.

PLAN DE ACCIÓN ANUAL



UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO” TIMBARA

Año Lectivo: 2009 –2010

INDICADOR/ACCION A TRABAJAR	SITUACION ACTUAL	RESULTADOS ESPERADOS	ACTIVIDADES	FECHAS	RESPONSABLE
Unidad Educativa acreditada como Escuela Promotora de la Salud.	Unidad Educativa no acreditada como Escuela Promotora de la Salud	Unidad Educativa Ismael Apolo, inscrita como Escuela Promotora de la Salud, al finalizar el Proyecto	. Aplicación de ficha de identificación de la escuela .Conformación de comité gestor .Aplicación de ficha para determinar el índice de salud y saneamiento escolar. .Planificación del plan de acción anual	Octubre 2009 Junio 2010	Maestrante Director de la Unidad Educativa Ismael Apolo. Jefe del Departamento Educación para la Salud, de la Dirección de Educación y Cultura Zamora
Ejecuta al 100% las actividades, planificadas al finalizar el proyecto	El Puesto de Salud prioriza otros problemas	El Puesto de Salud prioriza el de promotoras Escuela Apolo”.	.Planificación reunión con padres de niños .Planificación de .Atención Integral a los escolares. .Feria de Salud.	Septiembre 2009 Octubre 2009 Mayo 2010	Maestrante Director de la Unidad Educativa “Ismael Apolo” Personal del Puesto de Salud Timbara. Comité de Salud y Nutrición.

				Junio 2010	
El 100% de la comunidad educativa recibe atención integral y capacitación en temas de salud	Los maestros no dan prioridad a temas de Salud	Comunidad Educativa recibirá Atención integral y capacitación en temas de Salud	<p>.Elaboración y ejecución de dos talleres sobre: Aprender sin Dolor Y Buen trato en escolares, dirigidos a docentes.</p> <p>. Elaboración y ejecución de dos talleres teórico practico sobre: La Constitución y Salud, Promoción y Prevención de enfermedades crónico degenerativas, dirigido a padres de familia.</p> <p>. Elaboración y Ejecución de Charlas educativas sobre: Parasitosis Intestinales, higiene en escolares, salud bucal, infecciones de transmisión sexual, dirigido a niños y niñas de la Unidad Educativa "Ismael Apolo"</p>	<p>Junio 2010</p> <p>Junio 2010</p> <p>Mayo y Junio 2010</p>	<p>Maestrante</p> <p>Personal del Puesto de Salud Timbara.</p>

<p>La Unidad Educativa "Ismael Apolo", cuenta con un Manual de normas y procedimientos de salud elaborados e implementados en un 100% al finalizar el proyecto.</p>	<p>Unidad Educativa "Ismael Apolo" no cuenta con un manual de normas y procedimientos en salud</p>	<p>Cuenta con un manual de normas y procedimientos de salud.</p>	<p>. Elaboración y estructuración del manual de Normas y procedimientos de salud. . Elaboración de material Educativo. . Coordinación con el servicio del Bar para elaborar recetas para lonchera escolar.</p>	<p>Mayo -2010 OCTUBRE 2009-2010.</p>	<p>Maestrante Personal del Puesto de Salud Timbara. Comité de Salud y Nutrición</p>
---	--	--	--	---	---

ELABORADO POR:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA U.E"ISMAEL APOLO "

Sr. Elías Jiménez

REPRESENTANTE DE PADRES DE FAMILIA

Lic. Nancy Pauta

MESTRANTE DE LA UTPL.

ANEXO 3

FOTOGRAFIAS DEL PROYECTO

FORTALECIMIENTO DE ESCUELAS PROMOTORAS.



Unidad Educativa Ismael Apolo



Puesto de salud de Timbara



Reunión con las Autoridades de la Unidad Educativa para la socialización del proyecto.



Socialización del proyecto con la Comunidad Educativa



Feria de la Salud



ANEXO 3

TALLERES DIRIGIDO A DOCENTES DE DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO”

COORDINADORA: Lcda. Nancy Pauta Remache.

FACILITADORA: Psc. Clín.Enith Cabrera Figueroa.

TALLER DIRIGIDO A : Docentes de la Unidad Educativa “Ismael Apolo” de la Parroquia Timbara.

TEMA: APRENDER SIN DOLOR y BUEN TRATO EN ESCOLARES.

LOCAL: Centro recreacional Timbara

FECHA: 18 y 23 de junio de 2010

NOMINA DE DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO”

Nº	NOMBRE DEL DOCENTE	AÑO QUE LABORA
1	Ilda Esperanza Tandazo Eras	Inicial
2	Diana Castillo Gordillo	Inicial
3	Santos Lidia Chamba Eras	Primero
4	Matilde Chuncho Macas	Segundo
5	Bolívar Cueva Sigcho	Tercero y Cuarto
6	José María Ulloa Hurtado	Quinto
7	Juana Yolanda Luzuriaga Cueva	Sexto y Séptimo
8	Nadia Angelita Torres Arias	Primero a Noveno
9	Rosa Carmita Placencia Saritama	Sexto a Noveno
10	Winston Patricio Cuenca Herrera	Octavo a Noveno
11	Sandra Carrión Macas	Octavo a Noveno
12	Norma Cecilia Gómez Márquez	Octavo a Noveno

AGENDA DE TALLERES SOBRE “APRENDER SIN DOLOR Y BUEN TRATO EN ESCOLARES” DIRIGIDO A DOCENTES DE DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO” DE LA PARROQUIA TIMBARA.

HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLES
08h0-08h30	Registro de asistencia	Lcda. Nancy Pauta
08h30-08h45	Inauguración del Taller	Lcda. Nancy Pauta
08h45-10h0	Introducción a la Terapia del Proceso I Parte.	Dra. Enith Cabrera F.
10h30-11h00	Refrigerio	Equipo Básico de Salud
11h00-13h00	Terapia del Proceso II Parte.	Dra. Enith Cabrera F.
13h00-14h00	Almuerzo	Equipo Básico de Salud.
14h00-16h00	Terapia del Proceso III Parte	Dra. Enith Cabrera F.
16h00-17h00	Análisis grupal	Dra. Enith Cabrera F.

CONTENIDOS PRIMER TALLER

DESARROLLO

I PARTE

Pensando en la creación

Pensando en mí

Cuanto puedo pensar en el otro.

II PARTE

Cuanto puedo sentir el cuerpo del otro

Puedo sentir que estoy acompañado al otro

Puedo observar si el otro quiere ser libre.

III PARTE

Puedo ser creativo al conducir el proceso

Siento afecto al tocar y ser tocado por el otro.

Análisis grupal

Cierre del proceso.

CONTENIDOS SEGUNDO TALLER

DESARROLLO

I PARTE

Cuadro de control de conductas y comportamientos

II PARTE

Principios del buen trato

III PARTE

Parámetros para la corrección y disciplina

Análisis grupal

Cierre del proceso.

**NOMINA DE PADRES DE FAMILIA CAPACITADOS SOBRE TEMAS DE SALUD,
POR PARTE DEL PERSONAL DEL PUESTO DE SALUD TIMBARA**

ORD.	NOMBRES Y APELLIDOS	LUGAR DE RESIDENCIA	EDAD AÑOS
1	Acacho Quezada Diana Elizabeth	Mirador	23
2	Andino Romero Génesis	Timbara	21
3	Andrade Ordóñez Berta Elena	Almendros	24
4	Andrade Ordóñez María Augusta	Almendros	38
5	Andrade Orellana Olivia	Timbara	24
6	Andrade Sánchez Vilma	Almendros	25
7	Anguasha Mayra Piedad	Timbara	26
8	Armijos Alina	Santa Rosa	34
9	Ávila Aguilar Julia	Timbara	36
10	Belduma Mayra Elizabeth	Timbara	24
11	Caamaño Acacho Juana	Bellavista	37
12	Cabrera Clotario	Tunantza Alto	36
13	Cabrera Digna	Almendros	28
14	Calva Pintado Liliana	Santa Rosa	29
15	Carrión Gonzales Nery Birmania	Almendros	38
16	Castillo Gordillo Diana	Timbara	32
17	Castillo Yomaira	Timbara	26
18	Chamba Alulima Ghina	Timbara	25
19	Chamba Alulima Narcisa	Timbara	22
20	Chamba Alulima Rosalinda	Timbara	34
21	Chamba Maritza	Timbara	28
22	Córdova Celso Heraldo	Timbara	37
23	Cuenca Catalina	Bellavista	39

24	Cuenca Guachisaca Emma	Almendros	37
25	Dávila Patricio	Timbara	36
26	Gaona Livia	Timbara	31
27	Gómez Urrego Líder Alberto	Timbara	39
28	González Marlene	Timbara	37
29	Gordillo Mera Lidia Emérita	Timbara	51
30	Gordillo Mera Lila Imelda	Timbara	53
31	Gualan Laura	Timbara	31
32	Gualan María Francisca	Santa Rosa	38
33	Guarán Sarango Rasa Vicenta	Santa Rosa	35
34	Gualán Shunaula Luz	Timbara	31
35	Guamá Manuel	Santa Rosa	54
36	Guaman Maza Alba Noemí	Timbara	26
37	Guayllas Paqui María	Timbara	34
38	Herrera Alexandra Elizabeth	Timbara	28
39	Jaramillo Fernando	Timbara	21
40	Jarro Chuqui Luz María	Almendros	41
41	Jarro Gueledel Luz María	Timbara	51
42	Jiménez Elías	Santa Rosa	56
43	Jiménez Mónica	Santa Rosa	26
44	Jiménez Verónica	Santa Rosa	31
45	Jumbo Maritza	Timbara	29
46	Kayap Tiwi Fernando Andrés	Bellavista	26
47	León Diana	Tunantza Bajo	29
48	León Prado Nelly Eudelina	Los Almendros	38
49	Maza Miriam	Timbara	39

50	Maza Nayeli	Santa Rosa	29
51	Medina Martha	Timbara	32
52	Mejía Polo Mariela	Timbara	31
53	Mijas Ruíz Walter Patricio	Timbara	29
54	Pacheco Rosa	Los Almendros	55
55	Pérez Cristina	Buena Ventura	50
56	Piedra Mercy	Timbara	29
57	Ramires Castillo Carina	Timbara	26
58	Rojas Zaquinaula Vilma	Timbara	29
59	Romero Pineda Rosa María	Timbara	41
60	Romero Segundo David	Timbara	37
61	Ruíz Paz Imelda	Timbara	54
62	Sánchez Javier	Santa Rosa	36
63	Santorum Nelly	Timbara	37
64	Santorum Torres Bernarda	Timbara	31
65	Sarango Guaman Rosa Maruja	Timbara	41
66	Sarango María Laura	Timbara	42
67	Sarango Rosa Aurelia	Santa Rosa	36
68	Silva Carlos	Tunantza Alto	32
69	Sucunuta Roció	Timbara	26
70	Tandazo Eras Ilda	Timbara	36
71	Tinizaray Jara Ofelia	Santa Rosa	38
72	Tinizaray Méndez Kerly Melisa	Timbara	19
73	Toro Andrade Andrea Carolina	Los Almendros	21
74	Ulloa Carmen	Timbara	27
75	Ulloa José	Timbara	51

76	Valarezo Melva	Timbara	25
77	Villagomez Marco	Buena Ventura	36
78	Villagomez Verónica	Bellavista	27
79	Zamareño Diana	Timbara	26
80	Zamareño Patricia	Timbara	32
81	Zambrano Alexandra	Timbara	34

TALLERES DE CAPACITACIÓN DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA ISMAEL APOLO.

Con la finalidad de cumplir las expectativas que se requiere en el fortalecimiento de escuelas promotoras, para el desarrollo integral de los niños y niñas de la escuela Ismael Apolo se procedió a la realización de dos talleres de capacitación dirigido a los padres de familia. Constitución de la República del Ecuador: Derecho a la Salud, Promoción y Prevención de Enfermedades crónico degenerativas.

TALLERES.

1. DATOS GENERALES

TEMAS. Constitución: Derecho a la Salud, Promoción y Prevención de Enfermedades crónico degenerativas.

METODOLOGÍA. Se inicia con un preámbulo sobre los temas, por parte de la Coordinadora, luego el facilitador que fue el Dr. Enrique Ramón, Dr. Santiago Arévalo y Lic. Nancy Pauta, que dieron a conocer las referencias bibliográficas del tema, para posteriormente proceder a realizar grupos de trabajo con los asistentes quienes luego expusieron las ideas principales y secundarias.

DIRIGIDO. Padres de familia de la Unidad Educativa "Ismael Apolo"

Fecha. 2 y 11 de Junio del 2010

Tiempo. 16 horas los dos taller.

Coordinadora: Lic. Nancy Pauta.

CONTENIDOS DEL PRIMER TALLER

CONSTITUCIÓN: DERECHO A LA SALUD

La Salud si bien como derecho, Históricamente a estado garantizada en la constitución pero el ejercicio de este derecho jamás lo hemos hecho los ciudadanos, y en la práctica real esta garantía del derecho a la salud no se daba, pues los recursos del estrado destinados a esta cartera no eran los suficientes, las políticas Nacionales de salud en su agenda lo consideraban a la Salud como gasto público, a mas el modelo de atención miraba con énfasis la atención de morbilidad, en fin se actuaba desde la tradicional perspectiva biologista. Hoy se ha roto este paradigma los recursos para salud son una inversión, el nuevo modelo de atención integral nos permite Universalidad, equidad, solidaridad con enfoque de género con relaciones de interculturalidad privilegiando el buen vivir.

La Constitución garantiza un servicio de salud con calidad

En el Art. 362 establece que: “La atención de salud como servicio público se prestará a través de las entidades estatales, privadas, autónomas, comunitarias y aquellas que ejerzan las medicinas ancestrales alternativas y complementarias. Los servicios de salud serán seguros, de calidad y calidez, y garantizarán el consentimiento informado, el acceso a la información y la confidencialidad de la información de los pacientes.

La Constitución garantiza que los servicios públicos estatales de salud serán universales y gratuitos en todos los niveles de atención y comprenderán los procedimientos de diagnóstico, tratamiento, medicamentos y rehabilitación necesarios”¹¹.

Considera que el texto constitucional propende a fortalecer el sistema nacional de salud y la red pública integrada de los servicios. Incluso la Constitución también determina un financiamiento al sistema de salud.

Incluso, la Constitución va mucho más lejos de la gratuidad de los medicamentos y garantiza esa universalidad y gratuidad en los procedimientos de diagnóstico, tratamiento, y de la rehabilitación necesaria.

Servicios

Para la especialista, el mayor alcance del texto constitucional, contenido en el artículo 362 es el que resalta que los servicios de salud serán seguros, de calidad y calidez. Estos principios deberían ser asumidos en todo los servicios públicos y no, solamente, en los de salud, aunque, se espera, desde luego mejor trato para las personas que están enfermas.

La Constitución tiene un adelanto más y es el contenido en el artículo 363, el que se refiere a la “Formulación de políticas públicas que garanticen la promoción,

¹¹ **CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR**, Ob. Cit. Art. 362, pág. 172.

prevención, curación, rehabilitación y atención integral en salud y fomentar las prácticas saludables en los ámbitos familiar, laboral y comunitario¹².

Garantizar la disponibilidad y acceso a medicamentos de calidad, seguros y eficaces, regular su comercialización y promover la producción nacional y la utilización de medicamentos genéricos que respondan a las necesidades epidemiológicas de la población.

Y especifica que el acceso a medicamentos, los intereses de la salud pública prevalecerán sobre los económicos y sociales.

Medicamentos

Cuando se menciona medicamentos seguros, eficaces y de calidad se habla de ética: Para garantizar calidad los laboratorios deben seleccionar las materias primas y materiales, dar seguimiento a los procesos de manufactura y mantenimiento, verificar las especificaciones en el producto terminado. Realizar seguimiento al producto en etapa de post comercialización.

Controlar, estandarizar y validar las buenas prácticas de manufactura, con proveedores de materias primas, procedimientos de limpieza de desinfección en áreas de fabricación y de equipos, envases y empaques.

La eficacia se mide con buenas prácticas de manufactura, para el establecimiento del espacio de vida útil y anuncio de la fecha de expiración, bajo condiciones de

¹² **CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR.** Ob. Cit. Art. 363, pág. 172.

almacenamiento predefinidos, verificar que el medicamento libera los principios activos con la velocidad y en el sitio adecuado para garantizar una uniformidad de respuesta.

El Ministerio de Salud, de acuerdo al nuevo texto constitucional será y actuará como garante del cumplimiento de todos estos derechos.

El artículo 361 dice que: "El Estado ejercerá la rectoría del sistema través de la autoridad sanitaria nacional, será responsable de formular la política nacional de salud, y normará, regulará y controlará todas las actividades relacionadas con la salud, así como el funcionamiento de las entidades del sector"¹³.

Bajo esta perspectiva los actores del sector Salud debemos actuar con responsabilidad y fomentar acciones de promoción que permitan el conocimiento de este derecho plasmado en la constitución y legitimado por la mayoría de los ecuatorianos, el ejercicio de este derecho y de todos los derechos y deberes de los ciudadanos, nos permitirá abrir un camino hacia un nuevo horizonte y mirar con optimismo el futuro de un país grande con sus habitantes ejerciendo ciudadanía.

¹³ **CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR.** Ob. Cit. Art. 361. pág. 171.

CONTENIDOS DEL SEGUNDO TALLER

PROMOCIÓN PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICO DEGENERATIVAS.

Metodología: Constitución de grupos y distribución de materiales de trabajo, Lectura dirigida de los artículos pertinentes, socialización del aprendizaje por grupos, plenaria

Como su nombre lo indica son enfermedades degenerativas que en su gran mayoría comienzan a aparecer desde la cuarta década y en nuestro país es más acentuado a inicios de la cuarta década. Quizá existan muchas determinantes, que no es el caso analizar, sin embargo me permitiré hacer un análisis de las principales enfermedades crónico degenerativas de nuestro medio, desde la perspectiva de que estas son prevenibles y aun padeciéndolas permiten una calidad de vida aceptable, pero el desconocimiento de la promoción y prevención de estas enfermedades a permitido que muchos adultos mayores no tengan una optima calidad de vida que se mengua por estas en muchos casos causan eventos y secuelas que se transforman en discapacidades.

Debe resignarse a vivir con una enfermedad crónica

Toda enfermedad crónica degenerativa es incurable según el paradigma que priva en muchos profesionales de la medicina, sin embargo, la medicina sistémica ofrece alternativas para no resignarse a empeorar.

Por enfermedad crónica degenerativa, como su definición bien lo dice, se entiende un conjunto de enfermedades que aparecen típicamente después de los 30 años de edad y que están presentes por años; que empeoran con el paso del tiempo, es decir, son ese grupo de enfermedades que cuando son diagnosticadas por el médico, éste le dice al paciente "ESTA ENFERMEDAD ES INCURABLE Y DEBE TOMAR TRATAMIENTO POR EL RESTO DE SU VIDA". Por lo tanto toda enfermedad crónica degenerativa es incurable según el paradigma actual que priva en los profesionales de la medicina.

Esta información ofrecida de forma reiterada al paciente por un médico o por más de uno (como suele suceder), hace que el paciente se resigne a tomar un tratamiento para el alivio de los síntomas por el resto de su vida, y a perder la esperanza de volver a ser un individuo saludable y en muchos casos útil a la sociedad. Esta situación genera una gran frustración y limita el accionar diario de este grupo de pacientes, haciéndolos sentir una carga para la familia y/o la sociedad en la que viven

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

ATAQUE CARDIACO (INFARTO AL MIOCARDIO)

Aquella condición que se produce cuando no llega suficiente sangre y oxígeno a una parte del músculo del corazón (miocardio), lo cual eventualmente ocasiona muerte (infarto) de la región cardíaca afectada

Riesgo Para una Enfermedad del Corazón:

1. Factores de riesgo que no pueden ser modificados:

Herencia/factores genéticos.

Sexo masculino.

Edad.

2. Factores de riesgo que pueden ser modificables:

Fumar cigarrillos.

Alta presión arterial.

Dislipidemias.

3. Otros factores de riesgo, los cuales también pueden ser modificados:

Diabetes sacarina

Actividad física.

Estrés.

SIGNOS Y SÍNTOMAS

Presión incómoda, sentido de llenura, de apretón o dolor en el centro del pecho que puede durar dos minutos o más.

El dolor puede radiar hacia ambos hombros, cuello, mandíbula inferior o ambos brazos.

Cualquiera o todos de los siguientes síntomas: mareo, sudoración, náusea o

respiración dificultosa.

No todos estos signos y síntomas ocurren en cada tipo de ataque cardíaco: Muchas de las víctimas podrán negar el estar sufriendo un ataque cardíaco.

APOPLEJÍAS

Una apoplejía es una enfermedad cerebro vascular que afecta el suministro de sangre del cerebro.

Factores patológicos/de riesgo:

La presión alta y la aterosclerosis.

Aumentan los riesgos de que se produzca una apoplejía.

Efectos

La apoplejía puede afectar los sentidos, el habla, el comportamiento, el procesamiento de ideas y la memoria, o causar parálisis, estado de coma o la muerte.

El resultado de una apoplejía produce la pérdida de sensación o función del cuerpo pero un área determinada del cuerpo puede recibir el choque. Por ejemplo, la mano y la pierna derecha pueden quedar paralizadas, pero la mano y la pierna izquierda pueden funcionar normalmente. Esto se debe a que una apoplejía daña un lado (hemisferio del cerebro; cada lado del

cerebro controla las funciones en el lado opuesto del cuerpo.

Diagnóstico.

Examen físico y neurológico.

Pruebas de Laboratorio.

Tomografía computarizada (CT) o imágenes por resonancia magnética (MRI).

Signos y síntomas:

Debilidad súbita o adormecimiento de la cara, la mano y la pierna, generalmente, de un solo lado.

Pérdida del habla y dificultad para hablar o entender.

Pérdida de visión en un ojo.

Mareos inexplicables, falta de equilibrio o caídas.

Dolores de cabeza agudo y súbito.

Ataque pasajeros:

Procedimientos de rehabilitación en el hogar en el hogar:

Según sea el caso, la meta es volver a ser lo más independiente y productivo posible: La terapia de rehabilitación requiere determinación, paciencia y una actitud positiva.

CÁNCER

El Cáncer no es solo una Enfermedad sino un Gran Grupo de enfermedades, el cáncer se caracteriza por un crecimiento y propagación descontrolada de células anormales. El cáncer es una enfermedad complicada para entenderse debido a que las células del propio cuerpo se convierten en el propio enemigo:

FACTORES DE RIESGO; ¿QUE CAUSA EL CÁNCER?

Genética.

Factor de Huésped.

Químicos.

Dieta y Cáncer.

Virus.

Radiación.

DETECCIÓN, EVALUACIÓN, Y TRATAMIENTO DEL CÁNCER

La Evaluación se Refiere a la búsqueda por una Enfermedad en Individuos Aparentemente Saludables

LOS SIGNOS DE ADVERTENCIA DEL CÁNCER

Cambios en los hábitos intestinales o de la vejiga.

Hemorragias o secreciones no comunes.

Engrosamiento o una masa en los senos o en cualquier otro lugar del cuerpo.

Indigestión o dificultad para tragar.

Cambios evidentes en una verruga o lunar.

Tos seca o ronca.

ENFERMEDADES METABÓLICAS

Diabetes Sacarina

La Diabetes Sacarina es una enfermedad en la cual el cuerpo no produce o utiliza apropiadamente la Insulina.

Complicaciones de la Diabetes Sacarina

Las complicaciones que afectan los ojos, riñones, nervios, y vasos sanguíneos principales son evidentes en muchos diabéticos de los cincuenta a veinte años.

Se piensa que las complicaciones resultan de los efectos del constante exceso en los niveles de la glucosa sanguínea, lo cual induce reacciones adversas que de otra manera no hubiese ocurrido.

Una Diabetes bien controlada y con la atención y manejo apropiado puede prevenir o reducir el grado de severidad de muchas de estas complicaciones.

Los siguientes signos y síntomas puede advertir el comienzo de una diabetes.

Sobrepeso (específicamente sobregrasa).

Letargia.

Infecciones en la piel.

Demora en la cicatrización de heridas/cortaduras.

Visión borrosa.

Una sensación de hormigueo y adormecimiento de las manos y pies.

Tratamiento.

De acuerdo al tipo de diabetes.

Dieta.

Ejercicio.

ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

Asma (Asma Bronquial)

El asma es una enfermedad respiratoria crónica caracterizada por ataques cortos de ruidos silbantes, dificultad en la respiración, corto de respiración y espasmos en los tubos bronquiales.

Causas:

Factores que pueden inducir un ataque asmático:

Polen.

Mohos.

Pelo de animales

Polvo.

Infecciones.

Ciertas comidas.

El humo del cigarrillo.

Aire frío o contaminado.

Productos químicos.

Ansiedad, estrés y muchos otros factores.

Diagnóstico:

Examen pulmonar:

Signos y síntomas:

Falta de aliento.

Silbido al respirar.

Opresión en el pecho.

Dificultad para respirar.

Tratamiento:

Medicamentos: Cromolyn sodium,

Teofilina, Beta agonistas, Corticosteroides:

Medidas preventivas:

Evitar los factores irritantes.

Eliminar del ambiente la mayor cantidad posible de alérgenos.

No fumar y evitar estar cerca de fumadores.

No salir cuando el aire está muy contaminado o hace mucho frío.

Use humidificadores y beba mucho líquido para diluir la mucosidad.

OSTEOPOROSIS

Proceso degenerativo caracterizado por la rarefacción anormal del hueso, que sucede con mayor frecuencia en mujeres pos menopáusicas, en personas sedentarias o inmovilizadas y en enfermos en tratamiento con corticosteroides.

Causas

Hereditarios

Estilos de vida

Genéticos

Autoinmunes

Diagnóstico

Clínico

Laboratorio

Tratamiento

Se dirige hacia la prevención de pérdida adicional de la masa ósea o a un incremento en la densidad de la misma.

ENFERMEDADES REUMÁTICAS

ARTRITIS (INFLAMACION DE LAS ARTICULACIONES)

Fiebre reumática

Lupus eritematoso

Síntomas

Dolor articular.

Entumecimiento de las articulaciones.

Fiebre o indicaciones de otras enfermedades no están presentes.

Espondilitis anquilosítica. Dolor en la espalda baja y piernas.

Tratamiento

No existe ninguna cura conocida para la artritis.

El tratamiento se dirige en aliviar el dolor y la inflamación.

Existen otras enfermedades que son menos frecuentes a continuación las enumerare: Alzheimer, Parkinson, EPOC, Enfermedades neuromusculares,

Miastenia gravis, Osteoporosis, SIDA. Etc.

Los resultados esperados tienen relación con el aprendizaje que obtuvieron los padres de familia y que constan en los preceptos constitucionales y en lo que se refiere a enfermedades crónico degenerativas, siendo necesario que procedan a reflexionar sobre la contribución en el mejoramiento de la calidad de vida de los niños y niñas de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la Parroquia Timbara. De la evaluación realizada se desprende que los padres de familia asimilaban adecuadamente los contenidos de los talleres.

**NOMINA DE ALUMNOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO" DE LA
PARROQUIA TIMBARA.**

PRIMER AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Carrión Luis Alfonso
2	Andrade cuenca Ángel Martín
3	Armijos González Luis Pablo
4	Balseca Mejía Steven Joel
5	Condolo Gualan Jonatán Michael
6	Lozano Guaman Steven Ilter
7	Piedra Andrade Brando Sebastián
8	Piedra Maza Jorge Alexander
9	Vega González Mario David
10	Villalta Gordillo Lenin Santiago
11	Tinizaray Medina Josué Alejandro
12	Zamareño Sucunuta Jheremi Alejandro
13	Andrade Chamba Jenny Anabel
14	Alcivar Tandazo Luisana Yamile
15	Dávila Granda Gisela Elizabeth
16	Jaramillo Villagomez Shakira Magali
17	Ordóñez Andrade Daniela
18	Ulloa Mazache Katherine Ibeth
19	Valarezo Zambrano Da maris Marisol

SEGUNDO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Jiménez Hernán Alejandro
2	Andrade Cuenca José Antonio
3	Faicán León Wilson Stalin
4	López Rojas Elvis Manuel
5	Maza Tinizaray Maiken Andrey
6	Ordóñez León Juan Pablo
7	Quispe Sarango Cristian David
8	Sarango Contento Carlos Yhanik
9	Sucunuta Jarro Ángel Elías
10	Zamareño Gordillo Yerik David
11	Zhingre Cabrera Kevin Joel
12	Córdova Zamareño Ingrid Fernanda
13	Chamba Cuenca María Fernanda
14	Gualan Seraquive Luz María
15	Guazhima Cango Milena Micaela
16	Jaramillo Villagomez Cándida Liliana
17	López Núñez Estefanía Abigail
18	Zhingre Cabrera Silka Rubí

TERCER AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Caamaño W. Roque J.
2	Dávila G. Luis A.
3	Márquez J. Ronal F.

4	Ortega S. José David
5	Romero T. Frisón R.
6	Sánchez S. Wellington V.
7	Cuenca A. Nayda A.
8	Faicán L. Darlid
9	Gualán C. Anabel E.
10	Jiménez C. Marjorei A
11	Jiménez V. Germania J.
12	Moncayo G. Karen L.
13	Maza T. Itati
14	Santorum T. Dayana
15	Sarango C. Joselyn I.
16	Seraquive C. Araceli L.

CUARTO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Jiménez Dixon A.
2	Córdova Samareño Robinson
3	Gómez Gómez Darling M.
4	Jiménez Sarango Jhandry
5	Lozano Gualan Johnny
6	Márquez Jumbo David D.
7	Rosales Ávila Richard O.
8	Zamareño Sucunuta Raúl
9	Chamba Cuenca José Fabricio
10	Balseca Mejía Jeniferth
11	Livisaca Andrade Odalis

12	Morocho Pérez Diana
13	Ordóñez Gordillo Carol J.
14	Sarango Guaman Rosa E.
15	Valarezo Sambrano Maritza

QUINTO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Cuenca Luis Antonio
2	Chamba Armijos Jean Ariel
3	Chamba Tinizaray Ribaldo
4	Faicán Jasón Fabián
5	Gualan Sarango Wilson
6	Maza Tinizaray Beismer
7	Morocho Guillas Pedro
8	Sánchez Sarango Xavier
9	Santorum Torres Danny
10	Seraquive Anderson

SEXTO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Gordillo Jordi W.
2	Castillo Zamareño Diego F.
3	Dávila Granda Carlos Mario
4	Jumbo Sarango Carlos Jimmy
5	Mijas Rivera Leonel Sebastián

6	Romero Tinizaray Wellington
7	Sucunuta Abad Jefferson A.
8	Sucunuta Jarro Carlos Alfredo
9	Andrade Carrión Maricarmen
10	Anguasha Caamaño Alexandra
11	Ávila Aguilar Claudia F.
12	Balseca Mejía Sthefany
13	Córdova Zamareño Melliza Y.
14	Jumbo Jaramillo Dennis e L.
15	Meza Zamareño Evelyn A.
16	Moncayo Gaona Angie Marina
17	Santorum Torres Ximena L.
18	Valarezo Z. Nataly Rocío
19	Zhingre Cabrera Carmen E.

SEPTIMO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Gordillo Silva Jaime David
2	Gualan Seraquive Magali Azucena
3	Iñiguez Piedra María Isabel
4	Jaramillo Villagomez Yuri Filomena
5	Morocho Guayllas José Luis
6	Prado León Mariuxi Honorina
7	Ruíz Gualan Anderson Israel
8	Sarango Gualan Luis Fernando
9	Santorum Torres Manuel Alexander

OCTAVO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Ganchala Sucunuta Alex
2	Jaramillo Villagomez Jefferson
3	Mera Ruíz Jorge I.
4	Morocho Pérez Marco
5	Quispe Sarango Claudio
6	Romero Tinizaray Jeison
7	Sarango Víctor Marcelo
8	Aguilar Sucunuta Betzabet
9	Andrade Carrión Adriana
10	Cabrera Sambrano Liliana
11	Chamba Armijos Cristi
12	Cuenca Cuenca Elizabeth
13	Iñiguez Piedra Guiguí
14	Piedra Iñiguez Enid
15	Sucunuta Jarro Mayra

NOVENO AÑO

ORD.	APELLIDOS Y NOMBRES
1	Andrade Gordillo Jhonson Andrés
2	Andrade Carrión Gisela
3	Anguasha Caamaño Andy
4	Chamba Armijos David Luis
5	Dávila Granda Dayana Elizabeth
6	Dávila Granda Edison Patricio

7	Guaman Maza Paola Paulina
8	Maza Pérez Jessica Elizabeth
9	Morocho Guayllas Diego Adolfo
10	Sarango Gualan Rosa Elizabeth
11	Tinizaray Chamba Adonis Alfredo
12	Valarezo Zambrano Ana Piedad

DESARROLLO DEL PLAN DE EDUCACION

ANTECEDENTES.

La educación y la salud son los pilares básicos para el desarrollo de las sociedades éste enunciado es reconocido por todos los gobiernos e instituciones públicas y privadas que trabajan por el desarrollo armónico de las colectividades

En cuanto a atención integral es una estrategia valiosa que facilita que los niños y niñas adquieran desde lo individual habilidades de una vida mejor, en ejercicio de sus derechos; y desde lo colectivo propicia un conjunto de intervenciones que posibilita mejorara los ambientes escolares y de manera general donde los niños estudian y viven, sobre la base de políticas públicas que favorecen el compromiso y una amplia participación intersectorial y comunitaria.

El estado asegura y garantiza el derecho a la vida desde su concepción; a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición, a la educación y cultura, al deporte y recreación, a la seguridad social, a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social, al respeto a su libertad y dignidad, y a ser consultados en los asuntos que les afecte.

Los ministerios de Educación y Salud han realizado varios eventos para el intercambio de experiencias y fortalecimiento de la atención integral en escolares.

OBJETIVOS:

GENERAL

Reforzar conocimientos sobre salud para mejorar la calidad de vida de los escolares

OBJETIVOS ESPECÍFICO

Concientizar mediante charlas educativas sobre parasitosis para disminuir el índice de morbilidad.

Cultivar sobre buenos hábitos de higiene en escolares

Reconocer la importancia de la salud bucal para tener una buena salud general

METODOLOGIA.

Técnicas:

Expositivas mediante charlas (proyector), pizarra, gigantografías

Participación de los escolares (lluvia de ideas)

Compromisos

TEMAS A EXPONER:

Parasitosis intestinal

Higiene en escolares

Salud bucal

RESULTADOS ESPERADOS:

Escolares con conocimientos suficientes en parasitosis intestinal, higiene en escolares y salud bucal.

PROGRAMA DE CHARLAS EDUCATIVAS SOBRE PARASITOSIS INTESTINAL, HIGIENE EN ESCOLARES, SALUD BUCAL DIRIGIDO A NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA "ISMAEL APOLO"

FECHA	ACTIVIDADES	TEMAS	MATERIALES	RESPONSABLES	N° PARTICIPANTES	PRESUPUESTO	
						Concepto	Valor a gastar
Mayo-Junio 2010.	Charla Educativa	Parasitosis Intestinal	Material educativo Rota folios	Lic. Nancy Pauta. Maestrante	133 escolares	Copias.	6.65
						Tiza liquida	4.00
						Material educativo	200
						Esteros	10.00
						Alimentación.	150
Mayo-Junio 2010.	Charla Educativa	Higiene en Escolares	Material educativo Rota folios	Lic. Nancy Pauta. Maestrante	133 escolares	Copias.	6.65
						Tiza liquida	4.00
						Material educativo	200
						Esteros	10.00

						Alimentación.	150
Mayo- Junio 2010.	Charla educativa	Salud Bucal	Carpetas Esferos Hojas Proyector	Lic. Nancy Pauta. Maestrante	133 escolares	. Copias Tiza liquida Material educativo Esteros Alimentación	6.65 4.00 200 10.00 150

Elaborado por:

Lic. Nancy Pauta
MAESTRANTE

DESARROLLO DE TEMAS

PRIMER TEMA

PARÁSITOS INTESTINAL

Son organismos vivos que viven a expensas de otros, no los podemos ver a simple vista, estos se introducen a nuestro organismo a través de la boca cuando ingerimos alimentos o agua contaminada y además por la piel cuando caminamos descalzos, causando serios problemas de salud y por consecuencia un bajo rendimiento en el aprendizaje.

Tipos de parásitos

Amebiasis

Infección del intestino o del hígado, su agente causal es la Entamoeba, Histolytica, adquirida por la ingestión de alimentos o agua contaminada con heces infectadas.

La amebiasis leve suele ser asintomática

La infestación grave suele ocasionar:

- Diarrea profusa
- Dolor abdominal agudo
- Ictericia
- Anorexia
- Pérdida de peso
- Náusea y vomito
- Palidez

COMPLICACIONES MÁS FRECUENTE EN EL ORGANISMO

Amebiasis Hepática

Absceso hepático

Amebiasis Pulmonar

Absceso pulmonar

Amebiasis Pericárdica

Inflamación en el pericardio

Amebiasis Cerebral

Absceso cerebral

Áscaris

El agente causal es el áscaris lumbricoide mide de 15 a 20 cm de longitud, el huevo del áscaris ingresa por la boca, a nivel del intestino ,se rompe la pared del quiste dando lugar a la formación de larvas que atraviesan la mucosa por medio de la circulación linfática va hacia el hígado y a través de la vena porta llega hacia el corazón y luego es transportada al pulmón donde permanece de 6 a 9 días y luego por la tráquea y va hacia el esófago y es deglutido hacia el intestino, donde da lugar a la formación adulta

Síntomas:

- Distensión abdominal
- Diarrea
- Dolor abdominal
- Esteatorrea eliminación de grasa en heces
- Prurito anal
- Obstrucción intestinal
- Apéndice aguda. **Giardiasis**

Es causada por la giarda lamblia que ingresa por la boca al igual que el resto de parásitos se localiza en el intestino delgado.

Síntomas:

Diarrea tipo pastosa fétida

Dolor a nivel intestinal

Teniasis

Son parásitos planos en forma de cinta y con anillos este gusano es muy grande.

Tenia saginata	25 metros de longitud	(ganado bovino)
Tenia solium	7 metros	(cerdo)
Tenia del pez	10 metros	(pez)

Estas se adhieren a la mucosa intestinal de donde toman los nutrientes, su función es dada por la ingesta de alimentos: especialmente carne de res, cerdo, pescado contaminado y mal cocidos

Síntomas:

- Nauseas y mareo
- Diarrea
- Dolor abdominal
- Anorexia
- Pérdida de peso
- Irritabilidad
- Fatiga
- Anemia.

Oxiuriasis

Son parásitos pequeños y delgados como hebras de hilo.

Las hembras ponen miles de huevecillos en la región peri anal durante la noche

Síntomas:

- Prurito anal
- Urticaria
- Tos
- Disnea
- Bronco espasmo
- Dolor epigástrico
- Nauseas.

Medidas de prevención

- Lavarse las manos con agua y jabón: al levantarse, antes de: comer, cocinar y después de salir del baño.
- Lavar bien las frutas y verduras antes de comer
- Hacer hervir el agua por 10 minutos para tomar
- Cocinar bien los alimentos
- Usar zapatos siempre
- Recortarse bien las uñas de las manos y pies
- Tapar los alimentos y agua para evitar que las moscas y cucarachas contaminen
- No comer alimentos que venden en las calles
- Bañarse bien todos los días
- Cambiarse de ropa interior todos los días previos planchados
- No permitir que animales como: perros, gatos, cerdos entren en la casa
- Sacar las cobijas al sol
- No arrojar basura, ni realizar las deposiciones al aire libre para evitar contaminación.

HIGIENE EN ESCOLARES

DEFINICIÓN

Son normas saludables que se debe practicar para adquirir actitudes y hábitos adecuados para prevenir diferentes problemas de salud

HIGIENE DE:

La piel

La piel constituye una de las primeras barreras del organismo para defenderse de las agresiones del medio, es además un órgano de relación porque en ella está el sentido del tacto. Es aconsejable ducharse (mejor que bañarse) diariamente o al menos tres veces en semana y hacerlo preferentemente por la noche, pues así el cuerpo se relaja y descansa mejor. Se deben utilizar jabones que no irriten. Es mejor utilizar nuestras propias manos haciendo masaje

- Las niñas durante la menstruación deben ducharse diariamente

Independientemente de la ducha diaria hay que lavarse la cara y las manos las veces que sean necesarias.

El cabello

El cabello se ensucia con mucha facilidad y acumula el polvo, las secreciones del cuero cabelludo y su descamación (la caspa). Es aconsejable lavarlo 2 ó 3 veces a la semana en función del tipo de cabello (graso, seco) y teniendo en cuenta frotar con las yemas de los dedos, nunca con las uñas, y realizar al final un buen enjuagado para no dejar restos de jabón.

Estas medidas generales deben de modificarse en casos especiales como en el supuesto de existir piojos:

- Revisión periódica del pelo.
- Ante la aparición de piojos usar un champú adecuado
- El éxito del tratamiento radica en aplicar el antiparasitario a todos los niños y adultos al mismo tiempo y repetir la operación de nuevo a la semana

Las manos y las uñas

Las manos, por su relación directa y constante con el medio, son uno de los más importantes vehículos de transmisión de infecciones. Hay que lavárselas con agua y jabón

Antes de:

- De clasificar los alimentos y guardarlos
- Preparar los alimentos
- **Servir o ingerir los alimentos**

Después de:

- Utilizar el servicio higiénico
- Atender un enfermo
- Cambiar pañales
- Manipular basura
- Tocar animales domésticos
- Manipular alimentos crudos

Los oídos

Se lavará diariamente las orejas y el oído externo con agua y jabón, evitando la entrada de agua en el oído medio, esto se logra inclinando la cabeza hacia el lado que se está limpiando.

Los bastoncillos de algodón se deben utilizar sólo para secar los pliegues pero nunca para la limpieza del oído, ya que empujarían la cera dentro en lugar de eliminarla, y contribuye a la formación de tapones.

Los ojos

Aunque los ojos tienen un mecanismo propio de limpieza, construido por el sistema lacrimal se deben lavar diariamente con agua, al levantarse para eliminar las lagañas producidas durante el sueño.

La nariz

La nariz además de tener una función fundamental en el sentido del olfato, interviene en la respiración acondicionando el aire para que llegue a los pulmones con la temperatura y humedad adecuada y libre de partículas extrañas, la limpieza de la nariz consiste en la eliminación del moco y las partículas retenidas con el paso del aire.

Los niños/as deben llevar siempre un pañuelo limpio y evitar tocarse la nariz con las manos sucias, pues pueden producirse infecciones por contaminación.

Los genitales

Los genitales, al estar tan próximos a los orificios de salida de la orina y las heces. Son una parte del cuerpo que requiere especial atención. Tanto la vulva como el pene tienen una serie de pliegues que hay que separar para lavarlos correctamente, ya que estos facilitan la acumulación de restos de orina y secreciones diversas.

Las niñas deben lavarse de delante hacia atrás; para no arrastrar restos de heces a la vagina. La regla no contraindica la limpieza, por el contrario, exige una mayor frecuencia.

Los niños deben bajar la piel del prepucio y limpiar el glande.

Los pies

La limpieza de los pies es de gran importancia, ya que al estar poco ventilados por la utilización del calzado es fácil que se acumule en ellos el sudor que favorece la aparición de infecciones y mal olor. Hay que lavarlos diariamente y es fundamental un buen secado, sobre todo entre los dedos, para evitar el desarrollo de posibles enfermedades. Las uñas de los pies al igual que las de las manos, se cortarán frecuentemente y en línea recta para evitar encarnaduras.

Los zapatos deberán ser cómodos, preferentemente de materiales naturales, para facilitar la transpiración y adecuados al tamaño del pie.

La ropa y el calzado

Es indispensable cambiarse de ropa después de la ducha o baño. La ropa interior se deberá cambiar diariamente.

Los niños/as deberán llevar ropas cómodas, no muy ajustadas de fácil lavado y adecuadas a cada momento y situación del día.

Para dormir tendrán que utilizar ropa amplia y diferente a la usarla durante el día.

Los zapatos, como ya hemos dicho anteriormente, deben ser cómodos y adecuados al tamaño del pie.

En el deporte

Al hacer ejercicio la sudoración aumenta por lo que hay que ducharse después de practicar cualquier deporte.

En la escuela

La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. Para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano.

Mobiliario:

Las mesas y las sillas deben de ser adecuadas al tamaño de los niños para que puedan mantener una postura correcta.

Sanitarios:

Tienen que estar adaptados al tamaño de los niños para que puedan usarlos correctamente.

Habrá papel, jabón y toallas a disposición de cualquier alumno.

Es natural que el niño rechace el uso del servicio fuera del hogar si lo encuentra sucio. En ese caso debemos acompañarlo para indicarle qué debe hacer en esas situaciones y limpiar el asiento, en la medida de lo posible, con papel higiénico para que pueda utilizarlo.

SALUD BUCAL

Estudios sobre salud oral han demostrado que las principales enfermedades que afectan a la cavidad oral son las caries, enfermedad periodontal y mal oclusiones dentarias.

La caries dental y la enfermedad periodontal son las principales causas de la pérdida de piezas dentales. El ataque de la caries comienza desde edades muy tempranas y va aumentando conforme los niños crecen, constituyéndose en un verdadero problema de salud pública.

Los dientes: Clasificación y Estructura

Las piezas dentales son un componente de la boca y por lo tanto partes importantes para la vida del ser humano.

Clasificación

El ser humano durante toda su vida tiene dos denticiones, las cuales se forman y desarrollan desde las primeras semanas de vida intrauterina.

La dentición temporal o de leche

Está formada por 20 piezas dentales distribuidas en el maxilar superior y en el inferior son: 8 incisivos, 4 caninos, 8 molares. Total 20.

La dentición definitiva o permanente

Llamada así porque tiene que durar toda la vida si se les da el cuidado adecuado, está formado por 32 piezas dentales distribuidas en el maxilar superior y maxilar inferior son: 8 incisivos, 4 caninos, 8 premolares, 12 molares. Total 32.

Estructura de las piezas dentales

Las piezas dentales están conformadas por la corona que es la parte visible del diente en la boca y una por la oculta dentro del hueso que es la raíz.

El sitio donde se unen la corona y la raíz se llama cuello y está rodeada por la encía.

Una pieza dental está conformada por los siguientes tejidos:

Esmalte.- es el tejido más duro del cuerpo humano cubre y protege la corona del diente, está en contacto directo con la saliva y los alimentos.

Dentina.-Es el tejido mineralizado y más abundante y sensible del diente.

Cemento.- Es el tejido que cubre la raíz del diente. Es parecido al hueso en él se insertan las fibras que cubren al diente.

Pulpa o nervio.- Es un tejido blando conjuntivo, vascular y nervioso de él depende la vida y sensibilidad del diente. Se encuentra dentro de la corona y la raíz.

Técnicas de cepillado dental

Tomar el cepillo dental con el pulgar bajo el mango y los cuatro dedos restantes sobre el mango del cepillo.

Colocar una cantidad pequeña de pasta dental

Cepillar correctamente las caras externas de todos los dientes y muelas

Los de arriba- de arriba hacia abajo y los de abajo – de abajo hacia arriba

Cepillar las caras internas de todos los dientes y muelas

Cepillar las superficies dentarias, que mastican, con un movimiento de adelante hacia atrás o movimiento circular.

Cepillar la lengua suavemente de atrás hacia delante.

Uso adecuado del hilo dental

El hilo dental remueve la placa y las partículas de comida entre los dientes y debajo de la encía que son las áreas donde el cepillo dental no llega.

Elaborado por:

Lic: Nancy Pauta

ESTUDIANTE DE LA MAESTRIA DE GERENCIA EN SALUD.

CERTIFICACIONES

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unidad Educativa "ISMAEL APOLO" de la parroquia "Timbara", brindada a satisfacción a Educación Inicial.

Timbara, 05 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy ha realizado educación para la salud con los temas: Hábitos de Higiene, Prevención de Enfermedades Parasitarias, y Promoción y Prevención en Salud Bucal a los Estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la parroquia "Timbara, la misma que fue expuesta de forma didáctica y comprensiva a Educación Inicial.

Timbara, 05 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unidad Educativa "ISMAEL APOLO" de la parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Primer Año de Educación Básica.

Timbara, 05 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy ha realizado educación para la salud con los temas: Hábitos de Higiene, Prevención de Enfermedades Parasitarias, y Promoción y Prevención en Salud Bucal a los Estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la parroquia "Timbara"; la misma que fue expuesta de forma didáctica y comprensiva, dirigida al Primer Año de Educación Básica.

Timbara 05 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unidad Educativa "ISMAEL APOLO" de la Parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Segundo AEB.

Timbara 14 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION:

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolo a Segundo AEB.

Timbara 14 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unida Educativa "ISMAEL APOLO" de la parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Tercer AEB

Timbara 14 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION:

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado

educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los estudiantes de la escuela "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolos en el Tercer AEB.

Timbara 14 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de

la Unidad Educativa "ISMAEL APOLO" de la parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Cuarto AEB.

Timbara 19 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION:

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los

estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolos en el Cuarto AEB.

Timbara 19 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de

la Unidad Educativa "ISMAEL APOLO" de la parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Quinto AEB.

Timbara 19 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION:

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los

estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolos en el Quinto AEB.

Timbara 19 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unida Educativa "ISMAEL APOLO" de la Parroquia "Timbara", brindada a satisfacción al Sexto AEB.

Timbara 21 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolos en el año de Sexto AEB.

Timbara 21 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica, el día de hoy han realizado la atención y control de los estudiantes de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" , brindada a satisfacción al Séptimo y Octavo A EB

Timbara 21 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACION:

Que el Puesto De Salud De Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica ha realizado educación para la salud con el tema: Hábitos de higiene y prevención de enfermedades parasitarias así como promoción y prevención en salud bucal a los estudiantes del Séptimo y Octavo AEB.

Timbara 21 de mayo del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

A petición verbal de parte interesada.

CERTIFICO.

Que la Sra. Lic. Nancy Pauta Remache, portadora de la cedula de ciudadanía 1900358084, estudiante de la Universidad Técnica Particular de Loja realizo el Taller "LA CONSTITUCION Y DERECHO A LA SALUD"., dirigido a los Padres de Familia de la Unidad Educativa "Ismael Apolo"

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 02 de junio del 2010

Atentamente.

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros; en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral, el día de hoy ha realizado Educación para la Salud mediante la aplicación de un taller cuyos temas son: "Drogadicción", "Alcoholismo" y "Aborto" dirigido a los estudiantes del Séptimo, Octavo, Noveno AEB de la Unidad Educativa "Ismael Apolo" de la Parroquia "Timbara"

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 04 de junio del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA ESCUELA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral médica y odontológica el día ha realizado educación para la salud mediante un taller cuyos temas son: "infecciones de transmisión sexual" y "prevención de embarazo en adolescentes" dirigido a los estudiantes de la Unida Educativa "Ismael Apolo" el día de hoy realizándolo con los años de Séptimo, Octavo y Noveno de este centro educativo.

Timbara 9 de junio del 2010.

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO”

A petición verbal de parte interesada.

CERTIFICO.

Que la Sra. Lic. Nancy Pauta Remache, portadora de la cedula de ciudadanía 1900358084, estudiante de la Universidad Técnica Particular de Loja realizo el Taller “PROMOCION Y PREVENCION DE ENFERMEDADES CRONICOS DEGENERATIVAS”., dirigido a los Padres de Familia de la Unidad Educativa “Ismael Apolo”

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 11 de junio del 2010

Atentamente.

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

A petición verbal de parte interesada.

CERTIFICO.

Que la Sra. Lic. Nancy Pauta Remache, portadora de la cedula de ciudadanía 1900358084, estudiante de la Universidad Técnica Particular de Loja realizo el Taller "APRENDER SIN DOLOR"., dirigido a los Maestros de la Unidad Educativa "Ismael Apolo".

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 18 de junio del 2010

Atentamente.

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

A petición verbal de parte interesada.

CERTIFICO.

Que la Sra. Lic. Nancy Pauta Remache, portadora de la cedula de ciudadanía 1900358084, estudiante de la Universidad Técnica Particular de Loja realizo el Taller "BUEN TRATO EN ESCOLARES", dirigido a los Maestros de la Unidad Educativa "Ismael Apolo".

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 23 de junio del 2010

Atentamente.

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

CERTIFICACIÓN

Que el Puesto de Salud de la parroquia Timbara a través de sus miembros y el Comité de Nutrición, en cumplimiento de su responsabilidad de brindar atención integral a la comunidad educativa "Ismael Apolo" de la Parroquia Timbara a realizado la Feria de Salud y Nutrición en la Unidad Educativa "Ismael Apolo.

Timbara, 25 de junio del 2010

Atentamente:

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA ESCUELA "ISMAEL APOLO"

UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO"

A petición verbal de parte interesada.

CERTIFICO.

Que la Sra. Lic. Nancy Pauta Remache, portadora de la cedula de ciudadanía 1900358084, estudiante de la Universidad Técnica Particular de Loja, a concluido con éxito el Proyecto denominado "FORTALECIMIENTO DEL PROGRAMA DE

ESCUELAS PROMOTORAS” el mismo que se realizo en la Unidad Educativa “Ismael Apolo”.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, autorizo a la interesada hacer uso del presente de manera conveniente.

Timbara, 30 de junio del 2010

Atentamente.

Lic. José Ulloa

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ISMAEL APOLO

FOTOS DE CAPACITACIONES

Capacitación a Padres de Familia



Taller dirigido a Docentes de la Unidad Educativa



Capacitación a escolares



Charlas de Salud Bucal



ANEXO 4.



MANUAL DE

NORMAS Y

PROCEDIMIENTOS

DE SALUD

UNIDAD EDUCATIVA

“ISMAEL APOLO”

2010

EDITADO.

Lic. Nancy Pauta Remache.

APOYO.

Dr. Enrique Ramón Rivas

MEDICO DEL P.S. TIMBARA

Dr. Santiago Arévalo Salazar

ODONTOLOGO P.S. TIMBARA

Lic. Erika Jima Pardo.

ENFERMERA RURAL P.S. TIMBARA

Lic. José Ulloa Mazache.

DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ISMAEL APOLO" TIMBARA

REVISADO.

Dra. Mgs. Janeth Ludeña.

**TUTORA DE LA MAESTRIA EN GERENCIA PARA EL DESARROLLO
LOCAL DE LA U.T.P.L.**

CONTENIDOS

I.	INTRODUCCIÓN.....		
	... 5		
II.	JUSTIFICACIÓN.....		
	6		
III.	OBJETIVOS.....		
	7		
IV.	VALORES A INCULCAR Y DESARROLLAR EN CADA UNO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS:.....		
	8		
V.	DERECHOS Y DEBERES.....		
	9		
VI.	CONSECUENCIAS SANCIONES FRENTE AL INCUMPLIMIENTO DE LOS COMPROMISOS ADQUIRIDOS.....		
	17		
7.	HIGIENE Y SALUD.....		
	21		
7.1			HIGIENE
PERSONAL.....		22	
7.2	HIGIENE	DE	LA
ESCUELA.....		26	
7.3	HIGIENE	DE	LA
COMUNIDAD.....		27	
7.4	HIGIENE	DE	LOS
ALIMENTOS.....		27	
7.5			SANEAMIENTO
AMBIENTAL.....		29	
7.5.1	MANERAS	DE	PURIFICAR
AGUA.....		30	EL

7.5.2	DISPOSICIÓN		DE
EXCRETAS.....		31	
7.5.3	DISPOSICIÓN		DE
BASURA.....		31	
8.			PRIMEROS
AUXILIOS.....		32	
8.1			
AHOGAMIENTO.....		37	
8.2	ASFIXIA		POR
ATRAGANTAMIENTO.....		38	
8.3			
ASTILLAS.....		39	
8.4	ATAQUE		O
CONVULSION.....		40	
8.5			
DESMAYO.....		41	
8.6 DOLOR DE OIDO.....			
41			
8.7			
ENVENENAMIENTO.....		42	
8.8 CONTUSIONES.....			
43			
8.9			
ESGUINCES.....		44	
8.10 FRACTURA.....		44	
8.11 HERIDAS.....		45	
8.12 LESIONES EN EL OJO.....		47	
8.13 MORDEDURAS DE PERROS Y G/.....		50	
8.14 MORDEDURA DE SERPIENTE.....		51	
8.15 OBJETO EXTRAÑO EN LA NARIZ.....		53	
8.16 SANGRADO NASAL.....		53	
8.17 PICADURA POR INSECTOS.....		55	

8.18 BOTIQUÍN ESCOLAR.....	55
8.19 VACUNAS EN ESCOLARES.....	57
8.20 GLOSARIO.....	58
9. ALIMENTOS.....	61
9.1 IMPORTANCIA DEL DESAYUNO.....	61
9.2 ACTIVIDAD FÍSICA.....	62
9.3 BARES ESCOLARES.....	62
9.3.1 MENÚ PARA LOS BARES ESCOLARES.....	63

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA.

P.S.TIMBARA.

BASE LEGAL.

Que, es deber del Estado velar por el bienestar y la paz de sus habitantes y precautelar los derechos fundamentales de la niñez con un sistema de salud acorde con las circunstancias actuales que vive el país, en el ámbito social, económico, político, y cultural;

Qué; el artículo 42 de la Constitución Política de la República, dispone que: “El Estado garantizara el derecho a la salud, su promoción y protección, por medio del desarrollo de la seguridad alimentaria, la provisión de agua potable y saneamiento básico, el fomento de ambientes saludables en lo familiar, laboral y comunitario, y la posibilidad de acceso permanente e interrumpido a servicios de Salud, conforme a los principios de equidad, universalidad, solidaridad, calidad y eficiencia.

Que, es necesaria la expedición de un manual de normas y procedimientos de Salud, que garanticen el derecho a la salud que tiene la niñez de Unidad Educativa “Ismael Apolo”.

PROCEDIMIENTOS DE SALUD

TIMBARA 2010

1. INTRODUCCIÓN.

La escuela Ismael Apolo cuenta con un proceso de control de salud a través del presente manual de normas y procedimientos de salud. Los aspectos que constan en el presente manual son de mucho interés y cariño por que los niños y las niñas tienen derecho a socializar los temas que permiten atender sus necesidades de higiene así como de una buena nutrición y primeros auxilios. Necesitamos mejorar el mundo y nuestras propias vidas.

Una buena higiene solo se logra si las personas aprenden a tener hábitos que propendan a mejorar su salud y bienestar. Los hábitos son aquellos comportamientos que se hacen a diario y de manera permanente; sólo se consideran hábitos cuando se practican todos los días.

Con este manual se pretende incidir en transformaciones culturales, lo que se ha denominado como el fortalecimiento de una cultura de la salud, la cual implica transformación o reafirmación de los valores y tradiciones, aprovechando tanto los conocimientos científicos y tecnológicos, como el saber de las diferentes comunidades y grupos sociales.

2. JUSTIFICACIÓN.

El presente Manual pretende hacer conocer Normas y Procedimientos de Salud que se deben tomar en cuenta en el Programa de Fortalecimiento de Escuelas Promotoras de Salud, con la finalidad de que estas se conviertan en hábitos lo que nos permitirá garantizar espacios saludables, a la vez la conservación de un entorno y la consecución de una vida saludable.

Además el presente trata de un acercamiento hacia la Comunidad, orientando así mismo en los ámbitos de la Nutrición, de la Promoción y Prevención de la Salud, componentes infaltables en la consecución del Buen Vivir.

3. OBJETIVOS.

GENERAL

- ✓ Establecer consejos prácticos dentro de la salud y la higiene de los niños y niñas de la Unidad Educativa “Ismael Apolo” con la finalidad de garantizar una calidad de vida saludable a los niños y niñas.

ESPECÍFICOS.

- ✓ Elaboración del manual de normas y procedimientos en salud para los niños y niñas que se educan en la Unidad Educativa “Ismael Apolo”.
- ✓ Concientizar a los maestros, padres de familia, niños y niñas y la comunidad en general con la finalidad de que se involucren en la prevención de enfermedades provocadas por la falta de practicar buenos hábitos.

VALORES A INCULCAR Y DESARROLLAR EN CADA UNO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS:

- ✓ Honestidad.
- ✓ Solidaridad.

- ✓ Respeto a los demás.
- ✓ Seguridad y Autoestima.
- ✓ Responsabilidad y Creatividad.
- ✓ Amor
- ✓ Responsabilidad
- ✓ Respeto
- ✓ Tolerancia
- ✓ Honestidad
- ✓ Solidaridad
- ✓ Justicia
- ✓ Gratitud, entre nosotros.

CODIGO DE CONVIVENCIA

Es un instrumento que se fundamenta en los reglamentos de Educación vigente: Código de la niñez y adolescencia, Acuerdo Ministerial 182, el reglamento interno, y la filosofía propia de la espiritualidad institucional convirtiéndose en un nuevo modelo de coexistencia de la Comunidad Educativa, fortaleciendo el desarrollo integral de los actores de la institución.

En talleres participativos con todos los involucrados en el proyecto se llegó a los siguientes acuerdos y compromisos

DERECHOS Y DEBERES DE LOS ALUMNOS

DERECHOS:

- Ser aceptados, tratados de manera digna, justa y cordial por parte de directivos, profesores, compañeros y demás personal de la institución.
- Recibir atención integral que permita mejorar su calidad de vida
- A ser llamados por su nombre y apellido.
- Solicitar y recibir explicación cuando no hayan sido entendidos algunos temas.
- A tener espacios lúdicos y recreativos.
- A disfrutar del descanso en el tiempo previsto.
- Recibir dosificados los deberes y que respondan a la programación establecida
- A ser respetados en su intimidad y que se mantenga reserva de sus confidencias.
- A recibir cuidado, protección sin ninguna discriminación por razones de sexo, etnia, religión, opinión, ni condiciones económica.
- A formar parte activa en los actos programados en el establecimiento.
- A conocer oportunamente las expectativas de sus deberes y evaluaciones.
- A expresar sus intereses e inquietudes escolares y extra escolares.
- Ser asistido, escuchado y aconsejado por los directivos y docentes cuando sea necesario.
- A ser respetado en su ritmo de aprendizaje.
- A elegir y ser elegido como representante de los organismos estudiantiles

DEBERES

- Ser solidario y colaborador en la solución de problemas de los compañeros y de la comunidad.
- Asistir diaria y puntualmente a clases.
- Presentar la excusa correspondiente, en caso de inasistencia y acordar con el profesor la fecha para presentar los deberes o evaluaciones correspondientes.
- Atender a la explicación de los temas en su momento.
- Tratar con respeto a sus compañeros, profesores y demás miembros de la comunidad educativa.
- Conservar limpio y adecuado el medio ambiente dentro y fuera del aula.
- Cuidar y mantener los recursos que ofrece la institución.
- Responder por los daños causados intencionalmente a muebles y enseres del establecimiento.
- Entregar al profesor todo objeto que no sea de su propiedad.
- Responsabilizarse por el buen cuidado de los bienes muebles o inmuebles del Centro Educativo.
- Mantener la escuela limpia, para lo que se utilizará tachos de basura rotulados para clasificar.
- Ayudar a crear el huerto o trabajar el huerto escolar de acuerdo al Proyecto de Escuelas Promotoras.
- Cuidar la escuela y sus dependencias.
- Respetar a los niños a las niñas y viceversa

DERECHOS Y DEBERES DE LOS PADRES DE FAMILIA

DERECHOS:

- Proponer alternativas y dar sugerencia que estén de acuerdo con las normas vigentes y contribuyan al buen funcionamiento de la institución.
- Hacer peticiones respetuosas ante directivos, docentes, personal administrativo del plantel y ser atendidos oportunamente.

- A recibir información oportuna, veraz e imparcial respecto a la situación académica, disciplinaria de los hijos.
- Elegir y ser elegidos Miembros del Comité Central de Padres de Familia.
- Participar en las actividades de la escuela.
- Participar en la elaboración, ejecución y evaluación de Proyectos que van en beneficio de los niños y niñas.
- Apoyar a los maestros.
- Llevar inquietudes al aula como representantes
- Tener un derecho al horario de atención.

DEBERES

- Acompañar a sus hijos en todo lo educativo.
- Dar a sus hijos los útiles necesarios para que puedan estudiar.
- Asistir en forma obligatoria a las sesiones de sus hijos a la escuela convocadas por los profesores o director del plantel.
- Velar por la asistencia puntual de sus hijos a la escuela.
- Acercarse personalmente a presentar la respectiva justificación por inasistencia o retrasos personales de sus hijos.
- Dar trato cortés a directivos, docentes, personal administrativo, de servicio y estudiantes en general.
- No presionar a directivos o profesores para fines académicos o personales.
- Apoyar a la institución en el trabajo de formación en valores que se realiza con sus hijos.
- Responder por daños causados a muebles y enseres del establecimiento causados por su representado.
- A gestionar diferentes obras ante los organismos de desarrollo comunitario provincial y cantonal.
- Asistir a mingas para el adecentamiento de la escuela.
- Fortalecer el autoestima de los niños (as). Creer en ellos.

- Practicar valores (saludar, puntualidad, aseo)
- Respetar, oír, escuchar a los hijos.
- Convivir sin discriminar, ni desvalorizar a las otras personas.
- Dar amor y respeto a nuestros hijos.
- Corregirles sin violencia y sin maltrato.
- Asumir las responsabilidades como padres.
- Concienciar que la niñez y la adolescencia es época de estudio y recreación y no de trabajo y responsabilidades laborales.
- Respetar el horario de atención en el momento de recreo y salida.

DERECHOS Y DEBERES DEL PERSONAL DE APOYO (AUXILIAR DE SERVICIOS)

DERECHOS

- A ser tratado con respeto y dignidad por autoridades y profesores.
- A gozar del descanso obligatorio.

- A que se le conceda el respectivo permiso de parte del director del plantel por causas justificables.

DEBERES

- Mantener todos los ambientes de la escuela bien limpios y ordenados.
- Asistir a actividades extracurriculares programadas por las autoridades del plantel (mingas, sesiones)
- Cumplir con las disposiciones del director del plantel.
- Mantener buenas relaciones con el director, personal docente, alumnos y padres de familia.

DERECHOS Y DEBERES DE LOS MAESTROS Y AUTORIDADES

DERECHOS

- Solicitar información y asesoramiento en relaciones humanas.
- Capacitarse en metodologías para resolver conflictos entre niños (as)
- Ser respetados por los alumnos y padres de familia.

- Expresar sus ideas libremente.
- Trabajar en un ambiente de libertad, confianza y respeto.
- A ser escuchado y que respeten sus opiniones y criterios.
- Utilizar el material didáctico disponible en la institución para facilitar el aprendizaje en los niños y niñas.
- Participar en los cursos de mejoramiento académico, actualización y socialización que organice el plantel u otras instituciones.
- A recibir oportunamente la información acerca de la distintas actividades que se organice en la institución educativa y en las cuales se requiere su colaboración
- Ser respetado en su horario de clases.

DEBERES

- Compromiso de cambio de actitud, mas paciente, más comprensivo todos los días.
- Propender al cambio de actit
- Dar amor y comprensión a los niños.
- Implementar metodologías para resolver conflictos entre niños (as)
- Transformar los problemas en necesidades educativas.
- Participar en las actividades de la escuela.
- Promover en la comunidad educativa un ambiente de respeto, confianza y libertad.
- Respetar a todos los miembros de la comunidad educativa.
- Socializar proyectos que sean de beneficio para la comunidad educativa.
- Conocer la filosofía institucional.
- Actualizarse constantemente.
- Ser puntuales, de acuerdo al horario establecido.
- Velar por la integridad física y moral de alumnos.

- Brindar información oportuna y veraz de rendimiento académico y del comportamiento de los alumnos, de acuerdo con el horario establecido para este fin
- Entregar oportunamente a los alumnos los resultados de los trabajos, deberes y evaluaciones.
- Hacer un seguimiento personal de los alumnos, en cuanto a su asistencia, rendimiento y comportamiento.
- Presentar al director la planeación de registros, en las fechas preestablecidas.
- Atender los reclamos de los alumnos.
- Estimular a los estudiantes por sus logros obtenidos.
- Respetar las diferencias individuales de los niños y niñas a fin de fortalecer su autoestima.
- Remitir oportunamente al director, los casos especiales tanto del rendimiento, como disciplinarios para darle el tratamiento adecuado.
- Enviar reemplazo en caso de ausencia justificada.
- Ser creativos y generadores de ideas.
- Estar abiertos al cambio y comprometerse en la búsqueda del progreso social.
- Participar en las actividades planificadas por los directivos de la institución.
- Preparar con responsabilidad sus clases.
- Preocuparse por su presentación personal y la de los alumnos.
- Participar en todos los actos programados por la institución.
- Entregar a los padres de familia toda la información en torno a sus hijos.
- Respetar los símbolos patrios y de la institución, además los valores que conforman el ambiente nacional
- No utilizar vocabulario soez para tratar a ningún miembro de la comunidad educativa.
- Coordinar actividades interinstitucionales para mejorar la calidad de vida de los estudiantes.
- Mantener un aceptable rendimiento académico.
- Portar adecuadamente el uniforme establecido.

**SANCIONES FRENTE AL INCUMPLIMIENTO DE LOS COMPROMISOS
ADQUIRIDOS
INCUMPLIMIENTO DE LOS NIÑOS – NIÑAS.**

Frente al daño de las instalaciones de la escuela.

- ✓ Volver a sembrar o traer una planta para el rincón de naturaleza viva si destruyó una.
- ✓ Recoger los papeles o basura que arroje al patio y poner en el lugar adecuado.
- ✓ Limpiar lo que ensucie sea en el aula, en el patio o en cualquier ambiente escolar.
- ✓ Reparar lo que dañe o destruya.
- ✓ Recibir llamadas de atención por parte de nuestros maestros, padres de familia o responsables del Concejo de Aula por las malas actuaciones.

Frente al mal relacionamiento entre niños – niñas.

- ✓ Cuando golpee por accidente a un compañero o pelea pedir disculpas con un abrazo.
- ✓ Si los niños son muy desordenados, bulliciosos o peleones organizar un evento de carácter socio cultural en el aula con la participación de todos los niños.
- ✓ Si hago caer a un compañero o compañera jugando o en forma involuntaria ayudar a levantarlo.
- ✓ Avisar a los profesores de los abuso de compañeros para que hablen con ellos.
- ✓ Llamar a los padres de familia si el compañero del niño no quiere mejorar después de muchos intentos que realicen profesores, compañeros y compañeras.
- ✓ Recibir llamadas de atención por parte de nuestros padres por las malas actuaciones realizadas y comprometernos a mejorar.
- ✓ Los padres y profesores deben imponer una sanción por el incumplimiento de tareas y otros trabajos que no cumpla el niño.
- ✓ Reflexionar sobre lo mal actuado y proponernos cambios en nuestra conducta.

Frente al incumplimiento de actividades escolares.

- ✓ Si una tarea fue mal hecha o no se la presento tengo la obligación de volver hacerla y presentarla.
- ✓ Comunicar al padre de familia sobre los incumplimientos y otros asuntos que pasen en el aula.
- ✓ Si no respeta o se porta mal en clase, el niño preparara una actuación social referente al respeto, puntualidad, solidaridad, etc. frente a sus compañeros.
- ✓ Pedir disculpas al maestro (a), a sus compañeros (as) por llegar atrasado a clases.

INCUMPLIMIENTO DE LOS MAESTROS O MAESTRAS.

- ✓ Presentar informes ante la Junta General de Profesores de lo actuado y lo no realizado.
- ✓ Realizar evaluación periódica con los niños, referente a como nos comportamos, como nos relacionamos, como actuamos.
- ✓ Pedir disculpas al grupo de niños y niñas por malas acciones cometidas por los profesores.
- ✓ Aceptar propuestas del director referente a capacitación de los maestros.
- ✓ Presentar y aceptar propuestas de mejoramiento y capacitación en beneficio de los alumnos.
- ✓ Ofrecer disculpas a las partes afectadas.

INCUMPLIMIENTO DE LOS PADRES DE FAMILIA

- ✓ Aceptar y asistir a las llamadas de atención de los profesores.
- ✓ Acatar las resoluciones tomadas en sesión general de padres de familia o del comité central.
- ✓ Aceptar y corregir la falta de colaboración.

COMITÉ DE VIGILANCIA DEL CUMPLIMIENTO DEL CODIGO DE CONVIVENCIA.

POR LOS NIÑOS

- ✓ Presidente del Gobierno Estudiantil.
- ✓ Vicepresidente de Educación.
- ✓ Vicepresidente de los Derechos del Niño y Adolescentes

POR LOS DOCENTES.

- ✓ Director del Plantel.
- ✓ Profesores de cada grado.

POR LOS PADRES Y MADRES DE FAMILIA.

- ✓ Presidente del Comité de Padres de Familia.
- ✓ Vicepresidente del Comité de Padres de Familia.

7. NORMAS GENERALES SOBRE HIGIENE Y SALUD

La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas deben aplicar los individuos para el control de factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.



que
los

La salud, según la Organización Mundial de la Salud, se define como el estado de completo bienestar físico, mental y social y no únicamente la ausencia de enfermedades o dolencias.

Esta definición debe ser analizada en sus tres factores:

Bienestar físico: Estar libre de enfermedades y sentirse con ánimo para cumplir con el trabajo, el estudio y las actividades diarias.

Bienestar mental: Es sentirnos bien con nosotros o nosotras mismo, tener autoestima, poder superar los problemas y el estrés.

Bienestar social: Las relaciones armónicas, libres de violencia y maltrato, la solidaridad, el respeto a los demás y la convivencia armónica con la naturaleza son los elementos esenciales del bienestar social.

7.1 HIGIENE PERSONAL.

Requisitos para tener una buena higiene personal

- ✓ Tener una buena autoestima.
- ✓ Realizar esfuerzos juega un papel fundamental frente a este aspecto, pues quien se aprecia y valora se esfuerza por verse y mantenerse bien.

La ducha diaria es la mejor forma

Con esta práctica se controlan olores naturales de nuestro cuerpo que son producidos básicamente por la transpiración o sudor. De igual forma evitamos la presencia de gérmenes y bacterias que puedan afectar la salud de nuestra piel.

Cuidados del cuero cabelludo

Los piojos (pediculosis) son parásitos que se adhieren al cuero cabelludo (los niños más pequeños son los más afectados). Se propagan fácilmente, especialmente en lugares donde muchos niños, conviven o comparten gran parte de su tiempo. Los adultos debemos estar atentos a su posible aparición y solo en caso de producirse, debe seguirse un tratamiento correcto y completo: Empapar el cabello sin lavar, con una loción o champú contra piojos, dejándolo actuar durante unas 2-4 horas. No tapar la cabeza con toallas, porque absorben el producto. Se puede cubrir la cabeza con un gorro plástico, Este tratamiento se puede realizar 3 veces, cada 10 días. Quitar las liendres con la mano, que es lo más eficaz, o usar la peinilla para piojos durante 5-10 minutos. Las prendas, toallas, ropa de cama, etc., debe lavarse con agua caliente. Los peines, adornos del pelo, etc., se sumergirán en loción contra piojos durante unos 10 minutos.

El lavado del cabello debe realizarse por lo menos dos veces por semana, teniendo cuidado de usar un champú acorde al tipo de cabello. La caspa no es necesariamente sinónimo de desaseo, puede darse por resequedad en el cuero cabelludo.

La higiene de la boca evita diversas enfermedades.



El mal aliento así como los malos olores, se constituye en una de las principales causas de rechazo a las personas. La mejor forma de prevenirlo es haciendo un adecuado y periódico lavado de los dientes. De esta forma también prevenimos la caries dental y la enfermedad periodontal (debilidad y sangrado de las encías). El cepillado en forma de "barrido" de los dientes con una crema fluorada tras cada comida, y la limpieza entre los espacios dentales es la medida de prevención más importante. El uso de enjuague bucal fortalece la salud.

La higiene de los oídos facilita la buena escucha.

Es conveniente evitar que el agua entre a los oídos, y su aseo debe hacerse de manera periódica, teniendo en cuenta las recomendaciones de un médico. Es importante tener en cuenta que no se deben introducir objetos en los oídos como: ganchos, pinzas, palillos u otros. El lavado de los oídos debe practicarlo un experto.

El cuidado de los ojos previene de enfermedades e infecciones.

Los ojos son órganos muy delicados. Por lo tanto no deben tocarse con las manos sucias ni con pañuelos u otros objetos. Su mecanismo propio de limpieza son las lágrimas. Al estudiar, leer o ver televisión es importante mantener buena iluminación de los espacios evitando así un mayor esfuerzo de la vista. Es importante hacer un control médico para prevenir cegueras y otras enfermedades de la vista.



La higiene de la nariz es fundamental para lograr una buena respiración

La nariz deja entrar el aire para que llegue a los pulmones con la temperatura y humedad adecuadas, y libres de partículas extrañas. La producción de mocos es un proceso natural que sirve como lubricante y filtro para el aire. Sin embargo, es necesario retirarlos varias veces al día, pues además de la incomodidad que representan, contienen partículas y microorganismos filtrados que pueden propiciar enfermedades. Es conveniente evitar meterse objetos en la nariz.



con
aire.

La higiene de las manos es la mejor barrera para evitar muchas enfermedades.

Gracias a las manos nos es posible desarrollar todas las actividades de la casa, la escuela y el trabajo. El contacto permanente de estas con papeles, alimentos crudos, objetos, dinero, animales o ambientes sucios, desde el transporte de gérmenes y bacterias causantes de enfermedades como la conjuntivitis, el herpes e infecciones gastrointestinales.



de

Debemos mantenerlas limpias porque con ellas nos tocamos la cara, los ojos, la boca, cogemos algunos alimentos y tocamos a los bebés y otras personas. Un hábito fundamental debe ser el lavado de las manos después de ir al baño y también antes de tocar o consumir los alimentos, tanto en la casa como en la escuela y en cualquier otro lugar.

La higiene de los genitales es clave para evitar infecciones.

Aunque el baño diario no hace daño a nadie, hay momentos en los que algunas personas a causa de enfermedades, tratamientos o accidentes no pueden hacerse un baño completo. Sin embargo el aseo de las zonas genitales debe hacerse a diario. Con ello no sólo se evitan los malos olores, sino la adquisición de infecciones y enfermedades.

El aseo de las uñas evita la presencia de gérmenes.

La limpieza y corte de las uñas de manos y pies, evita la adquisición de gérmenes y bacterias así como de infecciones.



Los pies

La limpieza de los pies es de gran importancia, ya que al estar poco ventilados por la utilización del calzado es fácil que se acumulen en ellos el sudor que favorece la aparición de infecciones y mal olor. Hay que lavarlos diariamente y es fundamental un buen secado, sobre todo entre los dedos, para evitar el desarrollo de posibles enfermedades.

La ropa y el calzado

Es indispensable cambiarse de ropa después de la ducha o baño. La ropa interior se deberá cambiar diariamente.

Los niños/as deberán llevar ropas cómodas, no muy ajustadas de fácil lavado y adecuadas a cada momento y situación del día.

Para dormir tendrán que utilizar ropa diferente a la usarla durante el día.

Los zapatos, deben ser cómodos y adecuados al tamaño del pie.

7.2 HIGIENE DE LA ESCUELA

La escuela es donde se pasa mucho tiempo, y por se debe cuidarla y procurar que sea un lugar agradable y limpio.



ello

La higiene y buena presentación de todos los ambientes de la escuela es de gran importancia para el desenvolvimiento armónico tanto física como mental de los alumnos y alumnas.

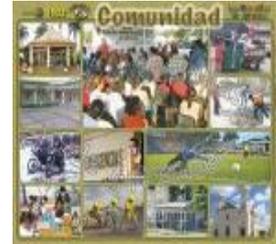
Las aulas deben ser lo suficiente amplias, tener ventilación y la luz natural, la escuela tiene que contar con servicios higiénicos y urinarios suficientes. Se recomienda en lo posible que haya un servicio higiénico por cada 25 alumnos varones y uno por cada 15 niñas.

Cada sanitario debe contar con lavamanos, jabón y toalla, para que los niños y niñas adquieran el hábito de lavado de manos, después de haber ocupado el servicio higiénico.

Es imprescindible que los maestros y maestras enseñen a los niños y niñas a mantener limpia su escuela, sin botar papeles ni otros desperdicios en el suelo, ni en los patios. Utilizar tarros de basura o recipientes destinados a poner los desperdicios.

7.3 HIGIENE DE LA COMUNIDAD

El mantenimiento de la higiene de la comunidad, es muy importante porque demuestra la cultura de las personas que viven en ella, mejora la autoestima de sus habitantes y evita la proliferación de insectos u otras plagas que afectan la salud de la población. Además los niños y niñas deben sentirse dueños y dueñas de la comunidad en la que viven y contribuir a mantenerla limpia para sentirse orgullosos.



Se debe mantenerse limpio al frente de nuestra casa , sacar la basura cuando pase el carro recolector o si se vive en el campo enterrar la basura o disponerla adecuadamente.

Si se puede, plantar árboles o plantas que mejoren la comunidad se debe formar grupos con vecinos y amigos a fin de todos contribuir a mejorar el entorno.

RECOMENDACIÓN:

Con los alumnos de la escuela salir de recorrido por la comunidad, previamente recibirán la recomendación de no ensuciar la comunidad.

7.4 HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

Cuando se consume alimentos, es importante recordar estos, además de tener un buen aporte nutritivo, deben estar en muy buenas condiciones higiénicas para proteger la salud y evitar intoxicaciones y enfermedades.



que

Se debe seguir estos consejos:

- ✓ Comprar alimentos que se encuentren en buen estado y sean vendidos en lugares limpios.

- ✓ Si se compra atunes u otros ~~enlatados~~ fijarse en la fecha de expiración, no comer alimentos con la fecha de caducidad o que los envases estén inflados.
- ✓ Guardar los alimentos secos en envases plásticos, tarros o frascos tapados y limpios en un lugar fresco, seco, ventilado, limpio, libre de insectos y roedores.
- ✓ Los alimentos cocinados que se van a guardar para un consumo posterior, se deben almacenar en envases tapados en el refrigerador, y si no se dispone de refrigerador, es mejor consumirlos el mismo día.

Preparación de los alimentos

- ✓ Mantener las uñas recortadas y limpias
- ✓ Lavarse las manos con abundante agua y jabón
- ✓ Lavar las frutas y verduras con agua hervida o desinfectada
- ✓ Utilizar utensilios y trastes limpios
- ✓ Los alimentos que se van a consumir crudos como: Lechuga, col , rábano y otros, lavarlos de hoja en hoja en hoja y las frutas y tubérculos como la zanahoria lavarlos con cepillo , en lo posible en agua corriente
- ✓ Cocinar bien los alimentos

Recomendaciones

- ✓ No guardar alimentos preparados con mayonesa, aceite o leche porque dañan fácilmente
- ✓ No se debe freír muchas veces en un mismo aceite, usar solamente la cantidad necesaria
- ✓ La leche se debe consumir luego de hervir bien
- ✓ No preparar los jugos con mucha anticipación porque se dañan por el azúcar que contienen
- ✓ No se debe guardar los alimentos en ollas de aluminio, porque puede ser toxico.

Ventas ambulantes

Los alimentos que se venden en las calles son peligrosos para la salud, ´por su alto índice de contaminación, mas aun son los causantes de varias intoxicaciones masivas

y de enfermedades como la **Fiebre Tifoidea, Hepatitis, Cólera** entre otras. Por esto es recomendable no consumir alimentos que se venden en las calles y si se lo hace se debe ver las medidas higiénicas con las que se preparan.

7.5 SANEAMIENTO AMBIENTAL

Es el conjunto de actividades para acondicionar y controlar el medio ambiente en que viven las personas a fin de proteger su salud

Aspectos

- ✓ Abastecimiento de agua
- ✓ Disposición de excretas
- ✓ Disposición de basura
- ✓ Control de insectos y roedores
- ✓ Higiene de la vivienda
- ✓ Control de los alimentos
- ✓ Control de contaminación del ambiente

AGUA

El agua es un elemento indispensable para la vida de las personas, para beber, lavar la ropa, preparar los alimentos, regar los cultivos y otros usos industriales.

El agua es un nutriente esencial para la vida del hombre y principales funciones en lo que se refiere a nutrición son:

- ✓ Mantener la temperatura corporal
- ✓ Transportar los nutrientes a las células
- ✓ Eliminar elementos de desechos de la utilización de los nutrientes por el organismo.

Pero el agua de consumo humano debe ser potable hervida o purificada para que no se adquiera enfermedades.



sus

7.5.1 MANERAS DE PURIFICAR EL AGUA

- ✓ **Hervir:** El hervir destruye las bacterias que transmite enfermedades, debe hervirse el agua durante **10 minutos**, a partir de su ebullición, este método es práctico cuando queremos desinfectar o purificar pequeñas cantidades de agua.
- ✓ **Desinfección con hipoclorito de sodio:** Para desinfectar el agua con hipoclorito de sodio se debe poner 6 gotas en un litro de agua, 1 tapa rosca en 20 litros y 10 tapas roscas para 55 galones.



Se debe mantener la solución de hipoclorito fuera del alcance de los niños y niñas

Actividades Prácticas:

Visita a los tanques de reserva de agua o a las plantas de tratamiento de agua

Realizar desinfecciones caseras en clases (demostración)

7.5.2 DISPOSICIÓN DE EXCRETAS

Se llama excretas a las deposiciones y orinas humanas o animales. La eliminación adecuada de excretas es una de las medidas básicas que asegura la higiene. Es importante que las personas hagan sus necesidades en sus viviendas o en servicios higiénicos públicos y eviten ensuciar las calles y comunidades.



de
las
que
las

7.5.3 DISPOSICIÓN DE BASURA



Definición: Basura es todo residuo sólido o semi- sólido, que pueda descomponerse o no y que se desecha. La basura incluye desperdicios, dechos, cenizas, productos del barrido de las calles de la comunidad, animales muertos, restos sólidos procedentes de mercados e industrias.

Las basuras son peligrosas para la salud, por ello la familia y la comunidad, deben buscar la forma adecuada para eliminar la basura, con los recursos disponibles de su medio. En ellas proliferan moscas, ratas, cucarachas y otros. Los animales domésticos como el perro y el chancho, si hay basura a su alcance, se alimentan de ella y pueden transmitir graves enfermedades.

- ✓ Si existe servicio de recolección de basura la familia debe alcanzar adecuadamente hasta que pase el carro recolector.
- ✓ Guardar la basura en fundas y cerrarlas bien
- ✓ Poner la basura en recipientes tapados
- ✓ Mantener limpio el recipiente de basura
- ✓ Se debe barrer y recoger la basura del frente de la vivienda
- ✓ Evite sacar la basura los días que no pasa el servicio de recolección

LA FAMILIA Y LA COMUNIDAD DEBE MANTENER SUS VIVIENDAS, CALLES Y EL ENTORNO LIBRES DE BASURA PARA EVITAR ENFERMEDADES

Actividad Práctica

Buscando alguna forma de cooperación se puede adquirir un recipiente de basura para cada grado

Dar responsabilidad a la comisión de alumnos y alumnas para que se encarguen de sacar la basura todos los días para que lleve el carro recolector.

8. NORMAS DE PRIMEROS AUXILIOS

CONCEPTO.

Los primeros auxilios son todas aquellas medidas o actuaciones que realiza el auxiliador, en el mismo lugar donde ocurrido el accidente, hasta la llegada del personal



a

Los primeros auxilios no son tratamientos médicos. Son acciones de emergencia para reducir los efectos de las lesiones y estabilizar el estado del accidentado. Y esto último es lo que le concede la importancia a los primeros auxilios, de esta primera actuación va a depender en gran medida el estado general y posterior evolución del herido.

Los objetivos de los primeros auxilios son.

- ✓ Conservar la vida
- ✓ Evitar complicaciones físicas y psicológicas
- ✓ Ayudar a la recuperación
- ✓ Asegurar el traslado de los accidentados a un centro asistencial

Normas generales para prestar primeros auxilios

Ante un accidentado que requiere la atención de primeros auxilios ,usted como auxiliador debe recordar las siguientes normas:

- ✓ Actúe si tiene seguridad de lo que va a hacer, si duda, es preferible no hacer nada, porque es probable que el auxilio que preste no sea adecuado y que contribuya a agravar al lesionado.
- ✓ Conservar la tranquilidad para actuar con serenidad y rapidez, esto da confianza al lesionado y a sus acompañantes. Además contribuye a la ejecución correcta y oportuna de las técnicas y procedimientos necesarias para prestar un primer auxilio. De su actitud depende la vida de los heridos, evite el pánico.
- ✓ No se retire del lado de la víctima; si está solo, solicite la ayuda necesaria (elementos, transportes)

- ✓ Efectué una revisión de la víctima para descubrir lesiones distintas a la que motivo la atención y que no pueden ser manifestadas por ésta o sus acompañantes.

PROCEDIMIENTOS PARA PRESTAR PRIMEROS AUXILIOS

Usted debe hacer lo siguiente:

- ✓ Organice un cordón humano con las personas no accidentadas; esto no solo facilita su acción, sino que permite que los accidentes tengan suficiente aire.
- ✓ Pregunte a los presentes quienes tienen conocimiento de primeros auxilios para que le ayuden.
- ✓ Preste atención inmediata en el siguiente orden, los que:

1. Sangran abundantemente
2. No presentan señales de vida(muerte aparente)
3. Presentan quemaduras graves
4. Presentan síntomas de fracturas
5. Tienen heridas graves

Una vez prestados los primeros auxilios, si es necesario, traslade al lesionado al centro de salud u hospital más cercano.

PRECAUCIONES GENERALES PARA PRESTAR PRIMEROS AUXILIOS

- ✓ Determine posibles peligros en el lugar del accidente y ubique a la víctima en un lugar seguro.
- ✓ Comuníquese continuamente con la víctima, su familia o vecinos
- ✓ Afloje las ropas del accidentado y compruebe si las vías respiratorias están libres de cuerpos extraños

8.1 AHOGAMIENTO

Es la opresión, fatiga y sofocación que impide respirar con libertad, es decir es la persona que tiene los pulmones llenos de agua u otros líquidos.

Lo que debe hacer:

- ✓ Ponga a la persona boca abajo
- ✓ Procure que la boca se mantenga abierta
- ✓ **Trate de sacar el agua de la siguiente manera:**
- ✓ Levante al enfermo de la cintura unos 10 a 20 cm del suelo y sacúdale apretando la espalda para que salga el agua.
- ✓ Coloque al enfermo boca abajo y sobre un montón de tierra o sobre un tronco.



Ahogamiento en el río o en el mar

Lo que debe hacer:

Acercarse a la persona que se está ahogando por la espalda; de lo contrario, intentara agarrar desesperadamente al socorrista, pudiendo causar el ahogamiento de ambos. Sujetarlo pasando un brazo por el cuello y manteniendo el otro brazo libre para nadar, el accidentado deberá estar mirando hacia arriba, de espalda al socorrista, de tal manera que si está aun consciente, no lo podrá estorbar con los brazos.

8.1. AHOGAMIENTO

Lo que debe hacer:

Ante un caso de ahogamiento en una piscina, lo principal es acercarse y, sobre todo, si no se sabe nadar, buscar de inmediato cualquier objeto salvavidas y lanzarlo al agua. Esta solución es la más adecuada ya de otro modo corre peligro tanto la persona que se está ahogando como la que intenta ayudarla.



que

intenta ayudarla.

Primeramente debe ponerle en una superficie plana y dura, para empezar la reanimación respiratoria y cardiovascular y extrae el agua de los pulmones, ya que pasa rápidamente a la sangre, aunque no haya éxito, los esfuerzos deben continuar durante más de una hora.



está

Sobre todo en víctimas que han estado más de una hora.

PRECAUCIONES

No sople aire demasiado fuerte, ni demasiado rápido, especialmente en los niños, porque puede dañarse los pulmones.

8.2 ASFIXIA POR ATRAGANTAMIENTO

Se origina, en general, por oclusiones accidentales durante comidas. Las causas más comunes son: alimentos mal masticados, juguetes, monedas, etc. La obstrucción puede total o parcial. En caso de ser total está no permitirá la entrada ni salida de aire.



las
ser

Lo que debe hacer:

Ábrale la boca, tírele de la lengua y el cuerpo extraño caerá de la garganta.

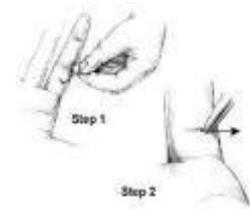
Puede practicarse limpieza de la garganta con los dedos. Si la maniobra de limpieza digital fracasa, proceda de la forma siguiente:

- ✓ Tome a la persona desde atrás con el puño de una mano cerrada y rodeando esta mano con la otra, dos dedos por arriba del ombligo. Efectuar compresiones (por debajo del diafragma) hacia adentro y hacia arriba contra el cuerpo del rescatador.

En caso de no ver el objeto al revisar la boca de la persona, la forma que tiene de verificar si la persona se encuentra desobstruida (por lo menos en forma parcial) es dándole respiración artificial y observando si el tórax se expande.

8.3 ASTILLAS

Una astilla es un fragmento puntiagudo de madera, vidrio u otro material que se puede incrustar debajo de la piel. Las astillas pequeñas y superficiales generalmente se pueden extraer en el hogar.



otro

Lo que se debe hacer:

- ✓ Lávese las manos minuciosamente
- ✓ Lave la zona con agua y jabón
- ✓ Esterilice una aguja o unas pinzas con la llama de un fosforo. Deje enfriar la punta de la aguja o las pinzas antes de utilizarlas.
- ✓ Si una parte de las astillas sobresale de la piel, intente tirar suavemente de ella utilizando las pinzas esterilizadas
- ✓ Si la astilla está cerca de la superficie, pero debajo de la piel, pinche suavemente la piel que se encuentra sobre la astilla con la aguja esterilizada e intente tirar de ella utilizando las pinzas
- ✓ Si la astilla está profunda incrustada o no puede extraerla después de varios intentos, llame al médico de su hijo.
- ✓ Observe la zona para detectar señales de infección, como un aumento de temperatura, hinchazón, enrojecimiento, secreciones o dolor. Si nota cualquier señal de infección, llame al médico de su hijo. Es posible que se deban administrar antibióticos.

8.4 ATAQUE O CONVULSION

Lo que debe hacer:

Durante una convulsión es importante proteger a la victima para que no se lastime. Se voltea la cabeza de la victima por si se presenta. Después de una convulsión, mayoría de las victimas caen en un sueño profundo. No



la
se

debe evitar que se duerman. Es posible que al despertar continúen desorientadas por cierto tiempo.

Lo que no se debe hacer:

- ✓ Colocar nada entre los dientes de la víctima durante un ataque (como los dedos)
- ✓ Mover a la víctima, a menos que esté en peligro o cerca de algo peligroso
- ✓ Tratar de detener las convulsiones de la víctima; la persona no puede controlarse durante un ataque y no se da cuenta de lo que está pasando
- ✓ Administrar nada por vía oral a la víctima hasta que haya cesado las convulsiones y está se encuentre totalmente consciente y alerta.

8.5 DESMAYO

La víctima presenta pérdida ligera de la conciencia, palidez, respiración superficial, sudoración.



Lo que se debe hacer:

- ✓ Acostarlo con las piernas elevadas
- ✓ Colocar la cabeza más abajo que el cuerpo
- ✓ Aflojar el vestido
- ✓ Cubrirlo
- ✓ Procurarle buena ventilación.

Lo que no se debe hacer:

- ✓ No dar ningún tipo de bebida
- ✓ No aplicar alcohol en la cabeza
- ✓ No congestionar el lugar donde se encuentra el paciente.

8.6 DOLOR DE OIDO

Los síntomas de una infección de oído pueden incluir fiebre, dolor de oído, irritabilidad, aumento del llanto y manifestación de molestia.



Lo que se debe hacer:

- ✓ Los analgésicos de venta libre, como el acetaminofen o el ibuprofeno, pueden proporcionar un alivio al dolor de oído en los adultos y en los niños y niñas (No se les debe dar aspirina a los niños o niñas)
- ✓ Una compresa fría o paños húmedos fríos en el oído externo durante 20 minutos puede reducir el dolor
- ✓ El aceite de oliva o las gotas ópticas de venta libre son suaves y eficaces, siempre y cuando no se haya perforado la membrana del tímpano
- ✓ Si el niño o niña se siente4 incomodo al estar acostado, el descanso en una posición vertical puede ayudar a reducir la presión en el oído medio.

8.7 ENVENENAMIENTO

- ✓ Decoloración de los labios y la boca
- ✓ Dolor y sensación de quemadura en la garganta
- ✓ Huellas en la boca de haber comido hojas y frutos silvestres, etc.
- ✓ Inconsciencia, confusión o inicio súbito de enfermedad, al tener venenos al alcance.



Como prevenir un envenenamiento:

- ✓ Mantenga todas las drogas, as venenosas y químicos que se usen para la caspa, lejos del alcance de los niños
- ✓ No deje medicinas al alcance de los niños
- ✓ No guardar productos que no son para comer en el mismo sitio donde se guardan los alimentos
- ✓ Nunca diga a los niños que la medicina que les está dando son caramelos
- ✓ Nunca de o tome medicinas en la oscuridad

- ✓ Lea la etiqueta antes de usar un producto químico
- ✓ No guarde en su casa o escuela remedios o productos químicos sin etiquetas de identificación
- ✓ Nunca vuelva a usar pomos o botellas que han contenido sustancias químicas
- ✓ No transfiera sustancias venenosas a pomos o botellas sin identificar con una etiqueta
- ✓ Ponga siempre una etiqueta de lo que es la sustancia venenosa si es que no la tiene.

Lo que debe hacer hasta que llegue al centro de salud más cercano

Es esencial actuar con rapidez, actúe antes que el cuerpo absorba el veneno. Si es posible, una persona debe iniciar el tratamiento mientras que la otra debe llamar al médico o a la ambulancia.

Guarde y entregue al medico el pomo o caja con su etiqueta y lo poco que haya quedado del veneno, en caso de que el veneno sea desconocido.

8.8 CONTUSIONES

Se produce por golpes, caídas, etc. La piel no se lastima, pero si los tejidos inmediatos. Se rompe los vasos sanguíneos y aparece una inflamación roja transformándose luego en morada (hematoma). Los síntomas inmediatos tras el golpe son: dolor, descoloramiento y rápida inflamación de la zona.



Lo que se debe hacer:

- ✓ Aplicar compresas de agua fría en la parte afectada
- ✓ Mantener la zona en reposo y elevada
- ✓ Las contusiones graves deben ser tratadas por un médico.

8.9 ESGUINCES

Se produce cuando por una torsión, torcedura o por un estiramiento violento, una articulación sobrepasa los límites de su movimiento y se lesionan o se rompen los ligamentos.



Los síntomas más significativos son dolor y rápida inflamación de la zona, acompañándose a veces de hematomas y dificultad para mover la articulación.

Lo que se debe hacer:

- ✓ Es importante mantener la pierna o el brazo lesionado por encima del nivel del corazón
- ✓ Evitar movimientos que causen dolor e inflamación, es esencial para lograr que el tejido cicatrice
- ✓ Hielo, de inmediato para disminuir la hinchazón, el dolor y el espasmo muscular. Aplicarlo también durante las horas posteriores a la lesión
- ✓ Inmovilizar la zona con venda elástica o cabestrillo, favorece la recuperación y evita una lesión mayor
- ✓ Acudir a un centro hospitalario para valorar la gravedad de la lesión

8.10 FRACTURA

Una fractura es una fisura o rotura de un hueso. Cualquier hueso puede fracturarse a consecuencia de un golpe directo, una flexión, una torsión, un esfuerzo excesivo o una enfermedad que debilite el hueso. Algunas fracturas son más frecuentes que otras: brazo, codo, pierna, tobillo, etc.



Una fractura abierta el hueso asoma al exterior a través de la piel, o bien existe una herida producida por el hueso roto, que acompaña la fractura.

Lo que se debe hacer:

- ✓ Impedir el movimiento de la zona fracturada en todo momento

- ✓ No intente, manipular la fractura ni colocar el hueso en su posición.

Lo que no debe hacer:

- ✓ Mover a la víctima a menos que el hueso roto este completamente estable
- ✓ Mover a una víctima con lesiones en la cadera, pelvis o muslos, a menos que sea absolutamente necesario. Si hay que mover a la víctima se le debe arrastrar a un lugar seguro tomándola de la ropa (por los hombros de la camisa, el cinturón o los pantalones)
- ✓ Mover a una víctima que tenga una posible lesión en la columna vertebral
- ✓ Intentar enderezar un hueso ni una articulación deformada ni cambiar su posición a menos que la circulación parezca afectada
- ✓ Intentar reubicar una posible lesión de la columna vertical

8.11 HERIDAS

Son lesiones que producen pérdida de de los tejidos blandos como: piel, capa superficial, profunda, tejido graso, músculos, puede llegar hasta la pérdida total de parte del cuerpo. Pueden ser producidas por diferentes objetos externos como cuchillo o internas como un hueso fracturado.



una

Lo que debe hacer:

- ✓ Hay que llevar a la persona urgente al médico y el cierre de estas heridas generalmente se la on el tiempo pero esto bajo vigilancia directamente de un medico.
- ✓

Heridas poco profundas

Lo que se debe hacer:

- ✓ Lave suavemente los bordes al rededor de la herida, utilizando agua y jabón
- ✓ Cubra con gasa y presione la herida hasta que deje de sangrar
- ✓ Sujete la herida con esparadrapo o venda. Si las uñas de las manos y los pies se pone morada afloje el vendaje
- ✓ Procure que el herido tome liquido

Heridas Profundas

Cuando las heridas sangran mucho:

- ✓ Mantenga al herido, elevando la parte herida más arriba que el corazón
- ✓ El enfermo que sangra mucho comienza a sentirse cansado y tiene sed
- ✓ Si la sangre es roja , brillante y sale a borbotones, el peligro es mayor
- ✓ El enfermo puede morir si no se detiene la hemorragia.

8.12 LESIONES EN EL OJO

Dado que el ojo se puede lesionar fácilmente, cualquiera las afecciones puede llevar a la perdida de la visión sino trata. Se debe actuar con prontitud y seguir los pasos que aparecen a continuación si se presenta una lesión relacionada con el ojo.



de
se

Objeto pequeño en el ojo o el parpado

El ojo a menudo se limpia a sí mismo pequeños objetos, como pestañas o arena o a través del pestañeo o el lagrimeo.

Lo que se debe hacer:

- ✓ Decir a la persona que no se frote el ojo y lavarse las manos antes de examinarla
- ✓ Examinar el ojo afectado en una área con buena iluminación. Para encontrar el cuerpo extraño, se le pide a la victima que mire hacia arriba y hacia abajo y luego de un lado a otro
- ✓ Si no se puede encontrar el objeto, se debe agarrar al parpado inferior y halarlo hacia abajo con suavidad para mirar debajo de dicho parpado. Para mirar debajo

del párpado superior ,se puede colocar un aplicador de algodón en la parte exterior de dicho párpado y estirar suavemente el párpado por encima del aplicador

- ✓ Si el objeto esta en el párpado, se debe intentar lavarlo con suavidad usando agua. Si esto no funciona, se puede intentar tocar el objeto con un segundo aplicador de algodón para retirarlo
- ✓ Si el objeto esta incrustado en el ojo, se debe tratar de enjuagar el ojo con agua. En este caso, puede servir el uso de un gotero ubicando por encima de la esquina exterior del ojo.

Es posible que se continúe experimentando una sensación de rasguño y otras molestias menores después de retirar las pestañas y otros objetos pequeños pero esta desaparece en un día o dos. Si la persona continua sintiendo molestia o visión borrosa, debe buscar asistencia medica

Objeto clavado o incrustado en el ojo

Lo que se debe hacer:

- ✓ Dejar el objeto en el mismo sitio, sin tratar de retirarlo ni tocarlo, ni aplicar presión alguna
- ✓ Calmar y dar seguridad a la victima
- ✓ Lavarse las manos
- ✓ Vendar ambos ojos. Si el objeto es grande, se debe colocar una taza o un cono de papel sobre el ojo lesionado y cubrirlo para que no se caiga y cubrir el ojo ileso con gasa o un trozo de tela limpia o una gasa estéril. Incluso, si solo uno de los ojos está afectado, el hecho de cubrirlos ambos ayudara a cubrir el movimiento ocular
- ✓ Buscar ayuda médica de inmediata.

Químicos en los ojos

Lo que se debe hacer:



- ✓ Se debe irrigar el área con agua corriente de inmediato; luego voltear la cabeza de la víctima, de manera que el ojo lesionado quede hacia abajo y hacia un lado. Sosteniendo el párpado abierto, se vierte agua fresca en el ojo durante 15 minutos
- ✓ Si ambos ojos están afectados o si la sustancia química esta en otras partes del cuerpo, se debe hacer que la víctima tome una ducha
- ✓ Si la persona usa lentes de contacto y estos no salieron con el agua, se debe hacer que la persona intente retirarlos después del procedimiento de enjuague.
- ✓ Cubrir ambos ojos , incluso si solo uno está afectado, con un vendaje limpia y evitar que la víctima se frote el ojo. Ambos ojos deben cubrirse para evitar el movimiento del ojo afectado
- ✓ Después de seguir las instrucciones anteriores, se debe buscar ayuda médica urgente-

Para cortaduras, rasguños o golpes en el ojo

Lo que se debe hacer:

- ✓ Se debe buscar asistencia médica inmediata si hay lesión en el globo ocular
- ✓ Suavemente, aplicar compresas frías para reducir la hinchazón y ayudar a controlar cualquier hemorragia. No se debe hacer presión para detener la hemorragia
- ✓ Si se acumula sangre en la víctima , ambos ojos deben ser cubiertos con un trozo de tela limpia o una gasa estéril y luego buscar asistencia médica inmediata.

Para cortaduras en el párpado

Lo que se debe hacer:

- ✓ Si el párpado está lesionado, se debe lavar el ojo cuidadosamente. Se recomienda aplicar una capa gruesa de ungüento de antibiótico sobre el párpado. Así mismo se debe colocar un parche en el ojo y buscar atención médica inmediata

- ✓ Si la herida está sangrando se aplica presión directa con un pedazo de tela limpio y seco hasta que el sangrado se detenga
- ✓ Se debe enjuagar con agua, cubrir con una gasa limpia y colocar compresas frías sobre el vendaje para reducir la hinchazón y aliviar el dolor

Lo que no se debe hacer:

- ✓ Presión ni frotar el ojo lesionado
- ✓ Retirar los lentes de contacto a menos que se esté desarrollando una hinchazón rápidamente , se presente una lesión química y los lentes de contacto no hayan salido con el agua, o no se pueda obtener asistencia médica oportuna
- ✓ Intentar extraer un cuerpo extraño que parezca estar incrustada en alguna parte del ojo en si. Los aplicadores de algodón solo se debe usar en los párpados
- ✓ Intentar extraer un objeto incrustado.

8.13 MORDEDURAS DE PERROS Y GATOS

Se presenta dolor agudo y generalmente ocasiona una herida abierta irregular.



una

Precauciones:

- ✓ Siempre es necesario anticipar si el animal es rabioso o no, para lo que se aconseja observar si babea o no; sin esta muy inquieto, agresivo y no puede tragar o beber debido al espasmo que se produce en los músculos de la faringe y de la laringe
- ✓ En caso de no ser vacunado el perro o sea callejero no identificado, el peligro no se descarta hasta los 90 días porque ese es el tiempo de incubación del virus en el hombre, sin que se presente algún síntoma o signo, luego de este periodo, aparece hormigueo, comezón a nivel de la lesión, luego presenta

nerviosismo, excitación, fiebre, cefalea, contractura de los músculos. Por último presenta convulsiones, tetania y parálisis respiratoria.

- ✓ Para evitar que la rabia se instale, los médicos deberán confirmar el diagnóstico con exámenes a nivel de la saliva del paciente, o de la orina o del líquido cefalorraquídeo en donde se instalará el virus.

Lo que se debe hacer:

- ✓ Se debe lavar la herida con abundante agua y jabón antiséptico como el sablón. Dentro de la herida es importante utilizar solución a base de ácido nítrico o de fenol para destruir el virus de la rabia.
- ✓ Debe ser el perro vacunado, basta con curar la herida local y desaparece el peligro.

8.14 MORDEDURA DE SERPIENTE

- ✓ Las mordeduras de serpiente varían de acuerdo al tipo de veneno que posee. Hay serpientes que poseen un veneno cuya acción es local, otras poseen un veneno de acción general y otras serpientes poseen de los dos tipos.



- ✓ El veneno local destruye la sangre y causa inflamación, dolor e hinchazón en los tejidos comprometidos.
- ✓ El veneno de tipo general ataca los centros vitales respiratorio y cardíaco a nivel del bulbo.

Según el tipo de veneno que predomine las manifestaciones serán locales o generales

Lo que se debe hacer:

Mantenga al enfermo acostado y localice el sitio de la mordedura. Si la mordedura es en el brazo o pierna, aplique el torniquete a cuatro centímetros más arriba de la mordedura; desinfecte una navaja o cuchillo, quemándolo en una llama y corte la piel en forma de cruz sobre las marcas dejadas por los

colmillos de la serpiente haga sangrar la herida exprimiendo el corte realizado; además debe tomar en cuenta:

- ✓ Lavar la herida con agua y jabón, cubra la herida con gasa limpia y realice el vendaje.
- ✓ Colóquele hielo y agua fría sobre el vendaje, es necesario llevar al enfermo inmediatamente a la unidad de Salud más cercano.

PRECAUCIONES

- ✓ No chupe el veneno si tiene caries o lastimado en la boca. Puede envenenarse usted también y morir. No ponga hielo directamente sobre la herida.

8.15 OBJETO EXTRAÑO EN LA NARIZ

Lo que se debe hacer:

- ✓ Evitar hurgar la nariz con hisopos de algodón u otros materiales porque esto puede hacer que el objeto extraño se introduzca aún más.
- ✓ Hacer que la víctima respire por la boca. Debe evitar inspirar con fuerza, pues esto puede hacer que el objeto extraño se introduzca aún más en la nariz.
- ✓ Una vez que se haya determinado la fosa afectada, se debe presionar con suavidad la otra fosa para cerrarla y hacer que la víctima sople suavemente a través de la fosa nasal afectada. Se recomienda evitar soplar por la nariz con demasiada fuerza o en forma repetitiva.
- ✓ Buscar ayuda médica si este método no da resultado.



WADAM

Lo que no se debe hacer:

- ✓ Tratar de sacar un objeto que no sea visible y fácil de agarrar, pues esto puede introducirlo más o causar daño a los tejidos.
- ✓ Utilizar pinzas o otros instrumentos para sacar un objeto alojado en lo profundo de la nariz.

8.16 SANGRADO NASAL.

Es la pérdida del tejido que cubre la nariz. El sangrado ocurre con más frecuencia en una fosa únicamente.

**Lo que se debe hacer:**

- ✓ La persona debe sentarse y apretar suavemente la porción blanda de la nariz entre los dedos pulgar e índice, de tal manera que las fosas nasales estén cerradas, aproximadamente 5,10 minutos .Se recomienda inclinarse hacia adelante para evitar tragar sangre debe respirar a través de la boca. Se debe esperar al menos 5 minutos antes de verificar si el sangrado se ha detenido. Casi todas las hemorragias nasales pueden controlarse de esta manera si se da suficiente tiempo para que el sangrado se detenga.
- ✓ La aplicación de compresas frías o de hielo sobre el puente nasal puede ayudar y no se debe taponar la nariz con gasa

No se recomienda acostarse mientras se está presentando una hemorragia nasal. Igualmente se debe evitar aspirar o soplar por la nariz durante varias horas después de la hemorragia.

El tratamiento general enfoca hacia la causa de las hemorragias nasales y puede abarcar:

- ✓ Cierre de los vasos sanguíneos utilizando calor o barritas de nitrato de plata.
Reducción de la cantidad de anticoagulantes o suspensión de la aspirina
- ✓ Control de la presión arterial
- ✓ Reducción de la frecuencia de fracturas nasales o de remoción de cuerpos extraños.
- ✓ Taponamiento nasal.

8.17 PICADURA POR INSECTOS

Lo que se debe hacer:

- ✓ Aplicar sobre la picadura un trozo de tela empapado en amoníaco o agua fría.
- ✓ Si no es posible extraer el aguijón, se aplicará una pasta hecha con bicarbonato sodio y agua.



En caso de múltiples picaduras:

- ✓ Sumergir al paciente en un baño de agua fría bicarbonatada durante 15 minutos
- ✓ Envolverlo en una sabana y trasladarlo urgentemente al hospital.

8.18 BOTIQUÍN ESCOLAR

Es un armario que debe estar ubicado en un lugar seguro y fuera del alcance de los niños, que permitirá guardar todo el material sanitario de emergencia para dar atención de primeros auxilios en el momento que se requiera.



se

El botiquín debe contener los siguientes materiales

- ✓ Alcohol
- ✓ Férulas de tablilla

- ✓ Agua Oxigenada
- ✓ Alcohol yodado
- ✓ Aceite de vaselina
- ✓ Curitas
- ✓ venda de tela
- ✓ Algodón
- ✓ Gasa
- ✓ Esparadrapo
- ✓ Jabón líquido
- ✓ Toalla
- ✓ Leche de magnesio
- ✓ Gotero
- ✓ Pinzas
- ✓ tijeras
- ✓ cepillo de mano

8.19. ESQUEMA DE VACUNACION EN ESCOLARES

GRUPO DE EDAD	VACUNA	TOTAL DOSIS	DOSIS RECOMENDADA	VIA DE ADMINISTRACION	FRECUENCIA DE ADMINISTRACION		
					1 Dosis	1 Dosis	1 Dosis
(5,6,10,11 años)	Dt pediátrica (5 años Primero de Básica	1	0,5 ml.	I.M.	Dosis Única		
	Varicela (6 años) Segundo Básica	1	0,5 ml.	S.C.	Dosis Única		
	SRP (6 años) Segundo Básica	1	0,5 ml.	S.C.	Dosis Única		
	Varicela ESCOLARES (10años) Sexto de Básica	1	0,5 ml.	S.C.	Dosis Única		

8.20 GLOSARIO

Apósito: remedio aplicado exteriormente, sujetándolo con gasas véndaselo.

Articulación: unión de huesos con otros.

Asfixia: aporte suficiente de oxígeno a los tejidos

Bradycardia: lentitud del pulso

Cabestrillo: Vendaje que se sujeta al cuello para sostener e inmovilizar una mano o brazo.

Contracción: acción y efecto de contraer proceso de acortamiento de los músculos por acción de un impulso nervioso que supera el umbral de intensidad

Corazón: órgano central de la circulación de la sangre, situado en el tórax en la cavidad del pecho hacia su parte media y algo a la izquierda.

Exhalación: acción y efecto de exhalar o exhalarse o vapor o vaho que un cuerpo desprende por evaporación.

Expansión: acción y efecto de tenderse o dilatarse, acción de desahogarse al exterior de un modo efusivo cualquier afecto o pensamiento.

Expiración: morir y acabar la vida y acabarse fenecer una cosa

Férula: tablilla flexible y resistente que se emplea en el tratamiento de las fracturas.

Fisura: fractura longitudinal de un hueso o grieta

Fonendoscopio: aparato para la práctica de la auscultación

Frecuencia: cantidad de veces con la que se repite

Hemorragia: flujo de sangre de cualquier parte del cuerpo.

Herida: lesión traumática con solución de continuidad de la piel.

Humeral: arteria que acompaña al humero e irriga los tejidos del corazón, de la vena que acompaña la arteria humeral.

Insolación: enfermedad causada por la exposición excesiva de los rayos solares.

Inspiración: proceso mecánico por el cual el aire penetra en los pulmones, por contracción de los músculos intercostales, que aumentando el volumen de la cavidad torácica.

Luxaciones: luxación dislocación de un hueso

Órgano: parte de un organismo pluricelular que constituye una unidad desde el punto de vista funcional y estructural.

Picadura: acción y efecto de picadura, mordedura o punzadas de un insecto.

Presión arterial: presión que ejerce la sangre sobre la pared de las arterias.

Pulpejos: parte carnosa y mollar de un miembro pequeño del cuerpo humano, y más comúnmente, parte de la palmada de la mano de la que sale el dedo pulgar.

Pulsaciones: acción de pulsar cada uno de los latidos de la arteria, movimiento periódico al fluido

Pulmones: órgano de la respiración de los vertebrados que viven o pueden vivir fuera del agua, destinados a provocar los movimientos respiratorios mediante la presión del aire.

Pulso: parte de la muñeca donde se percibe el latido de la arteria, expansión rítmica de la parte arterial, que traduce la actividad rítmica del corazón y que puede palparse con los dedos en todas las arterias superficiales sobre un plano resistente.

Quemadura: lesión producida en los tejidos por acción de calor en sus diversas formas.

Sincope: pérdida súbita y momentánea del conocimiento, acompañada de la percepción de los latidos cardiacos y de la respiración.

Sistema: conjunto de órganos que intervienen en algunas de las partes.

Subcutáneo: que esta inmediatamente debajo de la piel

Taquicardia: aumento de la frecuencia cardiaca superior a los 100xminuto.

Temperatura: temperatura del cuerpo humano o de los animales.

Termómetro: instrumento utilizado para medir la temperatura.

Válvula: pliegue membranoso o músculo membranoso en un vaso conducto órgano hueco, que impide el reflujo de su contenido

9. NORMAS DE ALIMENTACION Y NUTRICION

Son definidos como productos o sustancias de origen animal o vegetal, que se ingieren habitualmente por vía oral contienen nutrientes que sirven para formar tejidos, suministrar energía y mantener la vida.



oral

Se clasifican en los siguientes grupos:

- ✓ Cereales, tubérculos, plátanos y derivados
- ✓ Verduras y hortalizas
- ✓ Frutas
- ✓ Lácteos, leche y derivados
- ✓ Carnes, aves, pescado y mariscos
- ✓ Huevos
- ✓ Leguminosas
- ✓ Grasas y aceites
- ✓ Azucares
- ✓ Agua.

9.1.- IMPORTANCIA DEL DESAYUNO

El desayuno es la primera comida del día, muy importante para los niños y niñas ya que aporta con la energía y nutrientes necesarios para que desarrolle sus actividades escolares.

El desayuno contribuye a un mejor rendimiento intelectual y físico, estimulando sus capacidades intelectuales relacionadas con los procesos de aprendizaje. Cuando los niños no desayunan puede haber una disminución de las capacidades cognitivas, de aprendizaje y desarrollan hábitos incorrectos que puede durar toda la vida y favorecer la malnutrición por déficit (desnutrición) ; o por exceso (sobrepeso y obesidad). Esto debido a que al omitir el desayuno ingieren bocadillos continuamente y generalmente sus meriendas son excesivas

9.2 ACTIVIDAD FISICA

La actividad física es el movimiento del cuerpo que consume la energía que se obtiene a través de los alimentos. Caminar, subir las escaleras, jugar futbol, básquet, nadar, saltar rayuela, volar cometas son buenos ejemplos de una vida activa.

Porque es importante realizar:

- ✓ Se gasta más energía y se evita engordar
- ✓ Se aprende a conocer al cuerpo las habilidades y destrezas
- ✓ Ayuda al crecimiento y desarrollo
- ✓ Ayuda a mantener la salud
- ✓ Ayuda a desarrollar la inteligencia y mejorar la actitud para resolver problemas
- ✓ Favorece la relación entre amigos y amigas
- ✓ Se disfruta de la naturaleza y de la vida al aire libre
- ✓ Permite relajarse y tener mejor salud mental
- ✓ Le mantiene alegre y amigable

9.3 BARES ESCOLARES

Los bares escolares deben ofrecer una alimentación saludable a los niños y niñas. Se recomienda a los responsables del bar que tengan conocimiento básico de los alimentos y su manipulación y preparación y que apliquen las normas de higiene adecuada, en la planta física y en higiene personal brindar a los niños alimentos que contribuyan en el crecimiento al brindar energía necesaria para realizar las actividades diarias y que les proteja de enfermedades.

9.3.1 MENU PARA LOS BARES ESCOLARES

Nuestra provincia tiene una gran variedad de preparaciones tradicionales que debemos rescatar, ya



que aportan muchos nutrientes como energía, proteínas y fibra.

CROQUETAS DE ESPINACAS.

INGREDIENTES 4 PORCIONES

½ Taza de espinaca

1 taza de leche

3cdas.de avena

1 pimiento verde

1 cebolla paiteña

1 pan rallado

1 huevo

4 cucharadas de aceite, sal al gusto



PREPARACION

Lavar y picar las espinacas y cocinarlas a fuego lento, en una sartén con aceite rehogar la cebolla, añadir la harina remover dos minutos, retirar.

TORRE ACELGA

INGREDIENTES

4 Huevos

4hojas de acelga

1tomate riñón

1 cebolla en hoja

2 cucharas de aceite

½ lb hígado de res cocinado



Sal al gusto

PREPARACION

Lavar las acelgas y picarlas, poner en un sartén caliente y agregar las acelgas, luego poner

LASAÑA DE VERDURAS.

INGREDIENTES

5 PORCIONES

6 Laminas de lasaña

1 cebolla paiteña

1 pimiento

½ libra de queso rallado

½ taza de salsa de tomate

1 berenjena

½ taza de espinaca.

4 cucharadas de aceite

1 zanahoria amarilla y sal al gusto.



PREPARACION

Pelar y picar la cebolla y el perejil

Rehogar las espinacas en una sartén con un poco de aceite, de la misma manera hacer con la berenjena picada con cuadros, luego con la zanahoria, cebolla picada, pimiento cocinar las laminas de la lasaña durante 20 minutos, remojar en agua fría, en un recipiente poner la salsa de queso como base, luego poner laminas, agregar salsa de tomate, las espinacas, rociar las verduras, cubrir con otra capa de lasaña, agregar queso y poner al horno por 30 minutos

2 pepinillos

1 cebolla paiteña

1 pimienta

2 hojas de col

2 cucharadas de pasta de maní

1 rama de cilantro

2 cucharadas de aceite

Sal al gusto.



PREPARACIÓN

Cortar finamente la cebolla, pimienta en cuadritos y freír en aceite, con la cebolla este transparente poner la carne molida, la pasta de maní, cilantro, sal, y mover bien por 5 minutos y retirar del fuego.

Pelar los pepinillos, cortar las puntas, ahuecar eliminando las pepas y rellenar con el refrito de carne, cortar en rodajas no muy delgadas y servir acompañado con bastoncitos de yuca.

FREJOL CON BROCOLI

INGREDIENTES

5 PORCIONES

½ libra de frejol cocinado

1 libra de brócoli

1 Pimiento rojo

1 tomate riñón

1 cebolla paiteña

1 rama de cilantro

1 limón

Sal y aceite al gusto.



PREPARACIÓN

Cocinar a vapor el brócoli, picar a su gusto la cebolla, pimiento, cilantro, brócoli, tomate mezclar en un recipiente todos los ingredientes añadir sal, limón y aceite.

ENSALADA DE RABANO CON QUESO

INGRDIENTES

4 PORCIONES

3 hojas de lechuga

1 pimiento rojo y verde

½ pepinillo

1 cebolla paiteña

¼ de queso

4 rábanos

1 huevo cocinado

1 limón

1 cucharada de aceite

Sal al gusto



PREPARACIÓN

Lavar y cortar en trozos grandes la lechuga, cortar los pimientos en tiras delgadas. El pepinillo, cebolla, los rábanos y junto con el huevo duro se corta en rodajas finas, cortar el queso en cuadritos.

En una fuente se coloca los ingredientes revueltos cuidadosamente, agregando gotas de limón, sal y aceite al gusto

ENSALADA DE FREJOL CON FIDEO

INGREDIENTES

5 PORCIONES

½ de frejol cocinado

¼ libra de fideos laso pequeño

1 cebolla paiteña

1 pimiento verde

1 tomate riñón

1 cucharada de aceite

1 limón

Oregano, sal al gusto.



PREPARACION

Mezclar el frejol con los fideos cocinados. Picar en cuadros el tomate y el pimiento, picar la cebolla paiteña lavar y poner el jugo el limón.

En un recipiente mezclar el frejol, cebolla, fideo, tomate, pimiento, orégano, sal y añadir aceite

LICUADO DE LECHE CON SOYA

INGREDIENTES 4 PERSONAS

- 3 Tazas de leche de soya
- 1 Guineo maduro pelado y congelado
- 1 taza de fresas congeladas
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1/3 de tazas de azúcar



PREPARACION

Coloque todos los ingredientes en la licuadora y licue hasta suavizar, servir con hielo

PONCHE DE GUINEO Y NARANJA

INGREDIENTES

- 1 Taza de jugo de naranja
- ½ taza de leche
- 2 huevos
- 1 guineo rebanado y congelado
- 3 cucharadas de azúcar.



PREPARACION

Coloque todos los ingredientes en la licuadora y licue hasta suavizar, vierta en vasos, sirva de inmediato.

BEBIDA ENERGETICA

INGREDIENTES.

2 Vasos de zumo de zanahoria

2 vasos de jugo de naranja natural

1 lb panela molida

½ libra de arroz

½ cucharadita de sal



PREPERACION

Cocinar el arroz sin sal en un litro de agua cuando esté bien cocinado, retirar del fuego y dejar que se enfríe y licuar en un recipiente y agregar el zumo de zanahoria y el jugo de naranja, finalmente agregar la panela y sal.

Ponemos añadir hielo al momento de servir.

AGUA DE GUAYUSA

INGREDIENTES

Cuatro ramas de guayusa

Media taza de miel de caña



15 litros de agua

PREPARACION

Poner al fuego una olla con agua, se refriega las hojas frescas de guayusa en la mano hasta retirar un poco y se agrega cuando el agua este tibia, luego dejar hervir por el lapso de 10 minutos retirar del fuego y dejar enfriar, retirar las hojas y agregamos miel de caña al gusto.

FRESCO NARANJILLA CON ARROZ

Ingredientes 5 Personas

6 naranjillas

½ taza de arroz crudo

6 cds Azúcar



PREPARACION

Cocinar arroz, retirar del fuego y dej

Licuar el arroz con las naranjillas, agregar agua fría y endulzar al gusto, servir con hielo o luego de estar en refrigeración

ESPUMILA DE FRUTAS

INGREDIENTES

10 PERSONAS

4 Claras de huevo

1 limón

1 taza de azúcar

2 tazas de frutas cortadas en trozos



pequeños

PREPARACION

Batir las claras a punto de nieve con el azúcar y el limón, al final añadir las frutas picadas y batir por 15 minutos colocar en un recipiente y decorar al gusto, servir con galletas.

TORTA DE PIÑA

INGREDIENTES

15 PERSONAS

1 taza de harina

1 taza de azúcar

4 huevos

1 sobre de polvo para hornear

5 Rodajas de piñas.



PREPARACION

Batir los ingredientes, picar finamente la piña e incorporar a la masa para batir

Engrasar e molde y poner la masa, rociar trozos de piña, poner al horno por 30 minutos

DULCE DE PAPAYA**INGREDIENTES** **15 PERSONAS**

1 Papaya mediana

2 tazas de Azúcar

Cascaras ralladas de 3 limones

**PREPARACION**

Pelar la papaya, cortar en tiras delgadas, poner en un recipiente junto con el azúcar y cocinar a fuego lento hasta que todo el azúcar se disuelva.

Continuar la cocción durante 10 minutos retirar del calor y dejar reposar durante 30 minutos.

Poner nuevamente a fuego la mezcla hasta que el azúcar comience a cristalizar, agregar las cascaras de limón rallado continuar con la cocción por 2 minutos, quitar del fuego y dejar enfriar completamente.

ENSALADAS DE FRUTAS CON YOGURT**INGREDIENTES** **5 PERSONAS**

2 Plátanos

2 Manzanas

2 peras

½ papaya pequeña

1 trozo de sandia

1 vaso de yogurt



PREPARACION

Lavar las frutas, sacar las cortezas de los plátanos papaya y sandia, picar en cuadritos todas las frutas poner en un recipiente y dejar reposa en el refrigerador y al momento de servir rociar con yogurt.

FLAN DE NARANJA

INGREDIENTES

4 PERSONA

1 taza de azúcar

2 Vasos de zumo de naranja natural

8 huevos

1 cucharada de ralladura de cascar



PREPARACION

Batir bien los huevos con el azúcar hasta que esta quede bien disuelta, añadir el jugo de naranja y mezclar en un recipiente a otro varias veces

Acaramelar un recipiente con 3 cucharadas de azúcar y agregar la preparación, rociar la ralladura de cascara de naranja y cocinar a baño maría durante una hora, dejar enfriar bien antes de desamoldar.

TORTA DE GUINEO

INGREDIENTES 15 PERSONAS

3 Guineos maduros

1taza de panela

1taza de avena

3 tazas de harina

3 huevos

3cdas de mantequilla

1cucharada de polvo de hornear



PREPARACION

En una sartén a fuego lento, diluir la mantequilla y la panela, esto poner en un recipiente a parte, luego agregar guineos aplastados, avenas, harinas, huevos, y finalmente el polvo de hornear, si desea añada esencia de vainilla o canela en polvo al gusto, esta preparación añadir en un molde previamente engrosado y hornear por 30 minutos.

CALDO DE CORRONCHO

INGREDIENTES 10 PERSONAS

20 pescados corronchos medianos

10 plátanos

Cebolla blanca

Sal al gusto



PREPARACION

Cocinar en agua con sal los plátanos verdes en rodajas y poner a fuego normal hasta que este cocinado, luego se agregan los pescados y dejar hervir por máximo unos 10 minutos, se agrega la cebolla antes de retirar del fuego. Tome en cuenta que los corronchos se cocinas rápidamente y se puede desintegrar si se deja hervir mucho. Servir acompañado de yuca, papa china o sango

CALDO DE YAMALA

INGREDIENTES

10 PERSONAS

5 Libras de carne de yamala

Sal al gusto

Cilantro amazónico al gusto.



PREPARACION

Cocinar la carne de yamala picada en pedazos pequeños con abundante agua y sal al gusto hasta que estén suaves, se retira y agrega al cilantro a gusto. Deje enfriar un poco y está listo para servirse acompañado de yuca o plátano. Tomar en cuenta que si se agregan otros ingredientes pierde el sabor natural de la carne.

AYAMPACO DE MENUENCIA DE GALLINA

INGREDIENTES

Menudencia de gallina

Tres palmitos

Hojas tiernas de sango

Hojas de pumpo o de bijao.



PREPARACION

Lavar la menudencia con sal y limón aplastándolas firmemente para que queden limpias y sin sal olor enjuagar con abundante agua

Picar las menudencias, los palmitos y la hoja de sango en trozos muy pequeños. Cuando este todo bien picado se mezcla bien .esta preparación se coloca en las hojas de pumpo o bijao y se cierra de acuerdo como otros tipos de ayampacos y poner a la brasa hasta que quede cocida. Puede servirse acompañada de yuca plátanos, papas, y otros juntos alguna bebida tradicional.

BIBLIOGRAFIA:

1. Asamblea Nacional Constituyente, CONSTITUCIÓN POLITICA DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR, Segunda Edición, Editorial PUDELECO, Quito Ecuador, 2004
2. MEC, MSP, OPS-UNICEF, UNFPA, Plan Internacional, "MANUAL DE ESCUELAS PROMOTORAS DE LA SALUD", Quito, Ecuador, Marzo 2005.
3. Acuerdo Ministerial Conjunto entre el MEC y MSP, No 1154, del 1 de marzo del 2005.
- 4.
5. Almeida L. Intoxicaciones. Manual Básico de Primeros Auxilios. 1.999 1;1-98.
6. American college of Surgeons. Politraumatismos. Programa avanzado de apoyo vital en trauma para médicos. ATLS. Committee on trauma, 2.001; 289-350..
7. www.cruzrojacolombiana.org. Prevención de accidentes. Manual de primeros auxilios y autocuidado.