

Grecia Maricruz López Aguilar

Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a Estudiantes del Área de Biología del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, del Departamento de San Marcos.



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

Asesora Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía

Guatemala, Noviembre de 2,015

Este informe es presentado por la autora como trabajo del EPS, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.
Guatemala, Noviembre de 2,015.

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
CAPÍTULO I	
Diagnóstico	
1.- Datos generales de la Institución	1
1.1 Reseña Histórica	1
1.2 Nombre de la Institución	1
1.3 Tipo de Institución	1
1.4 Ubicación Geográfica	1
1.5 Dirección del Establecimiento	1
1.6 Nivel que Atiende	2
1.7 No. De Estudiantes	2
2.- Visión	2
3.- Misión	2
4.- Políticas	3
4.1 Políticas Generales	3
4.2 Políticas Transversales	3
4.3 Política de Cobertura	3
4.4 Política de Equidad	3
4.5 Política de Educación Bilingüe	3
4.6 Política de Modelo de Gestión	4
4.7 Aumento de la Inversión Educativa	4
4.7.1 Política de Inversión	4
4.8 Descentralización Educativa	4
4.8.1 Política de Descentralización Educativa	4
4.8.2 Política de Fortalecimiento Institucional	4
5. Objetivos	5
6. Metas	5
7. Estructura Organizacional	6
8. Perfil de los Integrantes de la Comunidad Educativa	7
9. Recursos	8
10. Técnicas Utilizadas para Realizar el Diagnóstico	8
11. FODA de la Institución	9
12. Lista de Análisis de Problemas	10
13. Análisis de Viabilidad y Factibilidad	11
14. Priorización del Problema	12
15. Análisis de Viabilidad y Factibilidad	13
16. Problema Seleccionado	14
17. Solución Propuesta como Viable y Factible	14

CAPITULO II

Perfil del Proyecto	
1.- Aspectos Generales	15
2.- Descripción del Proyecto	16
3.- Justificación	16
4.- Objetivos del Proyecto	17
5.- Metas	17
6.- Beneficiarios	17
7.- Fuentes de Financiamiento	18
8.- Cronograma de Actividades para la ejecución del Proyecto	19
9.- Recursos	21

CAPITULO III

Aspectos Generales	
1.- Proceso de ejecución del Proyecto	22
a).- Actividades y Resultados	22
b).- Productos y Logros	24
c).- Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto.	25

GUÍA DE APRENDIZAJE SOBRE HIGIENE CORPORAL, SALUD ESCOLAR Y COMUNITARIA, APLICADA AL ÁREA DE BIOLOGÍA DEL CNB DEL INED CATARINA SAN MARCOS.	27
--	-----------

CAPITULO IV

Proceso de evaluación	
1.- Evaluación del diagnóstico	81
2.- Evaluación del perfil del proyecto	81
3.- Evaluación de la ejecución del proyecto	81
4.- Evaluación general y final del proyecto	81
1.- CONCLUSIONES	82
2.- RECOMENDACIONES	83
3.- BIBLIOGRAFÍA	84

APENDICE
ANEXOS

INTRODUCCION

El proyecto "de Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada al área de Biología del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos", contiene lo que a continuación se describe:

Contiene datos obtenidos de la Institución Beneficiada, que nos permite conocer e identificar necesidades, auxiliándonos de Técnicas e Instrumentos utilizados para la recopilación de la información que ha sido analizada para un resumen del diseño del proyecto que identifica los elementos claves como el nombre del proyecto, objetivos, justificación, metas, actividades, recursos, presupuesto, los factores externos y las consecuencias esperadas de la terminación exitosa del proyecto. Se contempla el Proceso de Ejecución del Proyecto, en él se encuentran las actividades y resultados, describiendo en forma detallada y ordenada así mismo, estableciendo el tiempo, los costos, productos y logros alcanzados al final del proyecto.

Encontramos el Proceso de Evaluación del Perfil y de la ejecución y la Evaluación Final, que son los medios que nos permiten comprobar el impacto de los objetivos propuestos que consiste en una Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , aplicado a los alumnos de nivel diversificado del Instituto de Educación Diversificada de Catarina San Marcos. La Evaluación Final consistió en una entrevista a los beneficiarios para analizar los resultados de aceptabilidad del proyecto y su entrega a la institución beneficiada.



CAPÍTULO I

Diagnóstico

1. Datos Generales de la Institución:

1.1. Reseña Histórica:

La Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnico Administrativa del Sector 1216.1 del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, fue creado por la necesidad y crecimiento de la población estudiantil para dar una mejor cobertura y calidad Educativa, siendo el primer supervisor, el Profesor de Educación Media Edmundo Camacho Leal, el cual desempeñó eficientemente sus labores Técnico Administrativas, posteriormente el Profesor de Educación Media Argeler Benjamín López Sandoval, realizó un trabajo eficiente al frente de dicha institución; actualmente el PEM. Cesar Ambrosio Gutiérrez desempeña el cargo de Supervisor Técnico Administrativo. La supervisión Educativa 96-75 se encuentra ubicada en la 2ª. Avenida 16-32 Zona 1 de Catarina, San Marcos, Actualmente atiende a 119 maestros y maestras de nivel pre primario, primario, básico, diversificado, del sector oficial y privado, por lo cual se hace muy importante e indispensable para el desarrollo educativo de éste pujante municipio de Catarina, San Marcos.

1.2. Nombre de la Institución: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

1.3. Tipo de institución: El Instituto Nacional de Educación Diversificada, es de carácter público, que genera oportunidades de estudios a todas las personas que deseen la superación personal.

1.4. Ubicación Geográfica: El Instituto Nacional de educación Diversificada, se encuentra ubicado en el municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.5. Dirección en donde se ubica: 2da. Avenida 2-26, zona 1, Catarina, San Marcos.

1.6. Nivel educativo que atiende: Ciclo Diversificado

1.7. No. de Alumnos: 54 alumnos (mixtos).

1.8. No. de Docentes: 6.

1.9. Dirección a cargo de: P.E.M. Nerly Ovany de León Requena.

1.10. Antecedentes de la Institución: Formador del Nivel Medio

2. Visión:

Ser una institución educativa líder e innovadora en el campo de la formación integral con equidad de géneros de los niños, niñas, y jóvenes, utilizando su idioma materno y su cultura para impartir una metodología activa, que pretende formar ciudadanos con liderazgo positivo, capaces de reflexionar, dialogar, participar, con criterio propio, para poder desempeñarse eficazmente y responder a las necesidades, problemas e intereses de su comunidad y de la sociedad en que están inmersos y que actúen con eficiencia para mejorar significativamente el nivel de vida de sus compañeros.

3. Misión:

Somos una institución educativa, con una modalidad innovadora con enfoque constructivista – pedagógica que se orienta a la formación científica, tecnológica y humanística. Capaces de participar, en un régimen democrático, que amen su nación que tengan valores morales, que respeten a los demás con quienes comparten dentro y fuera de su comunidad, sin importar su cultura, religión, color a la que pertenezcan respetar a los países del mundo para que todos. Vivamos en paz, libertad y justicia.

4. Políticas

4.1. Políticas Generales.

Entre las políticas generales podemos mencionar:

- ✓ Implementar un Modelo de Gestión Transparente que responda las Necesidades de la Comunidad Educativa.
- ✓ Ampliar la Cobertura Educativa incorporando especialmente a los Jóvenes y Señoritas de extrema pobreza y de segmentos Vulnerables.
- ✓ Fortalecer la Educación Bilingüe Intercultural.
- ✓ Justicia Social a través de Equidad Educativa
- ✓ Avanzar hacia una Educación de Calidad.

4.2. Políticas transversales.

Entre las políticas generales podemos mencionar:

- ✓ Fortalecimiento de la Institucionalidad del Sistema Educativo.
- ✓ Descentralización Educativa.
- ✓ Aumento de la Inversión Educativa.

4.3. Política de cobertura.

Se cubrirá en total cobertura de acuerdo a La Constitución de la República de Guatemala y la Ley de Educación Nacional, se establece que todo ser humano, tiene derecho a una calidad de vida en la cual debe de tener varias etapas: **a)** Educación Inicial, **b)** Educación Preprimaria, **c)** Educación Primaria y **d)** Educación Media, y sobre todo el gobierno es el ente de brindarle la educación totalmente gratuita.

4.4. Política de equidad

Se valora altamente la contribución del estudio en cuanto al énfasis que hace sobre insumos relacionados al compromiso que debe asumir la sociedad guatemalteca para demandar una mayor asignación de recursos hacia la educación de los niños y niñas guatemaltecos, la distribución equitativa del mismo, priorizando el gasto público educativo hacia las niñas y niños del área rural, especialmente facilitando el acceso de los indígenas a los servicios educativos.

4.5. Política de Educación Bilingüe

Nos proponemos fortalecer la Educación Bilingüe Intercultural, a través del incremento de su presupuesto y la discusión con los representantes de las organizaciones indígenas del modelo en el país, respetando su cosmovisión, sus textos, materiales y recursos de enseñanzas, incrementando el número de contratación de maestros y maestras bilingües en todos los niveles y modalidades de educación, mejorando las condiciones laborales establecidas en la ley de generalización de la educación bilingüe intercultural.

4.6. Política de Modelo de Gestión

El objetivo fundamental del sistema educativo guatemalteco consiste en que los jóvenes tengan un aprendizaje significativo y sean capaces de construir una sociedad próspera y solidaria, en un mundo altamente competitivo.

4.7. Aumento de la Inversión Educativa

4.7.1. Política de Inversión:

Se promoverá el aumento en la inversión en educación, ampliando progresivamente el presupuesto que nos permita alcanzar las metas propuestas al final de nuestro período, para garantizar la calidad de la educación como uno de los derechos fundamentales de los ciudadanos y las ciudadanas.

4.8 Descentralización Educativa

4.8.1. Política de Descentralización Educativa:

Se pretende privilegiar al ámbito municipal, para que sean los gobiernos locales los rectores orientadores del desarrollo del municipio, así como el sustento de los cuatro pilares en los que debe fundamentarse la implementación de la estrategia nacional: a) el respeto y la observancia de la autonomía municipal, b) el fortalecimiento institucional de las municipalidades, c) la desconcentración y descentralización como instrumentos de desarrollo; y, d) la democracia y participación ciudadana.

4.8.2. Política de Fortalecimiento Institucional

Fortaleceremos la institucionalidad del sistema educativo escolar. Como parte de esta política promoveremos la instalación íntegra y funcionamiento Consejo Nacional de Educación, con la participación de los distintos sectores de la sociedad, así como el fortalecimiento de los concejos municipales de educación

5. Objetivos:

Proveer la información sobre la calidad de los aprendizajes, basada en criterios y estándares sistemáticos que aseguran un alto grado de objetividad, para planificar acciones y tomar decisiones a efecto de:

- ❖ Lograr el cambio en la personalidad de los estudiantes.
- ❖ Provisión de insumos para el desarrollo de evaluaciones de impacto de políticas y programas.
- ❖ Darle a los educandos, herramientas para incrementar ingresos según sus condiciones socio-económicas.
- ❖ Contribuir a la formación de la personalidad del educando.
- ❖ Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.

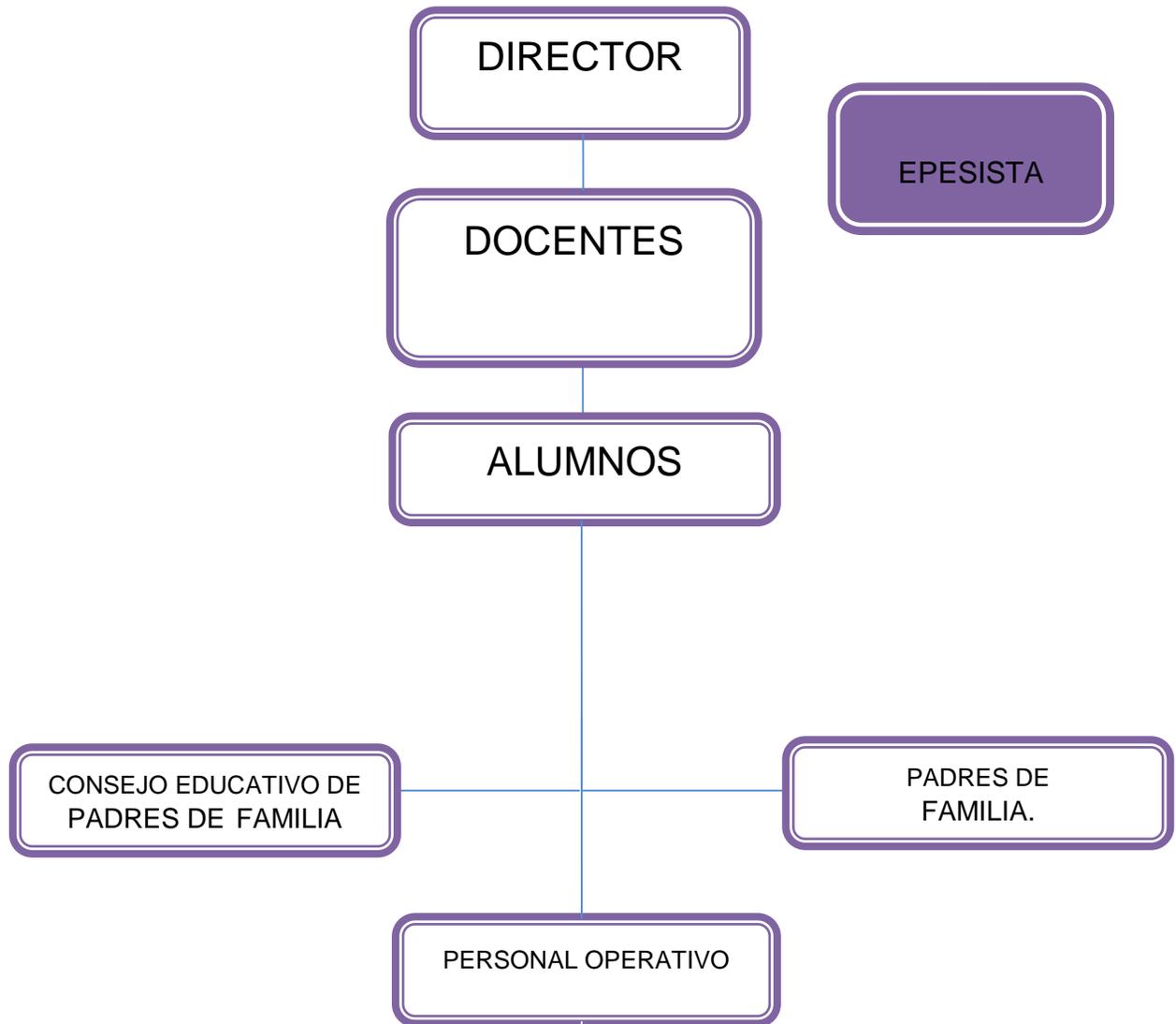
6. Metas.

Entre las metas que se consideran alcanzar dentro del presente proyecto, podemos mencionar:

- ❖ Guiar, orientar, dirigir, y encausar por mejores senderos a los Estudiantes.
- ❖ Preparar a los estudiantes con una visión innovadora, tomando en cuenta la importancia sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, como un beneficio para toda la humanidad.
- ❖ Calidad educativa.

7. Estructura Organizacional:

Organigrama del Instituto Nacional de Educación Diversificada



8. Perfiles de los Integrantes de la Comunidad Educativa

Es de gran importancia que las nuevas generaciones, en nuestros tiempos, deban estar llenas de formación, priorizando en la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.

Dimensión	Perfiles			
	Estudiantes	Docentes	Director	Padres de Familia
Social (Relacionarse con los demás, y la participación de la comunidad.)	Sociables, comunicativos, honestos, altruistas, participativos, amigables, Identidad, respetuosos, constantes, responsables,	Ordenados responsables integradores, motivadores, trabajadores, organizados, democráticos, proactivos, solidarios, puntuales,	Amigable Justo Participativo. Responsable, disciplinado, educado, respetuoso, sociable, integro, gestor, sociable.	Iniciativa y colaboradores Participativos, solidarios, organizadores, responsables, atentos, constantes, humildes.
Personal-afectiva (Rasgos relacionados con el aspecto emocional; autoestima, seguridad, valores, etc.)	Activos, atentos, capaces, humildes, respetuosos, confiables, Solidarios, responsables, humanistas, honestos.	Comprensivos, puntuales, democráticos, tolerantes, justos, equitativos, inteligentes, emocionales, confiables, humanistas	Democrático, comprensivo, tolerante, confiable, gentil, cortés, coordinador., seguro de sí mismo, sincero, versátil, humanista,	Amable. altruistas, confiables comprensivos, democráticos, futuristas, promotores tolerantes,,
Intelectual (Conocimientos y capacidades mentales; resolución de problemas, pensamiento crítico y reflexivo)	Inteligentes, investigadores, líderes, humanistas, sintéticos, eficientes, estudiosos, analítico-sintético. Creativos.	Actualizados, inteligentes, eficientes, idealistas, renovados, futuristas, innovadores, ordenados. Creativos	Eficiente, actualizado, disciplinado, ordenado, preparación académica adecuada, investigador,	Idealistas, participativos, perseverantes, ordenados, actualizados, preparación académica, solucionadores de conflictos, justos.
Psicomotora (Habilidades y destrezas motoras).	Activos, participativos, disponibles, trabajadores, creativos, investigadores	Activos, perseverantes, originales, participativos.	Activo, flexible, dominio de su puesto, gestor, hábil, creativo, constante.	Activos, flexibles, participativos, constructores, creativos, generadores.

9. Recursos:

Humanos:

- ❖ Supervisor Educativo Sector 1216.2
- ❖ Director del Establecimiento educativo
- ❖ Personal Docente
- ❖ Alumnos

Materiales y Equipo

- ❖ Aulas
- ❖ Computadoras
- ❖ Cátedras y sillas
- ❖ Pupitres
- ❖ Bibliografía de la Institución.

Financieros:

- ❖ Fondo de gratuidad
- ❖ Esta institución cuenta con docentes contratados por el renglón 021

10. Técnicas Utilizadas para Realizar el Diagnóstico

- ✓ **Guía de los VIII Sectores**
- ✓ **Técnicas de observación**
 - Técnica de análisis documental
 - Técnica del FODA
 - Técnica de entrevista.

- ✓ **Instrumentos**
 - Observación
 - Cuestionario
 - Fichas

11. FODA del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED, Catarina.

Ámbito	Fortalezas	Oportunidades	Debilidades	Amenazas
Pedagógico	<p>El personal es responsable</p> <p>Se cuenta con el personal docente necesario para atender todos los grados y secciones</p> <p>Los alumnos respetan a los docentes.</p>	<p>Apoyo del Supervisor Educativo</p> <p>Durante los últimos años ha recibido apoyo de Epesista de la Universidad San Carlos de Guatemala.</p>	<p>Carece de material bibliográfico y didáctico sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.</p> <p>No existen suficientes textos para consulta de los alumnos.</p>	<p>Falta de conocimiento sobre el Mantenimiento de Higiene Corporal, salud Escolar y Comunitaria ,</p> <p>Desinterés de parte de los alumnos.</p> <p>Presencia de grupos antisociales en la comunidad.</p>
Institucional	<p>Liderazgo trabajo en equipo</p> <p>Ubicación del instituto es accesible.</p>	<p>Existe apoyo de los padres de familia en mano de obra en proyectos gestionados.</p> <p>Gestionar con otras instituciones diferentes tipos de apoyo</p>	<p>No cuenta con un edificio propio.</p> <p>No cuenta con una dirección apropiada para trámites administrativos</p> <p>Aulas muy pequeñas</p>	<p>Desinterés de algunos padres de familia en la educación de sus hijos.</p> <p>Falta de recursos económicos de los padres y madres de familia.</p>
Con relación a la proyección de la Comunidad Educativa.	<p>Contar con el proyecto Educativo Institucional y la participación de los diferentes sectores de la comunidad educativa y la Coordinación</p>	<p>Programas y proyectos de desarrollo en el sector educativo</p> <p>Coordinar con Instituciones para brindar apoyo en actividades para el desarrollo educativo.</p>	<p>Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil</p>	<p>Desinterés en máximos dirigentes de la comunidad.</p>

12. Lista y Análisis de Problemas

No	Problemas	Factores que los producen	Soluciones
01	“Falta de documentos que contengan orientación sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”	Falta de apoyo e interés del MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y DE SALUD.	Elaborar una guía de aprendizaje que aborde temas de implementación de Higiene Corporal, salud Escolar y Comunitaria.
02	Carece de material bibliográfico que aborde temas sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Carencia de recurso económico para la elaboración.	Capacitación por parte de un profesional versado en la materia
03	Carencia de recursos materiales propiamente de oficina.	Retardo en el envío del subsidio ofrecido por el MINEDUC a las Coordinaciones Educativas.	Gestión de actividades para la obtención de recursos económicos.
04	Deficiencia de orientar a la población estudiantil sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	La falta de actividades motivadas para el desarrollo e implementación sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.	Organizar actividades para la enseñanza de sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria
05	Carece del mobiliario	Poco ingreso económico	Gestionar con autoridades municipales y locales para apoyo de mobiliario.

13. Análisis de Viabilidad y Factibilidad

PROBLEMAS	“Falta de documentos que contengan orientación sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”		Carencia de material bibliográfico que aborde temas sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria		Carencia de recursos materiales propiamente de oficina.		Deficiencia de orientar a la población estudiantil para la enseñanza sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.		Carece del mobiliario adecuado.	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X		X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X			X	X			X	X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?	X		X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X		X

6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X		X		X		X		X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones y ONG para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
TOTAL	10	0	9	1	8	2	5	5	7	3
PRIORIDAD	1		2		3		5		4	

14. Priorización Del Problema:

El problema seleccionado es, "Falta de documentos que contengan orientación sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria" el cual aparece como número uno en la lista de análisis, debido que la falta de documentos didácticos reduce el aprendizaje pedagógico no favorece en nada a la educación, pues para educar se necesitan herramientas básicas que se relacionen con Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria que se necesita ser educado y orientado.

15. Análisis de Viabilidad y Factibilidad

Opción 1. Elaborar una Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria,” en el área de Biología del nivel diversificado

Opción 2. Elaborar talleres para docentes y padres de familia.

No.	Indicadores	Opción 1		Opción 2	
		SI	NO	SI	NO
1.	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X			X
2.	¿Se cuenta con financiamiento externo?	X			X
3.	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X
4.	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X
Administrativo					
5.	¿Se tiene la autorización legal de la administración?	X		X	
6.	¿Se tiene estudio del impacto?	X		X	
7.	¿Existe ley que ampare el proyecto?	X			X
8.	¿Se hicieron controles de calidad para la ejecución?	X			X
9.	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X		X	
10.	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X			X
11.	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X	
12.	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
13.	¿Se han definido claramente las metas?	X		X	
Mercadeo					
14.	¿El proyecto cuenta con la aceptación de la institución y de los usuarios?	X		X	
15.	¿Satisface las necesidades de la comunidad educativa?	X		X	
16.	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X			X
17.	¿El proyecto es accesible a la población?	X		X	
18.	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X
Político					
19.	¿La institución se hará responsable del proyecto?	X		X	
20.	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X	
21.	¿Considera efectivo el apoyo del Alcalde Municipal?	X		X	
Cultural					
22.	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
23.	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X	
Social					
24.	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X		X	
25.	¿Cuenta con el beneplácito de los beneficiarios?	X		X	
26.	¿Se toma en cuenta a los catedráticos en servicio?	X			X
Total		26	0	15	11

16. Problema Seleccionado

Al terminar el diagnóstico institucional se listó y jerarquizaron los problemas y necesidades de Implementar la guía de Aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, priorizando el de Proceso de Enseñanza en el curso de Biología y que se imparte en área común del nivel diversificado.

17. Solución Propuesta como Viable y Factible

Después de aplicar el análisis de viabilidad y factibilidad, la opción más viable y factible es elaborar una Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , aplicada a nivel diversificado DEL CNB DEL AREA DE Biología para la preparación responsable de los estudiantes con sus diferentes especialidades del Municipio de Catarina, San Marcos.

Problema seleccionado	Solución
"Falta de documentos que contengan orientación sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria".	Elaborar una Guía de Aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, dirigida a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

CAPITULO II

PERFIL DEL PROYECTO

1. Aspectos Generales

1.1. Nombre del Proyecto

Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a Estudiantes del Área de Biología del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, del Departamento de San Marcos.

1.2. Tipo de Proyecto

Proyecto Educativo

1.3. Problema

“Falta de documentos que contengan orientación sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”.

1.4. Localización

El Instituto Nacional de Educación Diversificada pertenece al Municipio de Catarina, ubicado en 2da. avenida 2-26, zona 1 Catarina, San Marcos.

1.5. Unidad Ejecutora

- Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, Sección Catarina, San Marcos.

2. Descripción el Proyecto:

El proyecto consiste en diseñar una Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , el objetivo primordial de este proyecto es concientizar a los Estudiantes sobre la importancia que tiene La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , del Instituto Nacional de Educación Diversificada, del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

El proyecto consta de un proceso de ejecución el cual cumple con las normativas establecidas por la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

3. Justificación:

Ante la necesidad de crear conciencia en los estudiantes, docentes y padres de familia de la importancia sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, se realiza un proyecto que pretende llenar las expectativas educativas, así como, también brindar nuevos conocimientos a millones de jóvenes y señoritas que hoy se enfrentan a retos importantes en nuestro país para combatir este flagelo, tanto en zonas rurales como en urbanas.

Es primordial entonces darle prioridad a este proyecto incentivando a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos y que se aprovechen los recursos que se tienen para crear conciencia de los esfuerzos que se están haciendo para redactar esta Guía.

Con la redacción de esta Guía se pretende educar a presentes y futuros estudiantes de Nivel Diversificado y dar a conocer a las Comunidades Educativas la importancia que tiene la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.

4. Objetivos del proyecto

General

Contribuir con el sistema educativo de manera normativa sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria por medio de la formación de jóvenes estudiantes del Nivel Medio preparándolos para su etapa de adolescentes y adultos.

Específicos

- Diseñar una Guía de aprendizaje en el curso de Biología.
- Socializar la Guía en la Institución Educativa, Supervisión Educativa, Personal Docente, Jóvenes Estudiantes y Padres de Familia.
- Capacitar al Personal Docente para realizar el proceso de enseñanza con la Guía sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , en el curso de Biología

5. Metas

- Elaborar una Guía en el periodo de tres semanas para dar a conocer las formas y medios existentes para mejorar la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria de la región a los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina.
- Presentar la Guía al Señor Supervisor Educativo, personal docente, y a personas que tienen un liderazgo para su información y conocimiento previo.
- Realizar el proceso de capacitación a docentes del curso de Biología a estudiantes de básico en el área de Biología para que ejecuten el uso adecuado de la Guía de aprendizaje.

6. Beneficiarios:

Directos

- Estudiantes del Nivel Medio
- Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada.
- Docente del Instituto de Educación Diversificada.
- Padres de Familia.

Indirectos

- A las diferentes personas que habitan en la comunidad.
- A alumnos de los diferentes establecimientos educativos cercanos.

7. Fuentes de Financiamiento

El financiamiento del proyecto se realizó por medio de Auto Gestión

No	Descripción	Cantidad	Unidad de medida	Costo Unitario	Costo Total
1.	Copias de libros	400	Unidades	0.25	100.00
2.	Tecleado de Texto	150	Unidades	4.00	600.00
3.	Impresión y empastado de la guía	1	Unidades	900.00	900.00
4.	Copias de guía	5	Unidades	50.00	250.00
5.	Copias de Encuesta	50	Unidades	0.25	12.50
6.	Tinta para computadora	2	Unidades	260.00	520.00
7.	Lapiceros	36	Unidades	11.00	33.00
8.	Marcadores	6	Unidades	8.00	48.00
9.	Alquiler de cañonera	1	Unidades	300.00	300.00
10.	Grabación de Disco	4	Unidades	10.00	40.00
11.	Cepillos de dientes	20	Unidades	40.00	800.00
12.	Jabón protex antibacterial	36	Unidades	15.00	540.00
13.	Dosis desparasitantes	5	Unidades	50.00	250.00
14.	Toallas de manos	150	Unidad	10.00	1,500.00
15.	Refacciones	80	Unidades	10.00	800.00
16.	Gastos de pasajes	8	Unidades	50.00	400.00
17.	Pago de sonido	2	Unidades	150.00	300.00
Total					Q.7,393.50

8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

ACTIVIDADES	Responsable	AÑO 2015																													
		MARZO				MAYO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE				%	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4						
Presentar solicitud para autorización y ejecución del EPS.	Epesista																													100	
Elaborar instrumentos para la recopilación de datos	Epesista																													100	
Investigar y recabar Datos bibliográficos de los sectores	Asesor																													90	
Entrevistar al recurso humano interno y externo de la institución.	Epesista																													100	
Documentar lo observado	Supervisor																													100	
Reproducir el organigrama de la institución.	Epesista																													100	
Consultar manuales de funciones, reglamentos, y trabajo de cada área	Supervisor Educativo																													100	
Detectar las necesidades o carencias de cada sector.	Docente Epesista																													100	
Analizar los problemas y priorizar la más urgente de solución	Epesista																														100

9. Recursos

Humanos

- Supervisor Educativo.
- Director del Instituto Nacional de Educación de Educación Diversificada Catarina, San Marcos.
- Catedrático de Biología.
- Estudiantes del nivel diversificado.
- Capacitadores.
- Epesista.

Físicos

- Instituto Nacional de Educación de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos. Oficinas administrativas.

Materiales

- Material didáctico
- Computadora
- Impresora
- Cámara fotográfica
- Guía de auto-aprendizaje
- Grabador, CDS.

Financieros

El proyecto es por medio de Auto Gestión

CAPÍTULO III

Aspectos Generales:

1. Proceso de Ejecución del Proyecto

a. Actividades y resultados

No.	Actividades	Resultados
1.1.	Elaboración del plan de ejecución	Con la elaboración del plan, el proyecto se ejecutó en tiempo establecido y con certeza.
1.2.	Organización del cronograma de trabajo	Se estipularon fechas indicadas para su ejecución.
1.3.	Solicitar a Autoridades Educativas para llevar a cabo el ejercicio Profesional Supervisado en el centro Educativo Nacional de Educación Diversificada.	Se les presentó a las autoridades Educativas la solicitud de autorización del Ejercicio Profesional Supervisado en el Centro Educativo del nivel diversificado.
1.4.	Visita al Supervisor Educativo del municipio de Catarina, San Marcos para recoger la solicitud de autorización.	Se visitó al Supervisor Educativo del municipio para recoger la autorización de ejecución.
1.5.	Solicitud dirigida al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos, para la autorización de socialización de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , .	Se solicitó al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.
1.6.	Visita al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina, San Marcos para recoger autorización para ejecutar el proyecto en el establecimiento.	La solicitud presentada al Director fue aprobada para ejecutar la socialización de la Guía de aprendizaje.
1.7.	Presentación de la guía por unidades a los docentes y estudiantes del Curso de Biología	Los docentes y estudiantes del establecimiento quedaron complacidos del contenido del mismo.
1.8.	Capacitación a los docentes y estudiantes.	Se capacitó a docentes directos e indirectos y a todos los alumnos del nivel diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina, San Marcos.

1.9.	Investigación bibliográfica	Se investigaron varias fuentes bibliográficas para la redacción de la guía de aprendizaje.
1.10.	Clasificación de información	La información obtenida de las fuentes bibliográficas se clasificó para argumentar la guía de aprendizaje.
1.11.	Redacción de la guía de Auto-aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	La guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, se redactó para su reproducción.
1.12.	Revisión y corrección de la Guía de aprendizaje por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal efectuó las correcciones necesarias en el documento.
1.13.	Aprobación de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal aprobó la Guía de aprendizaje para su reproducción.
1.14	Entrega de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, al asesor.	Fue entregada la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , al asesor Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal
1.15.	Reproducción de sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Las Guías fueron reproducidas para su socialización con los alumnos y docentes del establecimiento.
1.16.	Planificar el taller de capacitación para la Guía de aprendizaje.	Se planificó el taller de capacitación de la socialización a ejecutar.
1.17.	Entrega de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.	Las Guías de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, fueron entregadas al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área de Biología del municipio de Catarina, San Marcos.

b) Productos y Logros:

Productos	Logros
Se redactó la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Una completa aceptación por parte de alumnos, docentes y padres de familia del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área Biología del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
Se realizó la presentación de la guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria por unidades a los docentes y estudiantes del establecimiento.	Docentes y Estudiantes del establecimiento quedaron motivados con el contenido de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, quienes manifestaron su participación en la ejecución.
Se capacitó a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área de Biología, con lineamientos sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Afluencia de participantes en la capacitación.
Se practicaron todas las actividades de la Guía de aprendizaje.	Realizaron las actividades en forma individual.
Se divulgó internamente y externamente la elaboración y la ejecución de la Guía de aprendizaje.	Personas de la comunidad mostrando interés en el conocimiento de la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.

3.3 Cronograma de las actividades de la ejecución del proyecto

O.	ACTIVIDADES	MES Y SEMANA AÑO 2,015																											
		MARZO ABRIL				MAYO JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBR E				OCTUBRE				NOVIEMBRE			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Investigación bibliográfica.	■	■	■																									
2	Recopilación e información sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.				■	■	■	■																					
3	Ordenar la información recabada.								■																				
4	Seleccionar información.									■																			
5	Redacción los temas y subtemas.										■	■	■	■															
6	Dosificación de temas por capítulo.														■														
7	Elaboración de guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.															■	■	■	■										
8	Reproducción de guías de Aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.																				■	■							
9	Planificar una capacitación de la guía de Aprendizaje.																										■		

**Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa
Ejercicio Profesional Supervisado**



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala

**Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria,
aplicada al nivel diversificado de Instituto Nacional de Educación
Diversificada del Sector 1216.2 de Catarina, San Marcos.**

EPESISTA

Grecia Maricruz López Aguilar

ASESORA

Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín

Catarina, San Marcos, noviembre de 2015.

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
Higiene Corporal	27
Salud Escolar	44
Salud Comunitaria	61
Conclusiones	82
Recomendaciones	83
Bibliografía	84

INTRODUCCIÓN

El proyecto de Guía de Aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada al área de Biología del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina y Departamento de San Marcos.

Se hizo con la finalidad de cubrir una Necesidad Básica, de este centro educativo dando a conocer los cuidados que como seres humanos debemos de tener en nuestra vida. Nos menciona las distintas clases de higiene que debe de tener un ser humano para no destruirse emocionalmente, afecto sexual.

Unidad



Higiene Corporal

1. DEFINICIÓN HIGIENE CORPORAL.

Se puede definir la higiene corporal como el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Ésta cumple con dos funciones fundamentales: mejorar la salud del individuo y la colectividad (con las implicaciones sociales y, por tanto, la relatividad cultural que la misma posee) (Delgado y Tercedor, 2002). Igualmente, la higiene corporal es una práctica básica que permite reducir de manera importante las infecciones causadas por microorganismos patógenos, disminuyendo especialmente las contaminaciones entre individuos.



<https://www.google.com.gt>

Sin embargo, no es correcto pensar que todos los virus, bacterias y hongos son microorganismos agresivos e invasores del cuerpo humano. Por lo tanto, la higiene corporal debe ser una higiene equilibrada: debe reducir las y respetar al mismo tiempo las floras microbiológicas que nos rodean, así como aquellas que alojamos en nuestro interior.

1.1. Tipos de Higiene Corporal. Medidas básicas

En base a las diferentes zonas del cuerpo que requieren la aplicación de rutinas higiénicas se pueden establecer diferentes tipos de higiene:

1.1.1 Higiene de la piel

Se realiza para eliminar el polvo y otras sustancias, sudor y células descamadas y el mal olor, así como favorecer la transpiración, evitando focos de infección y consiguiendo una mejor aceptación social. Entre las diferentes modalidades de este tipo de higiene se encuentran las siguientes:



- La ducha: permite el arrastre de las sustancias y activa la circulación sanguínea.
- El baño: puede actuar como relajante corporal.
- El vapor: permite una limpieza en mayor profundidad, actuando así como activador de la circulación sanguínea, máxime si es acompañado de la ducha, como suele ocurrir al tomar una sauna.

1.1.2. Higiene de las manos



<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

Debemos prestar especial cuidado, ya que es con ellas con las que realizamos la mayor parte de las actividades diarias. Es muy importante que:

- Se laven bien antes de las comidas. Es el momento en que manipulamos nuestros alimentos y podríamos haber tocado una superficie contaminada o un animal y por lo tanto provocarnos una infección. Podemos utilizar un jabón en pastilla o líquido siempre que no dañe nuestra piel.
- Es importante el cuidado de las uñas y su lavado con un cepillo especial, ya que bajo el pliegue de la uña se depositan restos de comida, tierra y todo tipo de suciedad, favoreciendo la proliferación de microorganismos.

Además de estar limpias, las uñas de las manos han de ser cortadas con regularidad. Se deben cortar siguiendo la curvatura de la yema del dedo.

1.1.3. Higiene de los pies

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

La higiene de los pies en el ámbito físico-deportivo ha sido posiblemente el elemento más difundido en la higiene



corporal, por el elevado riesgo de contraer enfermedades íntimamente relacionadas con los mismos y con la práctica de actividad física. Ello es debido a la escasa ventilación que existen en los mismos (dado que casi siempre van calzados) lo que condiciona secreciones y un aumento muy grande de la humedad, lo que permite una proliferación de gérmenes muy alta y, por tanto, la aparición de hongos.

Las normas de limpieza son similares a las de las manos, debiéndose de cuidar mucho el correcto secado (entre los dedos de los pies hay que prestar especial atención, ya que la humedad nos puede provocar la maceración de la piel y provocarnos heridas) y el cortar las uñas frecuentemente en forma recta.

Así mismo, la limpieza de los pies debe ir acompañada del uso de calcetines y calzado. Los calcetines deben ser finos, preferiblemente de algodón, sin agujeros, costuras y nunca presionantes. Deben ser cambiados siempre que se lavan los pies. El calzado debería ser flexible, ligero y permeable para que permita una buena circulación y transpiración.

1.1.4. Higiene del cabello

La higiene del cabello es importante para la eliminación de suciedad, el exceso de grasa y la caspa. Se recomienda el lavado al menos dos veces por semana con champú neutro, que debe realizarse con la yema de los dedos, sin utilizar las uñas, teniéndose que cuidar mucho el enjuagado del mismo.



- Debe de ser **diaria** o cada dos días, así evitarás su caída, infecciones (piojos), malos olores y un exceso de grasa.
- Para el lavado de la cabeza elije un **champú** con un pH ligeramente ácido (pH 5), no obstante debes de utilizar un champú acorde con las características de tu pelo (seco, con caspa, graso o normal).

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

- **No es aconsejable el uso del secador**, ya que quema el cabello. En caso de utilizarse debe de echar aire no muy caliente y situar el secador a más de un palmo de distancia.



<https://www.google.com.gt/>



- **Los peines y cepillos** no deben de tener pelos de cepillados anteriores.

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

1.1.5. Higiene de la cara

En la cara encontramos partes físicas importantes en nuestra vida diaria y tenemos que prestarles atención:

- Los ojos: es recomendable realizar lavados de arrastre con agua.
- Las orejas: en la higiene de las orejas sólo se deben usar bastoncillos para el pabellón auditivo, nunca para el oído. Lo que haríamos sería arrastrar hacia dentro parte del cerumen que segrega, produciéndose así un “tapón de oído”. Si nos hurgamos en las orejas con las manos sucias podemos provocarnos una infección de oído. Para su higiene es recomendable utilizar el pico de una toalla húmeda.



<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

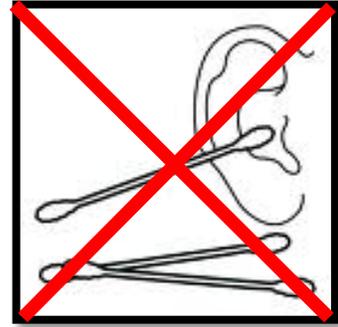
1.1.6. HIGIENE DE NARIZ Y OIDOS



Nariz: el exceso de moco debe retirarse con un pañuelo limpio y personal (no se comparten pañuelos sucios). Si el moco es demasiado espeso se recomiendan lavados nasales con soluciones salinas (5 gramos de sal en un litro de agua hervida).

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

Oído: el exceso de cera se elimina con agua y jabón durante el aseo diario. No se deben de utilizar bastoncillos para limpiar el interior, ya que acumulan cera en el fondo del oído.



1.1.7. Higiene de los genitales

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

Es una de las zonas que requieren mayor cuidado. Así, la alta producción de sudor durante la práctica de actividad física condiciona su lavado siempre que se termine su realización y un cambio de ropa interior inmediata. A ello hay que unirle la limpieza correcta de los pliegues cutáneos, separando adecuadamente los labios mayores de la vulva de la mujer y la piel del prepucio en el hombre. En el caso de la primera, la higiene debe intensificarse en la fase menstrual. En ambos sexos, es recomendable una adecuada higiene tras la micción y la defecación.



1.1.8. Higiene buco-dental

<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

Es importante cuidarla desde pequeños y hacer de la higiene bucodental un hábito y no una obligación. Hay tres medidas básicas a tener en cuenta. En primer lugar, controlar la ingesta de azúcares (no tomarla concentrada como los caramelos, comerla durante las comidas y cambiarla por los frutos secos o vegetales naturales entre comidas). En segundo lugar, una adecuada higiene oral, haciendo especial hincapié en el cepillado, acompañándose temporalmente de enjuagues



bucales con locutorios para tal finalidad. Y en tercer lugar, utilización adecuada de del flúor, para aumentar la resistencia del diente gracias al fortalecimiento del esmalte dental.

¿Qué es la higiene bucal?

Es la eliminación de bacterias y sarros acumulados por la ingesta de alimentos del día.

¿Por qué es importante la higiene bucal? La placa dental bacteriana es una película incolora y pegajosa que se forma constantemente en los dientes, incluso en ausencia de comida. La eliminación cuidadosa de la placa, mediante el cepillado correcto diario, ayudarán a prevenir la enfermedad periodontal y la caries dental.

¿En qué momento se debe realizar el aseo bucal?
Recomendablemente se debe realizar:

- Al despertar
 - Después de tomar desayuno
 - Después de almorzar
- Antes de dormir.



<http://www.higiene/educ.com/sp/home.htm>

1.1.9. La higiene deportiva

La higiene deportiva significa mantener una serie de hábitos que ayudarán a obtener el máximo rendimiento durante la práctica de ejercicio físico. Igualmente, trata de minimizar los problemas a nivel físico. Así, algunas de las medidas básicas para llevar a cabo una adecuada higiene deportiva son las siguientes:

- **Antes del ejercicio...**
 - El correcto punto de partida para realizar cualquier ejercicio físico es una revisión médica. Sirve para detectar cualquier posible anomalía de nuestro organismo.

- No debe coincidir la práctica de ejercicio físico con la digestión de una comida. Deben pasar dos horas como mínimo entre la comida y práctica deportiva.
- Realizar un calentamiento previo, suave y progresivo, que acondicione el organismo.
- **Durante el ejercicio...**
 - Utilizar material apropiado a la actividad que se esté realizando. Debe combinar comodidad y eficacia, además de ser transpirable.
 - Practicar ejercicio con la intensidad adecuada al nivel de condición física.
 - Beber líquido durante el esfuerzo, fundamentalmente, si se trata de un ejercicio de larga duración.
- **Después del ejercicio...**
 - Unos minutos de actividad física muy suave (paseo, carrera muy tranquila, unos ligeros estiramientos) acelerarán la recuperación post-esfuerzo.
 - Tomar una ducha después de la actividad física. Ello mejora la recuperación, además de ser fundamental para una correcta higiene corporal.
 - Una vez acabado el ejercicio, llevar a cabo una correcta hidratación (bebiendo pequeñas, pero frecuentes cantidades de agua). Influirá decisivamente en la recuperación del organismo.

2. Higiene corporal: ¿por qué es importante?

2.1. La higiene corporal es importante...

2.1.1. Por salud física:

- El cuerpo de los adolescentes está en plena transformación. Comienzan a tener lugar cambios hormonales. Estos llevan a mayor sudoración y a la aparición de nuevos olores. En el caso de las chicas, la mayoría de ellas tendrá ya la menstruación.

- Nuestra piel debe permanecer limpia e hidratada, ya que es una barrera que nos protege de posibles infecciones.

El polvo, el sudor, así como el calor son algunos de los factores que favorecen el desarrollo y la multiplicación de microorganismos.

2.1.2. Por salud mental:

- Cuando uno está limpio y libre de olores desagradables se siente mucho más seguro de sí mismo. Esto es muy importante para las relaciones sociales.

Por estética:

- Una buena higiene es imprescindible para mantener una buena imagen corporal.

3. Recomendaciones para el cuidado corporal

1- Comer bien, sobre todo frutas y verduras. Hacer tres comidas al día.

2- Beber mucha agua.

3- Realizar algún tipo de actividad física, al menos tres veces por semana.

4- Dormir al menos 8 horas diarias.

5- Ducharse todos los días, lavando todas las partes del cuerpo. Todas son igual de importantes. Si se hace alguna actividad física, debes ducharte después de esta.

- El cuero cabelludo suele producir más grasa durante la adolescencia. Es recomendable que los chicos y chicas laven su cabello con champú siempre que lo tengan sucio.
- Es bueno lavar la cara y cuello con agua y jabón, no solo para mantenerlo limpio, sino también para evitar espinillas o un exceso de acné.
- Después de la ducha secarse muy bien, incidiendo en los pliegues y en los pies.

6- Limpiar diariamente las uñas y cortarlas con frecuencia.

7- Usar desodorante en las axilas y talco en los pies si estos sudan mucho.

8- Tanto chicas como chicos deben lavar bien sus partes genitales. Es preferible no usar jabón, sobre todo en el caso de las chicas porque destruye la flora vaginal. Mejor usar un jabón específico para la zona genital. También es importante secarse muy bien para combatir la aparición de infecciones.

9- Usar ropa limpia y no apretada. Evitar usar ropa interior y zapatos de otras personas.

10- Durante la adolescencia se completa la dentición permanente. El aumento de ciertas hormonas y la acumulación de comidas favorecen el desarrollo de caries y enfermedades de las encías.

- Cepillar los dientes tres veces al día, después de cada comida, y la lengua una vez al día.
- Usar hilo dental para retirar los restos de comida que quedan entre los dientes y las muelas.
- Restringir la ingesta de dulces y refrescos. El azúcar de estos favorece la producción de caries.
- No fumar. La nicotina mancha los dientes y los debilita.
- No olvidar las visitas periódicas de revisión al dentista.

4. LOS OLVIDADOS: MAYORES Y NADADORES

Dos grupos que se tienden a olvidar en las recomendaciones relativas a la higiene corporal son las personas mayores y los aficionados a la natación. Los cambios en la piel de los mayores propician que se vuelva seca y se desarrollen manchas y queratosis seborreicas, una forma benigna de un tumor cutáneo que causa picor. Al lavarse, las personas mayores deben evitar frotarse con jabón, ya que empeora la piel seca. Además, necesitan más crema hidratante, "mejor si es una emulsión de aceite de onagra, hasta el 10%, o una emulsión O/W (mezcla de aceite y agua) estándar", explica Camps.

<http://www.servicios.ulpgc.es/deportes/web/>
(Servicio de Deportes de la Ulpgc).



El problema de las personas que practican natación es el agua clorada. El cloro que se utiliza para desinfectar es irritante para la piel y, además, elimina el manto lipídico. Para evitarlo, antes del baño sería conveniente, sobre todo para los deportistas que prevén pasar dos o tres horas en la piscina, "aplicarse cremas barrera (de protección) para que el agua clorada no ejerza un efecto tan contundente". Al terminar, se recomienda una crema hidratante enriquecida con lípidos o colesterol disueltos, "para devolver a la piel lo que el agua le ha quitado".

3. Aplicación didáctica (juegos)

A continuación, se exponen diversos juegos relacionados con el trabajo de la higiene corporal. Para su ejemplificación hemos tomado como referencia el modelo de ficha dispuesto en la obra de Rodríguez García (2006).

ACTIVIDADES

“Cuido mis dienteitos”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: tarjetas

- **Descripción:** En un lado de la pista se encuentran los dientes sanos y en el medio, dependiendo de cómo queramos, pondremos más o menos caries. Al otro lado de la pista hay tarjetas que deberán de recoger los dientes sanos.

- **Objetivo principal:** afianzar los hábitos bucodentales.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** Los alumnos podrán comprobar que cuantas más caries hay en el centro más difícil les será tener una buena higiene.

- **Construcción de material:** pequeñas cartulinas plastificadas que contendrán una frase con una pequeña ilustración.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** Los dientes sanos intentarán pasar al otro lado de la pista sin ser pillados. Si son pillados se convierten en caries. Si consiguen no ser pillados y llegan al otro lado deberán recoger una tarjeta donde aparezcan alimentos buenos para la salud y objetos de cómo poder cuidar su higiene. Cuando cojan las tarjetas deberán pasar y llevarlas al otro lado. Así hasta no ser pillado por las caries que hay en el medio y agotar todas las tarjetas que se encuentran en el lado contrario al que empiezan el juego los alumnos.

“No quiero ser diente picado”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: Petos negros, azules, blancos y amarillos y pelotas negras

- **Descripción:** Desde dos puntos diferentes se encuentran en un lado los dientes y un poco más atrás se encuentran las caries (también hay alimentos que perjudican el estado de los dientes y una persona de otro color que representa al cepillado).

- **Objetivo principal:** afianzar hábitos higiénicos en el alumno como es el cepillado de dientes.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** para este juego se necesitan petos de colores: los dientes irán de color blanco, las caries de color negro, los alimentos perjudiciales de color amarillo y el que representa al cepillado de color azul.

- **Construcción de material:** los petos se pueden construir mediante bolsas grandes de diferentes colores.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** en el momento de una señal, los niños corren por todos los sitios intentando no ser pillados, algunos, los dientes picados, llevarán cogida una pelota negra en sus manos y correrán con ella sin que se les caiga de las manos. Si se les cae quedarán inmobilizados. Los dientes sanos no llevarán nada en sus manos. En el momento que un diente sea pillado por una caries se quedará inmóvil y deberá permanecer así hasta que una persona que representa el cepillado los salve. Por el contrario los que pillan son alimentos malos y perjudiciales para la higiene buco-dental. Si éstos pillan a un diente, el diente deberá coger una pelota y seguir con ésta esquivando caries.

“¡Que no nos atrapen las caries!”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: Petos de colores

- **Descripción:** se elegirá a dos alumnos, uno que representará las caries, y se pondrá un peto negro, y el otro que representará las golosinas y dulces, y se pondrá un peto de color rojo. Los dos se colocarán en la mitad de la pista, pudiéndose mover solamente de un ancho al otro. El resto del grupo, que contará con dos alumnos que representarán el cepillado de dientes y que vestirán con un peto de color azul, tendrán que intentar ir de un extremo de la pista al otro evitando ser atrapado (tocado) por las golosinas y dulces y las caries. Si uno es tocado por las caries, entonces se quedará inmóvil en la mitad de la pista, y podrá ser liberado por el cepillado de dientes pasándole éste por debajo de las piernas. Si es tocado por las golosinas y dulces, entonces a la siguiente vez que tengan que ir de un lado de la pista al otro, deberá ir a pata coja teniendo más posibilidad de que le atrapen la caries. Lógicamente, a los alumnos que representan el cepillado de dientes no se les puede “pillar”, sino que ellos están para “salvar” a los compañeros que hayan sido atrapados por las caries. El juego se podrá modificar progresivamente, por ejemplo, se podrá ir poco aumentando el número de caries y de golosinas y dulces para que los niños vean de qué manera afectan a nuestra higiene bucodental.

- **Objetivo principal:** hacer ver a los alumnos lo saludable y beneficioso que es el cepillado de dientes tras cada comida, en especial, tras la ingesta de golosinas y dulces. Tomar conciencia que el abuso de golosinas y dulces incrementa el riesgo de tener caries.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** Mejora de las habilidades básicas y coordinación dinámica general a través del juego organizado. Formas y posibilidades de movimiento. Control y dominio del movimiento. Apreciación de dimensiones espaciales y temporales.

- **Construcción de material:** los petos se pueden construir mediante bolsas grandes de diferentes colores.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** investigar preguntando a los familiares sobre aquellos alimentos que más perjudican a nuestra higiene bucodental y observando las rutinas alimenticias diarias, anotando aquellas que tengan más probabilidad de dañar nuestra higiene bucodental para luego comentarlas en clase.

“¡No quiero oler mal!”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: pelotas pequeñas de goma-espuma.

- **Descripción:** se elegirá a dos alumnos que representarán el mal olor, bacterias, infecciones... consecuencia de una mala higiene corporal. Estos se colocarán a la altura de la zona de tiros libres (campo de baloncesto). Los demás compañeros representan el mal aseo corporal, y se situarán en el área del campo de fútbol sala. Los dos alumnos identificados al comienzo, tirarán pelotas pequeñas (de goma-espuma) hacia el resto que se podrá mover por todo el área del campo de fútbol sala. Si los compañeros elegidos dan a alguno/a del resto, entonces éstos pasarán a convertirse en mal olor, bacterias... y tendrán que tirar pelotas a quien quede todavía sin ser dado.

- **Objetivo principal:** dejar claro a los niños lo perjudicial que puede llegar a ser el no tener una buena rutina de aseo corporal (como no ducharse con frecuencia, no lavarse las manos antes de comer etc...), que conlleva al mal olor en la persona, posibles infecciones y bacterias etc. Motivar buenos hábitos de higiene corporal.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** mejora de habilidades básicas, apreciación de dimensiones espaciales, formas y posibilidades de movimiento.

- **Construcción de material:** no precisa.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** investigar a través de diferentes medios (Internet, libros de consulta, encuestas a familiares...) lo perjudicial que puede llegar a ser el tener un mal hábito de higiene corporal para proponer en clase (en forma de puesta en común) diferentes soluciones o alternativas para su mejora.

“La peste”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: petos de color negro y otros de azul.

- **Descripción:** se hacen tres grupos, a unos se les entregará petos negros, a otros azules y los otros se quedan sin nada. Los de negro representan la peste, contagiados por tener malos hábitos higiénicos, los del peto azul representan el agua junto con todo lo necesario para una buena higiene corporal.

- **Objetivo principal:** afianzar hábitos higiénicos en el alumno como la ducha tras el ejercicio físico.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** el profesor entregará los petos y deben haber más con peto negro que azul.

- **Construcción de material:** los petos se pueden construir mediante bolsas grandes de diferentes colores.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** los que no tienen nada pueden ser pillados por los de negro y al ser pillados deberán buscar a uno con el peto azul. Pero los de peto azul permanecerán poco móviles, mientras que los de peto negro correrán para pillar a los que no tienen peto. Cuando uno es pillado debe buscar a uno con peto azul, para conseguir eliminar los efectos negativos de una mala higiene y así conseguir establecer como hábito correcto la ducha. Finalizado el tiempo que el profesor establezca oportuno, comprobará cuantos alumnos sanos quedan.

“Vístete para hacer deporte”

Organización: Gran grupo **Espacio:** Cubierto o al aire libre

Material: cartulinas y rotuladores

- **Descripción:** separamos a los alumnos en dos grupos, y unos cogerán las cartulinas que hemos colocado en una mitad del campo. El profesor dirigirá a cada grupo a uno u otro lado.

- **Objetivo principal:** conocer los tipos de ropa apropiados.

- **Aspectos a considerar en la tarea:** si los alumnos realizan esta actividad satisfactoriamente, sabrán cual es el atuendo deportivo apropiado para la práctica óptima de diferentes deportes, y por supuesto conocerán la importancia que tiene el ponerse chándal para las clases de Ed. Física.

- **Construcción de material:** el profesor elaborara las cartulinas necesarias para realizar la actividad.

- **Actividad a realizar por los alumnos:** cuando los alumnos han cogido en un lado una cartulina verán el nombre de un deporte, y los alumnos que hayan cogido una cartulina de otro lado verán la ropa apropiada para practicar cada deporte. Por ejemplo, un alumno que encuentre la palabra fútbol buscará al compañero que tenga la cartulina con la ropa apropiada para jugar al fútbol, lo mismo con los otros deportes (baloncesto, béisbol, balonmano...). Habrá un tiempo establecido por el profesor, al terminar ese tiempo deberán estar juntas amabas cartulinas con los alumnos.

“Verdadero o falso”

Organización. Gran grupo **Espacio.** Cubierto o al aire libre

Material: tarjetas

- **Descripción:** se realizará el juego con todo el grupo junto y se irán repartiendo tarjetas a los alumnos, en estas aparecerá escrito hábitos higiénicos buenos o malos, las condiciones de las instalaciones deportivas, la vestimenta necesaria para practicar deporte...todo lo necesario para que el alumno adquiera autonomía para reconocer buenos hábitos.
- **Objetivo principal:** afianzar y reconocer todos los buenos hábitos higiénicos posibles.
- **Aspectos a considerar en la tarea:** debe el alumno esforzarse y sentir interés por conocer bien los hábitos higiénicos, mostrándole las consecuencias futuras en sí mismo de estos hábitos.
- **Construcción de material:** pequeñas cartulinas plastificadas que contendrán una frase con una pequeña ilustración.
- **Actividad a realizar por los alumnos:** el profesor ira diciéndole a cada alumno que lea la frase de su tarjeta. Cuando la ha leído debe contestar si es verdadero o falso y se pedirá la opinión del resto de los alumnos. Si no entienden la frase o no distinguen un mal hábito de otro bueno el profesor tratará de explicar los aspectos positivos y negativos que conlleva ese hábito indicado en la tarjeta.

II Unidad



Salud Escolar

https://www.aepap.org/sites/default/files/educacion_salud_escuela_

1. **La Salud Escolar** es un campo de aplicación de la salud referente a intervenciones de fomento de la salud y la calidad de vida, y prevención de enfermedades, en el ámbito escolar. Esto abarca desde preescolar hasta universidad.

Los objetivos se dirigen a todas las personas que se ubican en el ámbito escolar, pero especialmente a los estudiantes. Es un campo de trabajo viejo: la revista de salud escolar International Journal of School Health fue creada en 1930.



El niño entre 6 y 10 años enfrenta una de las etapas más exigentes de su desarrollo personal, la cual será determinante para la consolidación de su personalidad y de sus capacidades emocionales, laborales y sociales. Por primera vez en su vida deberá desenvolverse en un ambiente formal que le exigirá un desempeño objetivo en campos hasta ahora no explorados para él. Para cumplir con éxito este desafío, el escolar deberá echar mano a las fortalezas acumuladas en las etapas anteriores de su desarrollo. Se podría decir que es el momento en que se resume la historia previa y se vuelca hacia el descubrimiento y conquista de un mundo más amplio, atrayente, competitivo y agresivo.

El ingreso al sistema escolar, que expone al niño a nuevos evaluadores externos, coincide con mayores expectativas de la familia respecto al comportamiento del niño, su adaptación a las normas sociales y el despliegue de su capacidad cognitiva. Simultáneamente el niño continuará con mayor fuerza el proceso de separación de sus padres, logrando así el grado necesario de autonomía para incursionar en otro medio social, donde sus compañeros comienzan a constituirse en referentes significativos.



En la medida que el niño va enfrentando con éxito estos desafíos, irá logrando mayor seguridad en sí mismo, lo que a su vez repercutirá en un mejor desempeño global, cerrando de esta manera un círculo virtuoso. En oposición, es fácil imaginar el círculo vicioso que surge frente al fracaso en cualquier ámbito.

2. **Crecimiento y Desarrollo Físico.**

Durante la edad escolar, la velocidad de crecimiento llega a su punto más lento antes de comenzar con el "estirón puberal". El niño crece a razón de 5 a 6 centímetros en promedio y aumenta alrededor de 3 kilos en un año. El perímetro craneano sólo crece 2 a 3 centímetros en todo el período. Cabe hacer notar que los escolares chilenos en los últimos diez años han elevado su promedio de estatura en 10 centímetros.

El sistema músculo-esquelético presenta una curva de velocidad de crecimiento similar a la talla, siendo ésta su etapa más lenta. El sistema nervioso está completando entre los 6 y 7 años la mielinización, y con ella su crecimiento. El sistema genital sigue en latencia, con escaso crecimiento. El sistema linfático es el único que está en plena actividad, mostrando un gran desarrollo de sus órganos, como las amígdalas y los nódulos linfáticos.

La pérdida de la dentadura temporal es uno de los signos característicos de esta etapa, la que es seguida por la erupción de los primeros molares definitivos.

Como resultado de todo lo anterior se puede apreciar un niño con mayor fuerza muscular y mejores habilidades motoras, lo que le permite la realización de movimientos más complejos, como jugar fútbol, andar en bicicleta, tocar instrumentos musicales o dibujar. Los intereses personales, sumados a las habilidades innatas y al entrenamiento, permiten comenzar el desarrollo de expertos en cada área.

3. Desarrollo Cognitivo.

El pensamiento mágico y egocéntrico del preescolar es reemplazado en esta etapa por otro más racional, donde el niño es capaz de observar el mundo que lo rodea desde una perspectiva más objetiva, lo que significa una fuente inagotable de conocimientos. Es capaz de separar la fantasía de lo real, de elaborar un pensamiento más lógico y de aplicar reglas basadas en conclusiones de fenómenos observables.

La escuela demanda una gran exigencia cognitiva, especialmente con los procesos de aprendizaje de la lecto-escritura y de las operaciones matemáticas, herramientas que son fundamentales para seguir progresando en la adquisición de nuevos conocimientos. La capacidad de concentración y de comprensión se convierte en funciones claves para responder con éxito las nuevas demandas educativas.

Después de los primeros dos o tres años de escuela, los niños comienzan a desarrollar juegos de estrategia, basados en reglas claras, aprovechando sus nuevos dominios intelectuales. Comienzan a especializarse en los temas de mayor interés como, ciencias, deportes, juegos computacionales, etc.



https://es.wikipedia.org/wiki/Desarrollo_cognitivo

4. Desarrollo Social y Emocional.

El desarrollo social y emocional se da en tres contextos, los que en orden de importancia son: el hogar, la escuela y el barrio. La relación con los padres sigue siendo la base para enfrentar los desafíos de una socialización cada vez más exigente. Sin embargo, la escuela representa el escenario de mayor exigencia social, donde el niño debe demostrar y demostrarse que es capaz de hacer amigos, ser aceptado y querido por sus pares, cumplir con las expectativas que sus padres y profesores tienen puestas en él y saber levantarse frente a los pequeños tropiezos.

Otros adultos surgen como nuevos modelos de conducta para el niño: profesores, deportistas, etc. Los amigos, poco a poco adquieren mayor importancia, hasta convertirse en su principal referente social, ocupando gran parte de su tiempo libre y de energías con ellos. Sus opiniones, críticas y alabanzas significan mucho, pues van dibujando su autoimagen.

<https://www.google.com.gt/pienso,actúoysiento.>



El niño comienza a tener mayor control sobre su conducta y junto a la conciencia de esta capacidad de autocontrol, pueden aparecer actos compulsivos o movimientos motores repetitivos o tics. Estos últimos reflejan que el niño está sometido a un considerable grado de tensión. Hay que tener presente que en esta etapa el niño

está sometido a una variado ámbito de preocupaciones, las cuales si no son sobrellevadas en forma adecuada, determinan ansiedad y síntomas asociados.

5. Principales Problemas de Salud

La mortalidad es muy baja en esta edad, así como también lo es el riesgo de enfermar gravemente o de hospitalizarse. La principal causa de muerte y de hospitalización la constituyen los accidentes, generalmente ocurridos fuera del hogar.

El escolar consulta poco en forma espontánea. Los principales motivos de consulta son: las enfermedades respiratorias agudas y las infecciosas, aunque la frecuencia de estas enfermedades, es más baja que en las edades anteriores.

Por todo lo anterior, se debe aprovechar la ocasión de realizar una supervisión de salud para ir en búsqueda de aquellos problemas, que por su potencial gravedad o frecuencia es necesario identificar en esta etapa. Entre estos problemas cabe mencionar:

- Las malnutriciones, especialmente por exceso, ya que el sobrepeso y la obesidad comprometen a alrededor de un tercio de los niños de esta edad.
- La hipertensión arterial
- Caries
- Problemas visuales
- Problemas auditivos
- Desviaciones de la columna
- Trastornos de desarrollo: enuresis, déficit atencional
- Trastornos de aprendizaje

6. Salud Mental:

Se ha demostrado que la capacidad de adaptación que el escolar logra en los primeros años de escuela, tiene relación con su éxito o fracaso escolar y social, futuros, así como con problemas de salud mental como consumo de alcohol y drogas, conducta violenta, trastornos emocionales y conductuales.

La frecuencia de trastornos de salud mental en niños entre 6 y 8 años es de 24,2%, según estudio realizado en escuelas de comunas urbanas y pobres en 1994 (De la Barra, López y George). Este mismo estudio muestra que los niños provenientes de familias donde el padre está ausente, de familias donde existe algún miembro con alcoholismo u otra enfermedad mental y de familias que no participan en las redes sociales de su comunidad, presentan significativamente más problemas de adaptación y aprendizaje escolar.

Un 37.6% de los alumnos de primer año básico de esta misma muestra, presentan conductas desadaptativas, las que han sido descritas como predictores de trastornos de salud mental en la adolescencia, tales como abuso de alcohol y drogas, conducta violenta y embarazo no deseado. Se entiende por conductas desadaptativas a problemas de aceptación de la autoridad, bajo contacto social, bajos logros cognitivos e inmadurez emocional. Por otra parte, la UNICEF ha estimado una frecuencia de maltrato en escolares que alcanza a un 5%. Este problema se ha asociado con niños que no acatan normas, que tienen escasa habilidad social e insuficientes condiciones para el aprendizaje.

7. La Supervisión de Salud del Escolar

El médico tiene que considerar que el escolar debe cumplir un papel activo durante su atención, pues es capaz de relatar lo que siente, sus preocupaciones y dudas. Esto será más fácil en la medida en que se haya creado una relación de cercanía afectiva o simpatía entre ambos. Es importante que al momento de dar un diagnóstico y explicar las indicaciones, el niño se sienta considerado y, en lo posible comprometido con los cambios indicados. Esto adquiere una progresiva importancia a medida que el niño se acerca a la adolescencia y se siente más autónomo de sus padres. Es fundamental que el médico vaya permitiendo y estimulando la adquisición de este papel cada vez más protagónico del niño en el cuidado de su

salud, promoviendo la adquisición de habilidades y hábitos que le permitan llevar un estilo de vida saludable junto a su familia, comunidad y entorno.

8. ANAMNESIS

Es recomendable comenzar con preguntas abiertas que permitan a la familia expresar sus preocupaciones y dudas: ¿Cómo está?, ¿Ha habido algún problema?. Posteriormente deben revisarse sistemáticamente los aspectos más cruciales del crecimiento y desarrollo, a saber:

- alimentación
- rendimiento escolar
- actividades recreativas
- relaciones con los pares
- hábitos de sueño e higiene
- relaciones familiares

En forma sistemática, es recomendable preguntar sobre la presencia de accidentes y las circunstancias de los mismos, en busca de patrones de conducta susceptibles de corregir. Se debe preguntar también sobre el cumplimiento del calendario de vacunas.

9. EXAMEN FISICO

Comienza desde que el niño ingresa a la consulta, pues se debe observar la conducta del niño, la interacción con sus padres y cómo reaccionan frente a las preguntas y temas planteados durante la historia. Al momento del examen físico debe asegurarse un ambiente tranquilo, calefaccionado y privado. Se debe explicar al niño en qué consistirá el examen y las molestias que puede tener en forma anticipada. En el niño mayor se debe solicitar el consentimiento correspondiente.

Dada la baja frecuencia de consulta médica a esta edad, corresponde realizar un examen físico completo, poniendo especial atención en los aspectos de mayor relevancia para la edad, los cuales se detallan a continuación:

1. Antropometría: medición del peso y talla, para lo cual el niño debe estar sólo con ropa interior y descalzo.
2. Presión arterial: el esfigmo-manómetro debe tener un manguito adecuado a la dimensión del brazo (el ancho debe para cubrir 2/3 del brazo).
3. Audición: existen diferentes métodos para evaluar audición en la consulta, los que deben considerarse como pruebas de tamizaje. Los más útiles son la audiometría tonal y la audios-copia. La aislación acústica del lugar del examen es una condición básica para ambos.

4. **Visión:** el test de Snellen es el principal método para evaluar agudeza visual. Requiere de una buena iluminación proveniente de una fuente ubicada detrás del niño. Se trata de que el niño identifique con precisión símbolos a cinco metros de distancia, con cada ojo por separado.
5. **Columna:** Se examina desde atrás al niño sin ropa, en posición vertical, fijándose en el eje vertical de su columna para descubrir asimetrías o desviaciones laterales (escoliosis). Luego se le pide doblar su tronco dejando caer su cabeza entre sus brazos. En esta posición se evalúa la simetría de sus masas musculares paravertebrales y la rectitud de su columna. Para evaluar las curvaturas anteroposteriores se observa al niño en posición vertical, desde uno de sus costados y en referencia con una línea vertical que puede ser la muralla.
6. **Higiene bucal y oclusión.**
7. **Genitales.**

10.RECOMENDACIONES GENERALES A LOS PADRES Y AL NIÑO.

1. **Hábitos saludables:** Mantener hábitos adecuados como un orden básico en los horarios de comidas y de sueño y hábitos de higiene. Los padres deben entregar la responsabilidad al niño sobre este punto, supervisando sus conductas y recordando sistemáticamente estas recomendaciones. Consistentemente, es necesario que ellos mantengan estilos de vida saludables.

2. **Recreación:** Es importante fomentar y reforzar la práctica de deportes en niños y niñas, siendo recomendable que los padres también los practiquen con ellos, sin desmedro de que predomine la compañía de sus pares. Se debe permitir y orientar la aparición de nuevas formas de recreación, como el escuchar música, lectura, juegos y redes computacionales, televisión, cine y vídeos, etc. Estas actividades son potencialmente positivas, debiendo los padres estar atentos a que su calidad y magnitud sean las adecuadas. Es recomendable que la recreación sea también una forma de socialización donde el niño encuentre y desarrolle relaciones de amistad con sus pares. El escolar debe tener conciencia de los riesgos y daños que acompañan al consumo de tabaco, drogas y alcohol, para lo cual la familia y la escuela constituyen instrumentos formativos esenciales. En la medida en que el niño se desenvuelva en ambientes donde estos riesgos estén controlados, se estará actuando en forma preventiva, frente a problemas de difícil tratamiento posterior.

3. **Prevención de accidentes:** El escolar debe adquirir conciencia respecto a donde están los riesgos de accidentes, la importancia de su prevención y las conductas personales más seguras frente a estos riesgos. Cabe recordar que a esta edad, los accidentes ocurren con mayor frecuencia fuera del hogar. Los padres deben educar esta conciencia, mediante el ejemplo, la supervisión y el refuerzo positivo. Éste debe ser un trabajo sistemático para cada ámbito de riesgo: la calle, los deportes, la playa, la piscina, etc.

4. **Alimentación completa y equilibrada.** A esta edad el niño goza de mayor autonomía para escoger sus comidas especialmente cuando se encuentra fuera del hogar. Debe incorporar, por lo tanto, en sus criterios de decisión los conceptos de una alimentación saludable y la importancia que significa para su salud. Sin desmedro de lo anterior, los padres deben preocuparse de establecer hábitos familiares consistentes con las recomendaciones. En el anexo se recomiendan las proporciones de los distintos tipos de alimentos para esta edad.

5. **Educación Sexual.** Es importante que el niño esté informado y preparado para los cambios puberales. Más allá del aspecto físico, es necesario crear los espacios de comunicación para que los temas vinculados con la sexualidad y afectividad se planteen sin dificultad. El modelo de relación afectiva que viven los padres será un referente para los hijos; por este motivo es recomendable que esta comunicación se dé con naturalidad. La expresión de cariño, es una herramienta de comunicación que probablemente el niño recibió y aprendió desde su primera infancia y éste no es el momento para interrumpirlo.

6. **Promover el desarrollo de las competencias sociales.** El interés de los padres sobre los intereses y actividades de los niños es una base fundamental para situar una relación de cercanía y confianza, que en las etapas que vienen puede ser la principal herramienta de prevención de riesgos y apoyo frente a las dificultades que el niño pueda enfrentar. Deben modificarse los límites establecidos para las actividades sociales de acuerdo a la mayor autonomía y responsabilidad que el escolar demuestre. Sin embargo, estos límites y marcos de referencia deben seguir existiendo. Es necesario que el escolar adquiera un sentido crítico frente a la amplia gama de estímulos que recibe del entorno, para lo cual conviene estimular la lectura y la discusión de tópicos de interés para él, reconociendo y cuestionando los diferentes puntos de vista posibles. La perspectiva valórica debe iluminar estas discusiones. Se debe estimular la perseverancia en la consecución de los objetivos que el

escolar se plantee. Hay que reconocer sus logros, discutir las razones que explican los fracasos buscando siempre las alternativas de corrección. Es preciso recordar que nunca debe ponerse en juego el cariño y confianza hacia el niño. Éstos son aspectos que el niño debe considerar asegurados desde sus padres.

11. ¿Y QUE HACE UNA ENFERMERA EN UN COLEGIO?



- ¿A qué te dedicas?
- Soy enfermera
- ¿En qué hospital?
- Trabajo en un colegio
- En un colegio, y ¿qué haces ahí?
- Trabajo con niños que están malitos, en Educación Especial, ¿te suena?
- Más o menos.
- ¿Y das clases?
- También, pero me contratan para prestar cuidados a los alumnos y tranquilizar a los profesionales y directores.
- ¿Pero hay niños enfermos en los colegios?
- Pues si muchos y no solo en los coles de Especial, en muchos coles ordinarios hay niños con enfermedades crónicas.
- No sabía que había enfermeras en los colegios.
- Sí, hay bastantes, no en todos los colegios como sería lo normal, pero cerca de 500 profesionales de la enfermería trabajamos en el ámbito educativo

<https://www.google.com.gt/enfermera>

<https://www.google.com.gt/comedores>



12. Comedores Escolares

Hoy en día, no existe ninguna Ley que obligue a ofrecer una Dieta libre de Gluten en los Comedores Escolares aunque bien

es cierto que en algunas Comunidades Autónomas ya se ha empezado a cambiar esta carencia y la **nueva Normativa** al respecto en esta materia en las Comunidades que lo han conseguido (Andalucía, C. Valenciana, Madrid y La Rioja) es la obligatoriedad de ofrecer menús adecuados dependiendo de lo que el niño necesite para tranquilidad de todos los padres. **Se está luchando para que todos tengamos los mismos derechos.**

En este apartado solamente pretendemos daros algunos consejos a los padres que empezáis este primer viaje en la vida de vuestro hijo rumbo al Colegio para que sepáis un poco por dónde empezar y como podéis actuar porque lo más importante es que la dieta sea la correcta puesto que es sinónimo de buena salud y calidad de vida para el niño.

Recordad que es muy necesario que os involucréis en la supervisión de los menús de vuestros hijos porque dependiendo de ello así va a estar el estado nutricional del niño y por ende su salud

13. Podéis tener 3 opciones en este campo escolar:

La primera

:Puede ser que vuestro hijo coma en casa, no es muy recomendable por los trastornos de desplazamiento, tampoco por tener un horario que quizás no podáis cumplir por vuestro trabajo, repercute también en que el niño se diferenciará del resto de sus compañeros y no debe ser así puesto que es importante que se integre y se sienta como uno más y es muy probable también que podáis pecar de demasiado proteccionismo por miedo a que le pase algo (lo más normal que coma algo de sus compañeros que no deba o que no le atiendan como deben en el colegio).

<https://www.google.com.gt/>



<https://www.google.com.gt/>

La segunda

Hablar con las autoridades del Colegio explicándoles todo lo que necesita y le pasa a vuestro hijo para que le hagan una comida adecuada, muchas veces ya saben lo que es por experiencia propia (algún familiar suyo es celíaco por ejemplo) y sabrán cómo atenderlo. También es probable, si son comprensivos, que accedan a que lleves a la cocina del cole los ingredientes para la comida de tu hijo (pasta, pan, harina..) de esta forma la comida del niño será igual a la de los demás niños que es un punto muy positivo, que no se sienta diferente ni lo hagan sentirse tampoco esto contribuirá a su bienestar psicológico porque se sentirá integrado con el resto de niños y no discriminado.

Es muy recomendable que preguntéis con antelación el menú que se servirá durante la semana en el Comedor puesto que si hubiera algo que no es adecuado se adaptará a lo que tu hijo necesita.

Los responsables de comedor deben vigilar que no haya ninguna equivocación con el menú de tu hijo y en caso de que la hubiera deberán informaros de lo ocurrido

Puede ocurrir que tu hijo tome algo con gluten, ¿qué hacer en este caso?, lo mejor es que tanto vosotros los padres como los educadores no le castigéis ni os enfadéis con él porque si lo vuelve a hacer más adelante preferirá no contaros por miedo a la regañina. Lo más correcto es que indaguéis las causas o motivos que puedan haber causado esa actuación preguntando a los educadores de vuestro hijo ellos deben informaros de que ha pasado y por qué sucedió.

La tercera

Si tienes muchas dudas de que a tu hijo no lo están atendiendo bien porque en el Colegio no estén haciendo lo correcto (falta de higiene, mala manipulación de alimentos, etc.) puedes hacerle la comida en casa y que se la lleve en un tupper como muchos padres hacen ante la inseguridad manifiesta que les produce el comedor escolar. Muchas veces se arman de paciencia y consiguen que traten a su hijo como merecen cambiando el Colegio lo que estaba haciendo incorrectamente (hablando e informando al servicio de cocina, llamando al servicio de catering, hablando con el director...), pero otras no es así y la mejor opción para ellos es hacerle su propia comida.



<https://www.google.com.gt/>

14. El Personal de Cocina Debe Saber:

- * Leer con mucha cautela e interpretar correctamente las etiquetas de los alimentos.
- * Identificar cuáles son los alimentos de alto riesgo, los ingredientes que se deben evitar y las listas de ingredientes y alimentos que pueden inducir a error.
- * Reconocer los productos alimenticios que en su proceso de fabricación contienen ingredientes compuestos y de los que se desconoce sus componentes. P. ej. Margarinas (pueden ser mixtas e incluir ingredientes lácteos o gluten), caldos y otros ingredientes ya elaborados (pueden contener aromas u otros ingredientes perjudiciales), etc.



<https://www.google.com.gt/>

* Conocer los aditivos, tipos, utilización, composición, denominación y su implicación en las intolerancias y alergias.

* Manipular cuidadosamente los utensilios de cocina, evitando el contacto con alimentos alergénicos y que es necesario emplear recipientes separados de los demás para cocinar este tipo de comidas.

* Las importantes carencias nutricionales que puede traer consigo la dieta de eliminación. Para evitarlo habrá que ofrecer y procurar sustituir alimentos que el niño no pueda consumir por otros de similar valor nutritivo. P. ej. Sustituir los lácteos (principal fuente de calcio para el organismo) por derivados de la soja (batido de soja, postres de soja...), etc.

* Conocer recetas y trucos de cocina utilizando productos sustitutivos

Decálogo del Comedor Escolar o como deberían de ser todos los comedores escolares

Una empresa de alimentación ha hecho público, a través de preguntas, un decálogo del comedor escolar para establecer las pautas que deben marcar un servicio de comedor que facilite la higiene, la seguridad alimentaria y la correcta alimentación de los pequeños.

1. ¿POR QUÉ LOS COLEGIOS DEBEN TENER COCINA?

Con el fin de controlar todos y cada uno de los alimentos con los que se trabaja en la cocina y la forma de elaborarlos. No es recomendable utilizar las denominadas cocinas centrales dónde se elaboran los menús para luego ser transportados, sino que **todo alimento debe ser elaborado y manipulado en la cocina del propio centro**. Este sistema garantiza la seguridad alimentaria, y permite al mismo tiempo ofrecer una calidad y diversidad de menús que ningún otro sistema permite a día de hoy.

2. ¿POR QUÉ DIFERENTES MENÚS?

Con el fin de satisfacer las necesidades nutricionales de los niños, es recomendable diseñar el perfil del comensal en función de su edad, sexo, creencia religiosa y atendiendo a las peculiaridades gastronómicas de cada región donde operamos

3. ¿POR QUÉ UN “PLAN ALIMENTARIO”?

Se debe establecer la secuencia de alimentos en función de cada tramo de edad, es decir lo que la empresa denomina “Plan Alimentario”, que consiste en asignar a

cada día de la semana unos productos y cantidades que de cada uno de esos alimentos deben consumirse. Dicho Plan está basado en la **pirámide nutricional, que permite elaborar una dieta sana, equilibrada y rica en hidratos de carbono, frutas, verduras y proteínas para cada uno de los comensales, siempre respaldada por un equipo de dietistas y nutricionistas expertos en la materia.**

4. ¿POR QUÉ DE DEBEN ELABORAR LOS MENÚS ESCOLARES EN COLABORACIÓN CON LAS ASOCIACIONES DE PADRES, JEFES DE COCINA Y RESPONSABLES DE LOS CENTROS ESCOLARES?

Porque son en definitiva las **personas, además de los padres, quienes mejor conocen los gustos y las necesidades de los alumnos, y los mejores interlocutores** para adaptar el Plan Alimentario (que garantiza el correcto equilibrio dietético y nutricional) con los gustos específicos de cada región.

5. ¿MENÚS ESPECÍFICOS PARA COMENSALES ESPECIALES?

El servicio de comedor estará capacitado para ofrecer, desde dietas blandas para curar infecciones gástricas, hasta dietas para diabéticos, celíacos y alérgicos a cualquier tipo de ingrediente. Además de menús adaptados a todo tipo de creencias religiosas e incorporar la cultura culinaria de cada país.

6. ¿PARA QUE UN SERVICIO DE MONITORES?

El servicio de comedor puede estar complementado con un equipo de monitores **que controle y supervise la correcta ingesta de alimentos por parte de los alumnos, así como colaborar en el proyecto educativo del Centro en relación a los correctos hábitos alimentarios, higiene y comportamiento en una mesa.**

7. ¿CONSUMIR ALGÚN ALIMENTO COMPLEMENTARIO A LAS COMIDAS PRINCIPALES?

Como consecuencia del continuo consumo energético por parte de los más pequeños, la empresa recomienda que los niños ingieran algún alimento complementario a media mañana, preferiblemente fruta y/o yogur, y a media tarde. La empresa ha actuado como promotor en varios estudios a nivel nacional, en colaboración con los principales nutricionistas de nuestro país, que ratifican la necesidad de este suplemento para asegurar mantener una correcta dieta equilibrada.

8. ¿POTENCIAR LOS HÁBITOS HIGIÉNICOS Y DE COMPORTAMIENTO DE LOS ESCOLARES?

El comedor escolar constituye una excelente oportunidad para enseñar desde edades muy tempranas la importancia de la higiene. Por este motivo la empresa instruye a los alumnos de los centros donde ofrece sus servicios a adoptar la y

potenciar los hábitos higiénicos y de comportamiento, velando asimismo por su correcta higiene bucodental.

9. ¿CÓMO REALIZAR UNA BUENA DIGESTIÓN?

Ingiriendo los alimentos de forma lenta y espaciada. Comer despacio, poco a poco, degustando la comida, ayudará a los niños a realizar una mejor digestión, además de fomentar unos hábitos alimentarios saludables tanto en el entorno escolar como en el familiar.

10. ¿DEBEN ESTAR INFORMADOS LOS PADRES SOBRE LA ALIMENTACIÓN DE SUS HIJOS EN LOS COLEGIOS?

La empresa cree que la confección del menú no termina en la comida que se ofrece en los colegios, sino que igual de importante o más, es informar a los padres de la alimentación seguida por sus hijos. Las recomendaciones dietéticas y nutricionales de **nuestros especialistas, permiten asegurar el equilibrio nutricional de los más pequeños en todas y cada una de las diferentes ingestas del día. Nuestros consejos y recomendaciones a los padres permiten que puedan adaptar la cena como un complemento efectivo al almuerzo de cada día, de acuerdo al Plan Alimentario.** Existe además una línea directa entre los padres y nuestros especialistas, para cualquier consulta y/o recomendación puntual que fuera necesaria.

1. Actividades con el alumnado.

Las áreas de Ciencias de la Naturaleza, Biología, Matemáticas, Ciencias Sociales, Educación Física y Lengua y Literatura incluyen dos actividades, cada una relacionadas con la salud, centradas en un tema seleccionado para cada actividad (entre otros métodos, se utilizan: análisis de textos, prensa, vídeos; análisis y debate en grupo, role playing, tormenta de ideas y trabajos de campo...).

Con la incorporación de estos contenidos en las diferentes áreas se pretende que todo el alumnado alcance los objetivos educativos y, consecuentemente, las competencias básicas. Los recursos personales y estilos de vida saludables planteados se relacionan directamente con las competencias básicas, puesto que implican la aplicación de diferentes saberes y habilidades, de acuerdo con la etapa evolutiva del alumnado.

2. Actividades con las familias.

A lo largo del curso se han desarrollado los talleres para padres y madres, así como unas jornadas gastronómicas multiculturales. Se ha hecho llegar a las familias información sobre el Proyecto Educativo del

Centro, invitándoles a proponer ideas y a participar en las actividades de promoción de la salud.

3. Áreas de actuación.

Las áreas sobre las que deben trabajar y profundizar los centros escolares (educación infantil, primaria y secundaria) para mejorar la salud de sus estudiantes son las siguientes:

- Actividad física
- Alimentación saludable
- Bienestar y salud emocional
- Educación afectivo-sexual
- Seguridad y prevención de riesgos y lesiones no intencionadas
- Educación sobre drogas, alcohol y tabaco

4. Actividad física y alimentación saludable.

- Promover la adopción de una dieta saludable por parte del alumnado.
- Promover la incorporación en los estilos de vida del alumnado de la actividad física cotidiana, ya sea lúdica o pautada.
- Incrementar la proporción de escolares que consumen al menos cinco raciones diarias de frutas y verduras frescas.
- Incrementar la dedicación en el tiempo libre del alumnado a la actividad física, dentro y fuera de la escuela.
- Reducir la incidencia de sobrepeso y obesidad entre el alumnado.
- Reducir —si las hubiere— conductas disfuncionales en relación con la alimentación en aquellos alumnos o alumnas en que se hayan detectado.

5. Bienestar y salud emocional.

- Promover el equilibrio y la salud mental y emocional entre el alumnado.
- Incrementar la frecuencia de la resolución de conflictos mediante estrategias de mediación y negociación.
- Favorecer la autoestima, el autocontrol emocional y la mejora de habilidades para la vida.
- Reducir la incidencia de trastornos mentales entre el alumnado.

- Reducir entre el alumnado la incidencia de conductas agresivas hacia otras personas (iguales o educadores) o hacia uno mismo (autolesiones intencionadas, conductas suicidas, etc.).
- Fomentar un entorno emocional saludable del que pueda beneficiarse toda la comunidad educativa (alumnado, profesorado, familias, etc.).

6. Educación afectivo-sexual.

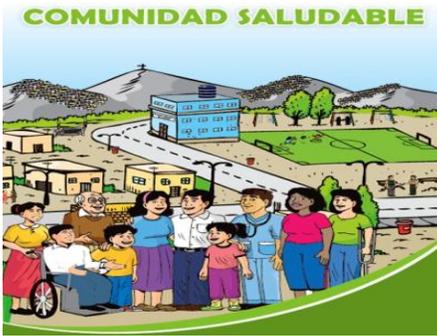
- Promover una actitud saludable y positiva en relación con la sexualidad, adecuada a cada etapa del desarrollo.
- Promover actitudes y conductas sensibles a aspectos de género (igualdad, respeto).
- Integrar la educación afectiva y sexual en el currículo de los diferentes niveles educativos.
- Utilizar el preservativo en las relaciones sexuales.
- Reducir la incidencia de infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados en la adolescencia.

7. Seguridad y prevención de riesgos, lesiones no intencionadas y accidentes.

- Promover la adopción de pautas de comportamiento y estilos de vida tendentes a incrementar la seguridad y la prevención de lesiones no intencionadas o accidentes.
- Incrementar el uso de dispositivos de seguridad (casco, cinturón de seguridad y otros dispositivos de retención...) en los desplazamientos hacia el centro escolar, y otros, en vehículos a motor.
- Incrementar el uso de dispositivos de seguridad en las actividades deportivas y de tiempo libre que realice el alumnado dentro del centro.
- Promover el uso de dispositivos de seguridad en las actividades deportivas y de tiempo libre que realice el alumnado fuera del centro, en otros contextos deportivos o de ocio.
- Promover la reducción de la incidencia de lesiones entre el alumnado fuera del centro, especialmente en el hogar y en la vía pública.
- Reducir la incidencia de lesiones entre el alumnado dentro del centro.

8. Educación sobre drogas: alcohol, tabaco y otras drogas.

- Promover estilos de vida libres del uso de drogas.
- Reducir la incidencia del tabaquismo y del uso de alcohol y otras drogas entre el alumnado.
- Promover el abandono del uso de drogas legales e ilegales entre los escolares que ya se han incorporado al consumo.
- Retrasar la edad de inicio del consumo experimental de tabaco, alcohol y otras drogas.
- Disminuir el número y frecuencia de alumnos y alumnas de Secundaria que acuden al centro bajo los efectos de alguna sustancia psicoactiva.



III Unidad

Salud Comunitaria



<https://saludcomunitaria.wordpress.com/category/bibliografia/>

1. Salud comunitaria

La **salud comunitaria** constituye un área de acción dentro del campo más vasto de la Salud Pública, y tiene como meta la **prevención, promoción y educación** en torno a la salud de la población. A su vez, los programas y proyectos que implementan los y las profesionales de la salud se elaboran en colaboración con la comunidad.

Así, a diferencia de las políticas de Salud Pública, en que las campañas son diseñadas principalmente por las autoridades sanitarias, las experiencias de salud comunitaria implican a los **usuarios de forma activa**.

Por último, los lineamientos son elaborados desde una **multiplicidad de enfoques** disciplinarios y abarcan aspectos y problemas relativos a la promoción y prevención en torno a la psicología de la comunidad, salud sexual y reproductiva, la educación para la salud y la nutrición, entre otros.

2. Principales líneas de acción

2.1. Salud sexual y reproductiva

Está enfocada, principalmente, a la aplicación del Programa Nacional de Educación Sexual Integral, impulsado –a partir de la sanción por parte del Parlamento nacional– en el ámbito del Ministerio de Educación. Tiene por objeto incorporar esta temática, desde el nivel inicial hasta el nivel superior de formación docente y de educación técnica no universitaria.

2.2. Educación para la salud

A partir de la formación, con énfasis en el sistema educativo público pero sin desatender las experiencias de educación no formal, se busca que todas las personas contribuyan con la educación para la salud. Esto implica que diversos sujetos e instituciones (el hogar, la familia, la escuela, la cooperadora, la sociedad de fomento, el club, el barrio, el centro de salud o el hospital, la parroquia o el sindicato) constituyen espacios de formación en temas relativos a la salud, especialmente en términos de prevención.

2.3. Formación en Salud comunitaria

Esta formación, de carácter terciario, entiende el estado de salud como el producto de la intersección de diversos factores relacionados (sociales, económicos, políticos, educativos y ecológicos, entre otros). Por ello, las y los profesionales formados en esta área, sin desatender en primera instancia la manifestación clínica, buscan modificar también los factores que favorecen la presencia de aquellos que causan malestar en la comunidad.

2.4. Salud Comunitaria

Tiene como objetivo promover y mejorar la práctica en salud comunitaria a través del desarrollo del conocimiento relacionado con la atención a grupos específicos de la comunidad con el objeto de generar propuestas alternativas de atención en salud que satisfagan los requerimientos reales y las necesidades potenciales de estos grupos de interés. Trabaja en el desarrollo de alternativas de acción para el bienestar de la comunidad en concordancia con las demandas en salud de los grupos y poblaciones específicas. Busca también establecer mecanismos que mejoren la práctica del equipo interdisciplinario para contribuir al desarrollo de entornos saludables, preservación del ambiente y mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades.



<https://www.google.com.gt/search?q=dialogos+comunitarios&espv=>

<https://www.google.com.gt/search?q=enfermeria+familiar+y+comunitaria>

3. Enfermería Familiar y Comunitaria



3.1. La enfermería comunitaria es la parte de la enfermería que desarrolla y aplica de forma integral, en el marco de la salud pública, los cuidados al individuo, la familia y la comunidad en el continuum salud-enfermedad. El profesional de enfermería comunitaria contribuye de forma específica a que los individuos, familia y comunidad adquieran habilidades, hábitos y conductas que fomenten su autocuidado en el marco de la atención primaria de salud

(APS), la cual comprende promoción, protección, recuperación y rehabilitación de la salud, además de la prevención de la enfermedad.

3.2. Roles

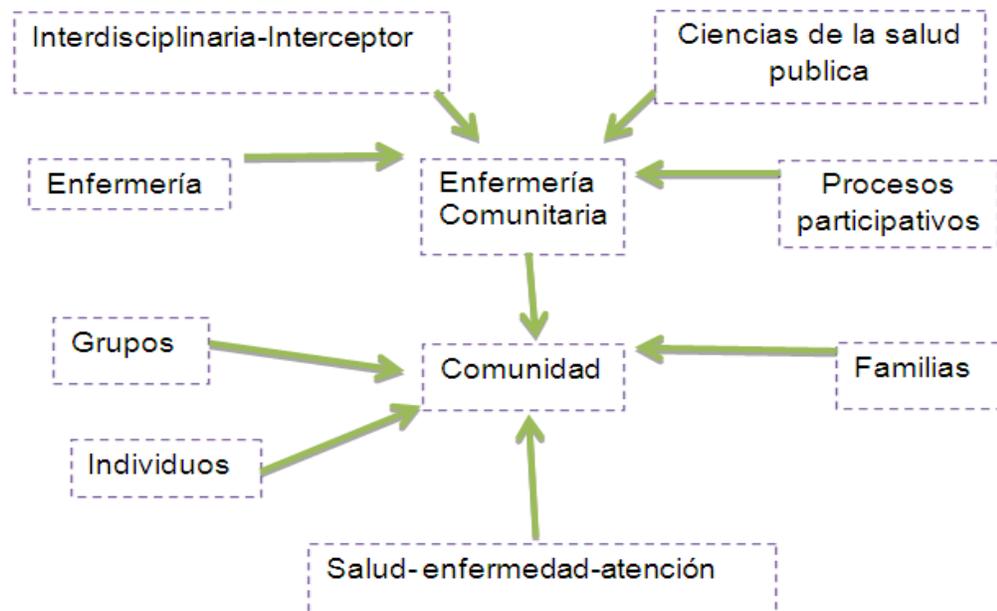
El rol del enfermero comunitario consiste principalmente en enseñarle a la persona, familia y comunidad a cuidarse por sí mismos mediante el autocuidado.

Este rol es diferente al de la enfermería asistencial que casi exclusivamente ofrece atención directa y acciones dependientes o interdependientes. A diferencia de esto la enfermería comunitaria enfatiza sus acciones en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, considerando la comunidad como el lugar a donde se deben dirigir los esfuerzos y el trabajo interdisciplinario, con la finalidad de fortalecer

las conductas saludables y mejorar la calidad de vida de la población. Uno de los objetivos principales de la enfermería Comunitaria, consiste en poder potenciar las capacidades de salud de las personas, transformando la dependencia en una autonomía mediante el autocuidado. De esta manera el individuo participa directamente y activamente en la prevención de la enfermedad; toma conciencia de su rol y aprende del personal de salud en este caso del personal de enfermería.

3.3. Qué es la enfermería comunitaria

Es la disciplina que sintetiza los conocimientos teóricos y las habilidades prácticas de la enfermería y de la salud pública y los aplica como alternativas(estrategias) de trabajo en la comunidad con el fin de promover, mantener y restaurar la salud de la población contando con la participación (comunitaria) de esta, mediante cuidados directos e indirectos, a individuos, familias, otros grupos y a la propia comunidad social en su conjunto como miembro de un equipo multidisciplinario y a un marco de una población general de atención de salud.



4. Principios de la enfermería comunitaria

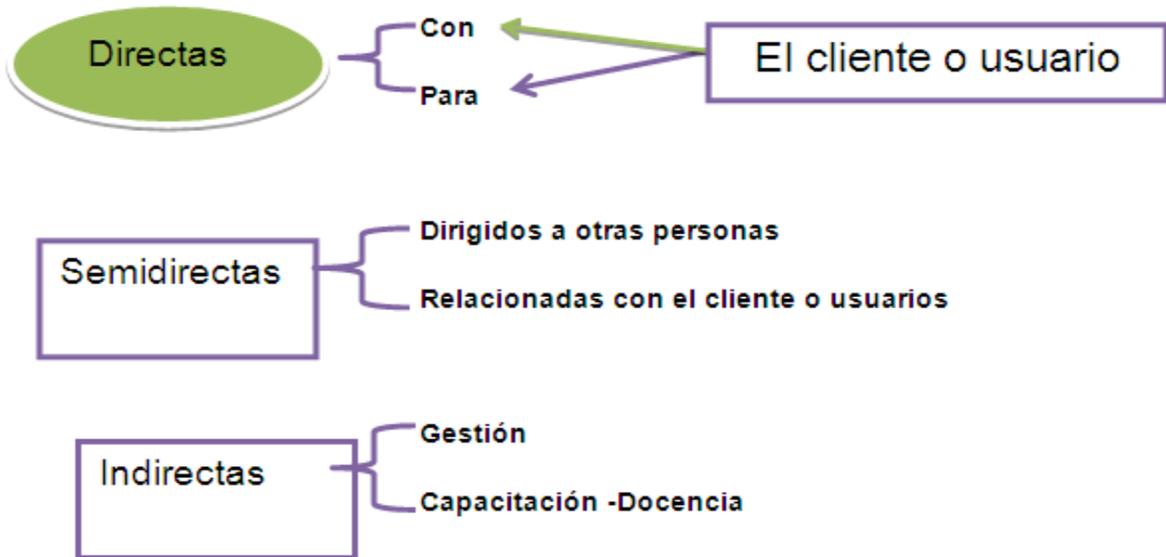
- Enfermería Comunitaria se apoya en una base sólida de enfermería integrando a su práctica de conocimientos de salud pública.
- La responsabilidad de la enfermería comunitaria en la población como un todo.
- La naturaleza de la práctica de la enfermería comunitaria se fundamenta a las necesidades y problemas de salud prioritarios de la población desde los procesos participantes.
- La acción de enfermería comunitaria tendrá caracteres integrales e integrados.
- La evaluación continuada y sistemática de la situación en salud, la clave para el proceso y mejoramiento de los servicios de salud.
- La educación sanitaria es un instrumento de trabajo fundamental.
- Enfermería Comunitaria debe trabajar con y para la comunidad promoviendo la participación comunitaria.
- La familia es considerada por la enfermería comunitaria como su principal unidad de servicio.
- Los problemas y necesidades de salud deben abordarse desde la multicas calidad y interdisciplinaridad.
- Enfermería comunitaria debe ser defensora de los valores que contribuyan a mantener una mayor solidaridad y justicia social, e igualdad de oportunidades.

5. Objetivo de la enfermería comunitaria.

- Satisfacer las necesidades de salud de la población con la participación del individuo y la colaboración de otros profesionales.



Acciones de enfermería comunitaria



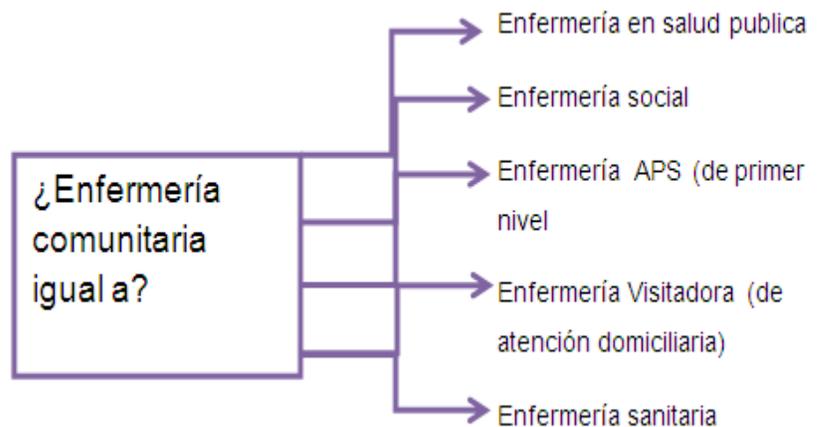
Roles funcional de enfermería comunitaria

- Promovedoras de cuidados
- De educadora
- De administración
- De investigadora



Roles de actitud

- Defensora
- Asesora
- Promotora
- Coordinadora
- Impulsora
- Facilitadora
- Colaboradora



¿Qué es la enfermería?

Es la Disciplina que abarca los cuidados autónomos, y en colaboración que se presenta a las personas de todas las edades, familias, grupos, comunidades, enfermos o sanos.

- Promover la salud
- Prevención de la enfermedad
- Cuidados

¿Qué es la enfermería comunitaria o de salud pública ?

Es la disciplina que desarrollan las enfermeras basadas en la aplicación de los cuidados a individuos sanos o enfermos en su medio habitual, contribuyendo a que adquieran habilidades, hábitos y conductas que fomentan sus autocuidados.

6. Antecedentes de enfermería comunitaria

La OMS manifiesta en una actitud favorable a la participación comunitaria en la salud mediante diversos documentos.

- La declaración de Alma-Ata(1978)
- Programas de salud para todos en el año 200 (1981)
- Real decreto de reforma de la atención primaria de salud. (1984)
- Carta de Oltawis(1984)
- Declaración de Adelaida(1988)
- La declaración Sanduall (1991)
- La declaración de Jarata(1997)

7. Efectos del real decreto de reforma de la atención primaria de salud

- Regulación de la asistencia
- Explicitación de las funciones propias de la atención primaria.
- Cambios conceptuales en la organización del sistema.

Aspectos más relevantes

- Introduce nuevas:
- Funciones
- Actividades
- Ámbitos de activación
- Criterios para la asignación de recursos humanos
- Retribuciones
- Guías de acceso
- Consideración de la reforma continuada



8. Enfermería comunitaria

Filosofía: El arte de la enfermería es el más imaginativo y curativo. Sentido del conocimiento al servicio del ser humano.

- La solución de necesidades de salud en forma progresivo y dinámica, requiere de una formación sistemática de elementos que conforman al personal, de enfermería en sus diferentes niveles, dicha formación debe contemplar los aspectos biológicos, Psicológicos, espiritual y social
- Desde el punto de vista profesional, se requiere que el personal. participe EN y PARA, la comunidad con juicio crítico. poder de decisión e iniciativa.

Atributos del cuidado

- Es intencional.- Planificado y dirigido
- Es un proceso.- Tiene etapas que requieren aprendizaje
- Es relacional.- Se da en proceso de interacción
- Personal.- Cada ser es singular (adj)
- Es contextual.- No es aislado del entorno
- Se basa en la dignidad humana.- Requiere competencia, demanda, ética profesional.



Principios

- La enfermería demuestra un compromiso personal, y profesional en el acto de cuidadora.
- La enfermería acompaña a la persona, la familia o la comunidad manteniendo su dignidad y respetando sus diferencias.

- La enfermería favorece el desarrollo específico del potencial de la persona, con su presencia atención y disponibilidad.
- Se inicia con conocimientos específicos de la disciplina que se aplican en el acto de cuidar.
- Integra conocimientos de otras disciplinas en busca de mayor comprensión de la existencia humana.
- Aprovecha los conocimientos de los valores del cuidado prodigado.
- se compromete a promover la salud y favorecer la curación a lo largo de procesos interactivos
- brinda cuidados individualizados en colaboración de la persona, la familia y la comunidad.
- reconoce su propia competencia y la de sus colegas así como la de personal de otras disciplinas, a fin de optimizar el cuidado prodigado.

Cuidado como ese de profesión

- Es una ciencia, conjuga conocimientos, sentimientos, fortaleza y humanitario.
- Consiste en demostrar la autonomía del conocimiento del ser cuidado. Y del propio cuidador.
- Regular siempre un espacio, un escenario y un contexto.
- Quien cuida posee conocimiento, compromiso, auto capacitación, arte, práctica y ética.

Práctica profesional de la enfermería comunitaria

- Trabaja con el individuo sano, o enfermo, en la familia como un todo, y en los diferentes grupos comunitarios.



Presenta cuidados continuos

- Educación sanitaria.
- Asesoría con aspectos relacionados con la salud.
- Apoyo en las situaciones crisis.
- Coordina y gestiona normas sociales y sanitarias.

Principios de la Práctica de la Enfermería Comunitaria

Cuidados de la comunitaria:

- El sujeto de la atención es la familia y el grupo comunitario.
- Atiende las necesidades.
- Ofrece, atención general, longitudinal y continuidad.
- Promueve y implementa la participación de la comunidad.

- La educación sanitaria es su instrumento de educación fundamental.
- Forma parte del equipo de salud

Presenta cuidados continuos

- Educación sanitaria.
- Asesoría con aspectos relacionados con salud.
- Apoyo en las situaciones de crisis.
- Coordina y gestiona recursos sociales y sanitarios.

Práctica profesional

- Trabajo con el individuo sano o enfermo, en la familia como un todo. Y en los diferentes grupos comunitarios.

Cuidado de la comunidad

- Bien común sistema de valores, social identificado como un bien social.
- Complementación del bien individual.
- Bien para débiles y necesitados.

El sujeto de atención es la familia y grupo social

- Conocimiento que la familia posee
- Conocimiento científico.
- Desarrollan condiciones saludables de vida.

Atención general longitudinal y continua de forma integral

- Convierte el pensamiento humanista.
- Interrelación de aspectos físicos, Psicológicos y el desarrollo de la persona, con su medio.
- Se forma a lo largo de la vida en diferentes ciclos.

Atiende las necesidades de salud, en la comunidad asignada

- No solo cuidados, se orienta a la protección de la salud.
- Involucrada en el modelo de atención de Virginia Henderson, y sus 14 necesidades que deben estar satisfechas (cuidados básicos).

Promueve y respeta la participación comunitaria

- Desarrolla estrategias que promueve la participación comunitaria.
- Deben tener instrumentos para tomar decisiones con respecto a la salud.

Formar partes del equipo de salud.

- Tanto el usuario como las organizaciones sanitarias exigen cada vez más aumento de la eficacia y la eficiencia.
- Trabajo en equipo.

Desarrollo su actividad respecto a toda la comunidad

- Promoción de la salud
- Prevención de la enfermedad
- Asistencia
- Rehabilitación
- Docencia e investigación
- Gestión y administración de las actividades.

Proceso de enfermería. Adecuado

- Seguimiento de la ruta crítica trazada.
- Diagnóstico de enfermería bien propuesto.
- Expectativas y objetivos con un tiempo, límite bien fijado.
- Acciones de enfermería. Bien delimitado.

Procesos de enfermería parcialmente adecuada

- Seguimiento de la ruta crítica trazada.
- Expectativas y obsesivos con tiempo límite fijado inadecuadamente.
- Algunas acciones de enfermería bien definidas y otras no.

Proceso de atención de enfermería inadecuado

- No seguimiento de la ruta crítica.
- DX de enfermería incorrecto
- Expectativas y objetivos mal planeados.
- Acciones de enfermería no bien delineadas.

ENFERMEDADES QUE SE PRESENTAN EN UNA COMUNIDAD

CRISIS CONVULSIVAS

EL FUNCIONAMIENTO NORMAL DEL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL PUEDE SER ALTERADO POR MÚLTIPLES CAUSAS:

- Por trastorno en la conducción de los estímulos
- Debida a procesos degenerativos.

- Por procesos vasculares.
- Causa infecciosa.
- De origen traumático.
- Por tumores.



<https://es.wikipedia.org/wiki/Estímulo>

Trastornos en la conducción de estímulos nerviosos

Epilepsia o crisis convulsivas: es un trastorno transitorio de la conciencia o de la función motora, sensitiva o vegetativa, con o sin pérdida de conciencia. Se debe a descargas eléctricas desordenadas, repentinas y en exceso en las neuronas del sistema nervioso central. **EPIDEMIOLOGÍA**

Aunque el 10% de la población presenta en algún momento de su vida crisis epileptiformes, sólo entre el 1 a 3% desarrolla Epilepsia.

CARACTERÍSTICAS CLÍNICAS

- La epilepsia que se inicia antes de los 18 años se considera de inicio temprano y se asocia a problemas de desarrollo. Las crisis tardías se asocian a problemas adquiridos (trauma, tumor, enfermedad vascular cerebral).
- El diagnóstico de la epilepsia obliga hacer un interrogatorio del paciente y de las personas que han sido testigos de sus crisis, para determinar una crisis parcial (focal), generalizada (difusa) o de inicio parcial secundariamente generalizada.

CONVULSIONES TÓNICO CLÓNICAS GENERALIZADAS

- La crisis comienza casi siempre sin previo aviso.
- Pérdida repentina de la conciencia y contracciones musculares tónicas generalizadas.
- Caída al suelo.
- Los maxilares se cierran de golpe.
- Exhalación forzada del aire a través de las cuerdas vocales.
- Puede haber relajación de esfínter vesical y con menos frecuencia, de esfínter anal.
- El paciente entra en apnea con la consiguiente cianosis. **TODO ESTO CONSTITUYE LA FASE TÓNICA.FASE CLÓNICA**

- Contracciones musculares rítmicas y violentas acompañadas de una hiperventilación fatigosa.
- La cara se contorsiona.
- Salivación excesiva.
- Sudoración profusa.
- Taquicardia.
- Disminución de las sacudidas clónicas.

CAMBIOS METABOLICOS

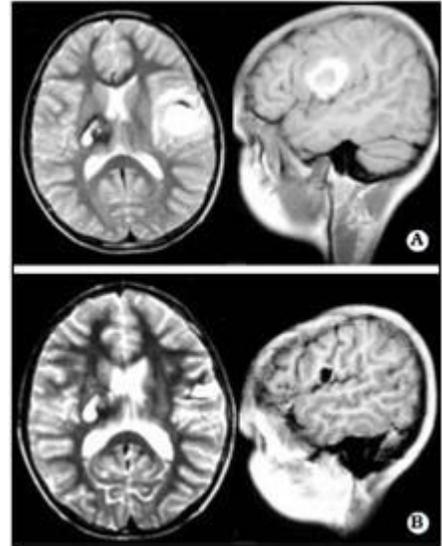
- Aumento del consumo de ATP en un 250 %.
- Aumento del consumo de O₂ cerebral en un 60 %.
- Aumento del flujo sanguíneo cerebral en un 250 %.
- Las neuronas se quedan sin O₂ ni glucosa.

- Aumento del lactato en los tejidos cerebrales.
- Acidosis e hipoxia secundaria.
- Lesión y destrucción de los tejidos cerebrales

INTERVENCIONES DE URGENCIA

<https://es.wikipedia.org/wiki/Estímulo>

- Observar la convulsión y proteger al paciente.
- Proteger la cabeza, aflojar la ropa y retirar del entorno objetos duros o afilados.
- Nunca sujetar ni forzar la introducción de un objeto en la boca.
- Si es posible, gire lateralmente la cabeza.
- Si sospecha un status epiléptico, establecer vía aérea permeable y vía venosa.
- Anamnesis.
- Preguntar si el paciente ha sufrido anteriormente convulsiones generalizadas o focales.



- Frecuencia de las convulsiones.
- Antecedentes familiares.
- Medicación.

CAUSAS

- Eclampsia
- Encefalitis
- Traumatismo craneal
- Encefalopatía hipertensiva
- Otras causas: Sd. de abstinencia, tumor, aneurisma cerebral, insuficiencia renal crónica, hipoglicemia, hiponatremia, etc.

CONSIDERACIONES DE ENFERMERÍA

- Subraye la importancia del seguimiento del tratamiento farmacológico, control médico y registro de las crisis.
- Ayude a minimizar las convulsiones recomendando reposo, dieta apropiada y ejercicio regular.
- Manejar la situación con la mayor discreción y las menores molestias posibles para el paciente.

CONVULSIONES SIMPLES PARCIALES

• Son resultado de un foco irritable en la corteza cerebral. Duran 30-60 segundos y no alteran el nivel de conciencia. • Una convulsión motora simple implica una serie de movimientos unilaterales clónicos (contracción muscular) y tónicos (rigidez muscular) en una parte del cuerpo. • En algunos casos, los movimientos pueden extenderse al lado opuesto del cuerpo, evolucionar a convulsión generalizada y conducir a pérdida de conciencia. • La epilepsia parcial continua causa contracciones musculares clónicas, generalmente en la cara, un brazo o una pierna. Se repiten cada pocos segundos y persisten durante horas, días o meses sin propagarse. • La convulsión sensorial simple, que asienta en un área localizada y unilateral del cuerpo, causa entumecimiento, hormigueo y sensación de calambre. • Las convulsiones visuales implican sensaciones de oscuridad, luces o manchas estacionarias o móviles, que afectan a ambos campos visuales o al campo visual contralateral. Las convulsiones también pueden incluir sensaciones de gusto u olfato.

ANAMNESIS

• Pregunte al paciente qué sucedió antes de la crisis convulsiva, si reconoció su inicio y, en caso afirmativo, de qué forma. ¿Cómo fue esta convulsión en comparación con otras anteriores? • Buscar antecedentes de traumatismo craneal, infección reciente, en especial con fiebre, cefalea o rigidez de nuca. • ¿Dónde se inició el movimiento? • ¿Hubo propagación posterior? • Buscar alteraciones de la conciencia, tonicidad y cronicidad bilaterales, cianosis, mordedura de la lengua e incontinencia urinaria. • Compruebe la presencia de alteraciones sensoriales y debilidad muscular.

CONSIDERACIONES DE ENFERMERÍA

• No es preciso ningún cuidado de enfermería durante las crisis convulsivas simples, a menos que progresen a convulsiones generalizadas. Permanezca con el paciente durante la crisis y tranquilícelo. • Remarque la importancia de seguir estrictamente el tratamiento farmacológico. • Prepare al enfermo para las pruebas diagnósticas.

TRATAMIENTO

• Farmacológico: Fenitoína, Fenobarbital, Carbamazepina, Acido Valproico. • Tratamiento de Urgencia: Diazepam, Loracepam. • Tratamiento quirúrgico. • Diagnósticos de enfermería. • Alteración de la conciencia generada por la actividad

de tipo convulsiva. • Limpieza ineficaz de las vías respiratorias por aumento de secreciones salivales. • Incontinencia urinaria por alteración de la conciencia. • Alteración de la movilidad física por fatiga postictal. • Alteración de la mucosa oral por efecto secundario de anticonvulsivantes. • Ansiedad y miedo en relación con la actividad convulsiva.

Drogodependencias en BCS

Hay diferentes tipos de drogas y aunque sus efectos pueden variar, el daño integral siempre es el mismo.

Existen varios tipos de drogas y es necesario destacar entre el uso de sustancias químicas con fines médicos y el abuso en su consumo, con fines adictivos.

Hay drogas legales y socialmente admitidas y promovidas y otras ilegales.

Entre las legales están el tabaco, el café, las bebidas alcohólicas, los solventes industriales y los fármacos. Entre las ilegales están la marihuana, la cocaína, la heroína, las anfetaminas, etc.

Según los efectos en el organismo, las sustancias adictivas pueden ser estimulantes, depresivas, narcóticas o alucinógenas.

Entre las principales drogas estimulantes están la: cocaína, las anfetaminas, las methilfenidas, la fenometrazina y otras que, ya sean inhaladas, fumadas o inyectadas, producen incremento en la alerta, excitación, euforia, aumento del pulso cardíaco y la presión sanguínea, insomnio e inapetencia.

El consumo de drogas en Baja California Sur se ha incrementado "considerablemente" en los últimos años, y la edad de inicio de consumo ha disminuido, ubicándose entre los 12 y 13 años.

En La Paz, Beatriz Aranda Lozoya, manifestó que sólo en la capital del estado, las investigaciones epidemiológicas registran alrededor de 20 colonias de alto riesgo para el consumo de drogas.

Niños fuman desde los 8 años o familias donde todos sus miembros tienen alguna adicción, esto se debe a la falta de actividades culturales, lugares de esparcimiento y condiciones del núcleo familiar son un factor determinante en el consumo de estupefacientes.

La importancia de proteger la salud durante la infancia y adolescencia

Radica en que, en este periodo, se establecen los cimientos de la salud en la edad adulta. La implantación del "Programa de Salud Infantil y del Adolescente de la Comunidad Autónoma de Extremadura", recogido en la cartera de servicios del Sistema Sanitario Público de Extremadura, permite disponer de un instrumento para lograr mejorar el

Nivel de salud de esta población. Se establecen unos cuidados generales en el marco de la atención primaria de salud; así como los criterios de riesgo para la derivación de niños y adolescentes para recibir atención específica en el nivel adecuado.

En los últimos 20-30 años se ha progresado mucho en la salud de nuestros niños gracias a los avances científicos y tecnológicos que permiten una mayor supervivencia neonatal y mejorar las expectativas de vida de diversas enfermedades y, también, a los resultados derivados de los programas de Salud Pública y actividades preventivas, como las inmunizaciones, los cribados neonatales o el propio programa de salud infantil.

Se incide en la promoción del buen trato y la identificación de factores de riesgo social como medidas básicas y prioritarias en la prevención del maltrato infantil; clarificando las actuaciones que se deben llevar a cabo ante la detección precoz de maltrato en la infancia.

- Se incluye un tema específico dedicado a la educación sexual desde la infancia y con implicación de la familia, como parte del desarrollo global del niño y la niña; y no sólo como una actividad preventiva destinada a la prevención de embarazos no deseados y de ITS en el adolescente.
- Se da un mayor énfasis a las actuaciones de consejo y promoción de salud que han mostrado una mayor eficacia preventiva para cada edad.
- Se incorporan los exámenes de salud en edad escolar y el inicio de la adolescencia al Programa de Salud Infantil; considerando que las actividades preventivas y de promoción de hábitos saludables en la edad pediátrica deben ser entendidas como un proceso continuado.
- Se suprimen los cribados de orina y la prueba de la tuberculina para el despistaje de anomalías del tracto urinario y de tuberculosis, respectivamente, en población general; incluyendo su realización sólo en grupos de riesgo.
- Se avanza en la importancia de abordar la prevención y detección de los problemas de salud mental infantil y del adolescente, como un aspecto más del desarrollo integral del niño.

- Se destaca la participación de diferentes profesionales en la atención pediátrica en los Equipos de Atención Primaria.
- Se reduce el número de controles y se fomenta la flexibilidad suficiente en cada Centro para priorizar contenidos y organizar su realización, asegurando la equidad y congruencia de la oferta de servicios.
- En éste sentido, es importante hacer un esfuerzo para que las actividades preventivas no aumenten las desigualdades en oportunidades de salud, debiendo llegar también a los grupos menos favorecidos

Los temas de gran importancia que se dan a conocer en el ámbito estudiantil son:

Taller contra los piojos.

- Taller bucodental
- Taller el tablero de la salud
- Espalda sana en la escuela
- Sexualidad.

Para llegar implementar algún tipo de taller en escuelas, debe de obtener información completa acerca del tema que se va a hablar.

Conocer el problema comenzando con una serie de dinámicas en los alumnos con el fin de interpretar el caso que más les interese y así resolver todas sus dudas

Dar el tema con información correcta a manera que esta sea comprensible para los alumnos

Embarazo en la adolescente y Métodos de Prevención

Hipótesis/causas

La falta de información en los padres para transmitirles a sus hijos es causa de los embarazos a temprana edad.

La vida social y económica son uno de los principales factores por las cuales las adolescentes llegan a comprometerse por necesidad.

La falla del uso de anticonceptivos en la vida sexual activa del adolescente se involucra en el embarazo no deseado.

Riesgos y Complicaciones

Debido a que la adolescente esta en desarrollo y crecimiento, presentan desventajas biológicas y tienen más problemas de parto debido a que la pelvis no está desarrollada completamente y el canal del parto no tiene un tamaño definitivo que pueda soportar el tamaño y completo desarrollo del bebé.

Complicaciones Prenatales:

- Anemia
- Hipertensión inducida por el embarazo (Preeclampsia)
- Enfermedades de transmisión sexual
- Complicaciones durante el parto/parto prolongado.
- RN de escaso peso.
- Sepsis (infección)
- Métodos y Prevención.
- Prevención.
- RN Prematuro.

¿Cómo puede evitarse el embarazo en la adolescencia?

Educación sexual y reproductiva en escuelas, zonas rurales en donde el problema es más frecuente, atención en los servicios de salud.

Por lo general la adolescente carece de información acerca del uso de preservativos así como la responsabilidad, problemas que pueden causar un embarazo a temprana edad, ya que corre el riesgo de perder la vida o causar efectos irreversibles en su cuerpo.

Programas basados en el conocimiento de enseñarles a las adolescentes acerca de su cuerpo y funciones normales, se suministra detalladamente información acerca del uso de los anticonceptivos/preservativos y enfermedades de transmisión sexual.

Los programas de educación para la abstinencia estimulan a las personas jóvenes a posponer la iniciación de la actividad sexual hasta el matrimonio o bien tomando sus propias decisiones correctas, ya que los enseñan a ser más precavidos así como el riesgo que puedan tomar.

SEDENTARISMO

Tipo de vida que implica la ausencia de ejercicio físico habitual o que tiende a la ausencia de movimiento. El sedentarismo también se define como la falta de actividad física menos de 30 minutos y de 3 veces por semana. Esos 30 minutos pueden además repartirse a lo largo del día, en periodos de actividad física de preferiblemente no menos de 10 minutos, y puede perfectamente ser a partir de actividades cotidianas (caminar a buen ritmo, subir escaleras, trabajar en el jardín o en las tareas de la casa).

Más allá de la mera ausencia de enfermedad, un estado saludable o de buena salud es aquel que nos permite disfrutar de la vida y enfrentarnos a los desafíos de la vida diaria. Por el contrario, una mala salud es la que se asocia a mayor posibilidad de caer enfermo y en último extremo a muerte prematura.

Sus **CONSECUENCIAS** son el aumento del riesgo de presión arterial, detener afecciones cardíacas, de contraer problemas articulares como osteoporosis, artritis, artrosis, reuma, infarto, trombosis coronaria y en general todas las enfermedades cardiovasculares. A continuación vamos a definir algunas de las enfermedades:

- **OBESIDAD:** la falta de ejercicio puede llevar a que el cuerpo deje de quemar calorías. Un exceso de calorías se acumula en forma de grasa.
- **PRESIÓN:** hipertensión: el sedentarismo puede aumentar la cantidad de lipoproteínas, colesterol y grasas en la sangre. Esto impide la flexibilidad de las paredes de los vasos sanguíneos y puede endurecer las arterias.
- **ARTERIOESCLEROSIS:** la degradación de grasas del aparato circulatorio es frecuente a medida que avanza la edad.
-

Esto es debido a que el cuerpo humano ha sido diseñado para moverse y requiere por tanto realizar ejercicio físico de forma regular para mantenerse funcional y evitar enfermar. Se ha comprobado que el llevar una vida físicamente activa produce numerosos beneficios tanto físicos como psicológicos para la salud:

- Disminuye el riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares.
- Previene y/o retrasa el desarrollo de hipertensión arterial, y disminuye los valores de tensión arterial en hipertensos.
- Mejora el perfil de los lípidos en sangre (reduce los triglicéridos y aumenta el colesterol HDL).
- Disminuye el riesgo de padecer Diabetes no insulina dependiente.
- Disminuye el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer (colon, mama).
- Mejora el control del peso corporal.

- Ayuda a mantener y mejorar la fuerza y la resistencia muscular, incrementando la capacidad funcional para realizar otras actividades físicas de la vida diaria.
- Ayuda a mantener la estructura y función de las articulaciones, por lo que puede ser beneficiosa para la artrosis.
- Ayuda a conciliar y mejorar la calidad del sueño.
- Mejora la imagen personal.
- Ayuda a liberar tensiones y mejora el manejo del estrés.
- Ayuda a combatir y mejorar los síntomas de la ansiedad y la depresión, y aumenta el entusiasmo y el optimismo.

Hacer deporte es necesario pero siempre supervisado por algún experto. Siempre se han de tener en cuenta una serie de precauciones:

- Si es obeso, sedentario o padece alguna enfermedad cardiaca no hace ejercicio a nivel que no está acostumbrado.
- Los ejercicios deberán hacerse de forma graduada y bajo supervisión médica, en caso de personas con alto riesgo.
- Si tiene una enfermedad infecciosa, se han de hacer ejercicios hasta la recuperación.
- Evitar hacer ejercicios después de comer.
- El ejercicio más recomendado para personas de alto riesgo es caminar a paso moderado.

CAPITULO IV

PROCESO DE EVALUACIÓN

1. EVALUACIÓN DEL DIAGNÓSTICO

La evaluación del diagnóstico se realizó a través de una lista de cotejo, utilizando diversos instrumentos que cumplieron con las expectativas establecidas dentro del cronograma de actividades. El proceso de evaluación fue constante, pues gracias a ello se pudieron constatar los objetivos trazados.

El proceso del diagnóstico se obtuvo de acuerdo a los instrumentos que sirvieron como base para diagnosticar el problema que es la inexistencia de Guías sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria en el Instituto Nacional de Educación Diversificada Catarina, San Marcos, que servirá para fomentar habilidades para la vida a través de métodos participativos en temas de Educación, Nutrición, Salud, Producción y Medio Ambiente, que permitan con mayor capacidad evitar los riesgos de la Inseguridad Alimentaria y Nutricional, y la actitud de niñas y niños respecto a la horticultura y el cuidado de los recursos naturales.

2. Evaluación del Perfil del Proyecto:

Se elaboró una lista de cotejo con la cual se determinó que los objetivos propuestos, están debidamente planteados, las metas que se pretenden alcanzar son concretas, son acorde al proyecto, el presupuesto, las actividades y los recursos previstos, están determinados favorablemente para la realización del proyecto.

3. Evaluación de la Ejecución del Proyecto:

Se realizó mediante una lista de cotejo, ejecutando cada una de las actividades planificadas, en base a los objetivos proyectados, dando como resultado el cumplimiento planeada de lo proyectado.

4. Evaluación General y Final del Proyecto:

La planificación de cada una de las etapas y la evaluación del trabajo desarrollado permitió que el proyecto promoviera la conservación del medio ambiente. Basados en los resultados obtenidos de la evaluación de cada una de las fases, el trabajo realizado permitió que el proyecto La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria tuviera buenos resultados, en cuanto a la producción y el beneficio de una buena salud nutritiva en el educando, y porque no decir a la preservación del medio ambiente.

CONCLUSIONES

1. Se elaboró una guía sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, entregando la cantidad de siete ejemplares con el fin de evitar la propagación de enfermedades
2. Se logró la aceptación de la guía de aprendizaje previo a las observaciones realizadas por el director del Instituto Nacional de Educación Diversificada.
3. A través de la socialización se logró la participación de los docentes del centro educativo y con ello la sostenibilidad del proyecto pedagógico.

RECOMENDACIONES

1. Implementar la guía de aprendizaje en el curso de Biología con el fin de crear responsabilidad en los educandos sobre cómo prevenir enfermedades
2. Que la aplicación de estos proyectos sean ejecutados con forme a los acuerdos establecidos en el plan de sostenibilidad.
3. Que se utilicen las guías de aprendizaje para que los alumnos y alumnas relacionen sus conocimientos previos y conocimientos adquiridos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Asociación Adivima. Monografía de Rabinal. Rabinal, Baja Verapaz. Edición Única. 2002.
2. Academia de Lenguas Mayas Toponimias Maya Achí. Guatemala, C.A. Edición Única. 2001.
3. 3. Diccionario Municipal de Guatemala. Guatemala. 2002.
4. EORM, Proyecto Educativo Institucional. Única Edición. Caserío Palimonix, Rabinal, B.V.
5. GARCÍA, Edwing (et.al). Propedéutica para el ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, Universidad de San de Carlos de Guatemala. 11ava. Edición. 2009.
6. HERNÁNDEZ Gómez, J. E. Rabinal de mis Recuerdos, Historias y Anécdotas. Rabinal, Baja Verapaz. 1991.
7. Instituto Nacional de Estadísticas. Censos Nacionales XI de Poblacional y VI de habitación (INE) G. Instituto Nacional de Estadística de Guatemala. Guatemala: 2002.
8. Concejo de Desarrollo Municipal. Plan de Desarrollo Municipal. SEGEPLAN. Rabinal, Baja Verapaz 2010.
9. Museo Comunitario, CD Interactivo Conociendo mi Municipio. 2da. Edición. Rabinal, B.V.
10. YOC, Amelia, (et.al) Importancia de las citas Textuales y la Bibliografía en la Investigación Universitaria: Sistema Clásico Francés, Lancaster, APA y Harvard. Guatemala, C.A. Dirección General de Investigación, Unidad de Publicaciones. 2008

APÉNDICE

PLAN DE SOSTENIBILIDAD

1. Identificación:

Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina San Marcos.

2. Nombre del proyecto

Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, aplicada a Estudiantes del Área de Biología del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, del Departamento de San Marcos.

3. Justificación

El presente plan se realiza con el objetivo de que el proyecto ejecutado pueda ser aprovechado para impartir nuevos conocimientos por medio de la Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, dirigida a estudiantes y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.

4. Objetivos

- ✱ Contribuir en la Implementación de Hábitos de Higiene a jóvenes de Nivel diversificado del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- ✱ Concientizar a los estudiantes en la importancia de cuidar nuestros recursos naturales.
- ✱ Brindar un documento de apoyo al Personal Docente del área de Biología de los Institutos Nacionales de Educación Diversificada
- ✱ La presenta Guía se resalta la importancia de la Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria con lo que se pretende desarrollar competencias en los estudiantes, tales como la habilidad de analizar y la capacidad para reflexionar sobre los temas aquí contenidos.

5. Organización:

La sostenibilidad de proyecto ejecutado se garantiza a través de la concientización a:

Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.

Padres de familia de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

6. Recursos

Humanos

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.
- Docentes del Instituto de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.
- Padres y madres de familia de los estudiantes del Instituto de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.

Actividades

- Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas con la implementación y mantenimiento de huertos escolares.
- Visita del proyectista para verificar la implementación y mantenimiento de Huertos Escolares

Evaluación

- Se realizara una supervisión constante del buen uso y cuidado del proyecto ejecutado, a través de la técnica de Observación.

Evaluación Elaboración del Diagnóstico Institucional

Nombre de la Epesista: Grecia Maricruz López Aguilar
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, S.M.

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
Institución	Se solicita una institución recomendada.	X	
Diagnóstico	Se diagnosticó en el tiempo estipulado.	X	
Instrumentos de investigación	Los instrumentos son adecuados a la institución.	X	
Aplicación de los instrumentos	Permitieron verificar en Forma aceptable el diagnóstico.	X	
Interpreta de forma adecuada los resultados de la investigación.	La estructura del Diagnóstico está bien definido.	X	
Responsabilidad	Cumplió satisfactoriamente con las actividades Programadas.	X	
Efectividad del Proyecto	Se detectó problemas reales y de interés social.	X	
Apoyo institucional	La institución facilitó la información veraz.	X	
Planes y estrategias del Epesista	Se demostró una línea de trabajo a seguir.	X	
Comunicación	Es eficiente la relación con las autoridades e instituciones.		
Total		100%	0%

Observaciones _____

Evaluación perfil del proyecto

Nombre de la Epesista: Grecia Maricruz López Aguilar
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, S.M.

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
Planificación y organización	Se elaboró un plan de trabajo y se organizó con los que intervinieron.	X	
Efectividad del diagnóstico	Se perfiló según los problemas encontrados con el diagnóstico.	X	
Perfil del proyecto	Se analizó detenidamente el proceso.	X	
Priorización del proyecto	Selección del más indicado para dar solución al problema.	X	
Viabilidad y factibilidad	Se cumplió con el llenado de la lista de cotejo.	X	
Socialización	Se dio a conocer a los estudiantes, docentes y padres de familia.	X	
Misión del proyecto	Los objetivos del proyecto responden a los intereses colectivos.	X	
Estrategias	Se contemplaron los inconvenientes del recurso tiempo.	X	
Actividades	Se desarrollan con técnicas todas las actividades.	X	
Beneficios del proyecto	Responde a la problemática.	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Grecia Maricruz López Aguilar
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, S.M.

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
Priorización del proyecto	Se seleccionó el proyecto de acuerdo a los resultados del diagnóstico.	X	
Planificación	Se desarrollaron las actividades planificadas.	X	
Apoyo institucional	Fueron tomadas en cuenta en el momento de planificación.	X	
Participación Comunitaria	Se contó con la presencia de personas líderes comunitario.	X	
Socialización	Evidencia que socializó el proyecto con las instituciones planificadas.	X	
Métodos y técnicas	Se solicitó apoyo para ejecutar el proyecto propuesto.	X	
Recursos Materiales	Se utilizaron los materiales adecuados al problema.	X	
Mano obra	Se seleccionó el personal que ejecutó el proyecto.	X	
Objetivos y estrategias	Se lograron los objetivos trazados.	X	
Responsabilidad y puntualidad	Se cumplieron con todas las actividades en el tiempo estipulado.	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION FINAL DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Grecia Maricruz López Aguilar
Asesora: Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín
Sede: Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, S.M.

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

CRITERIO	INDICADORES			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	MALO
Información recopilada	X			
Obtención de carencias	X			
Selección del problema	X			
Perfil del proyecto	X			
Alcances de los objetivos y metas	X			
Evaluaciones adaptables al proceso	X			
Cronograma ejecutado según las fechas establecidas	X			
Actividades desarrolladas en diversas etapas	X			
Metodología adecuada al tema seleccionado	X			
Informe presentable para ser revisado	X			
Total	100%	0%	0%	0%

Observaciones _____

PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA ETAPA DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

I. IDENTIFICACION

INSTITUCIÓN

Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina,
Departamento de San Marcos

UBICACIÓN

2da. Avenida 2-26, zona 1

PROYECTO

Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria, dirigida a Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

PROYECTISTA

GRECIA MARICRUZ LÓPEZ AGUILAR

CARNE: 201116220

II. JUSTIFICACIÓN

La etapa del diagnóstico le permite a la Epesista conocer a la institución en la que se realizará su proyecto, y de esta forma establecer sus necesidades de las cuales se priorizarán los problemas y a su vez se le dará la solución que contribuirá al mejoramiento del problema de mayor impacto.

III. DESCRIPCIÓN

Se refiere a realizar un reconocimiento de la Institución, a través de diversas técnicas e instrumentos de investigación, los cuales ayudarán a la obtención de datos necesario para la realización del proyecto

IV. TITULO

Diagnóstico del instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

V. OBJETIVOS

GENERALES

- Identificar los problemas que afectan a los Estudiantes del Instituto de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

ESPECIFICOS:

- Obtener la autorización para la realización del proyecto por parte de la Supervisión Educativa y Dirección del Instituto de Educación Diversificada
- Recabar información que permita conocer el área geográfica y administrativa de la institución.
- Identificar la estructura Organizacional de la Institución beneficiada.

VI. ACTIVIDADES

- Identificación de la Institución beneficiada.
- Presentación de la Solicitud de autorización de proyecto.
- Aplicación de Técnicas y métodos de Investigación.
- Análisis de Información.
- Organización de la información obtenida para el diagnóstico.
- Presentación del diagnóstico (asesor).

VII. METODOLOGÍA

TECNICAS DE INVESTIGACIÓN

- Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA).

TECNICAS

- Observación.
- Encuestas.
- Investigación documental y de campo

INSTRUMENTOS

- .Listas de Cotejo
- .Libretas de notas
- .Agendas
- .Cuestionarios
- .Cámara fotográfica

VIII. RECURSOS

HUMANOS

- Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
- Epesista.
- Asesora.

MATERIALES

- Hojas de papel bond
- Cuaderno de notas
- Computadora
- Tinta de impresora
- Impresora
- Lapiceros
- Engrapadoras
- Perforadores

IX. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA LA ETAPA DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	Marzo/ Abril				Mayo/ Junio				Julio				Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1. Identificación de la Institución beneficiada	Epesista	■	■																										
2. Solicitud de apoyo de la Coordinación Técnica Administrativa.	Epesista			■	■																								
3. Realización diagnóstico.	Epesista					■	■	■	■	■																			
4. Redacción y aplicación de Encuestas	Epesista									■	■	■																	
5. Análisis de información	Epesista													■	■	■	■												
6. Redactar diagnostico general	Epesista / Asesor																	■	■	■	■								
7. Presentar información (asesor)	Epesista																					■	■	■	■	■	■	■	■

X. EVALUACIÓN

1. Existió apoyo de parte de las autoridades educativas de Catarina, departamento de San Marcos.

SI_____

NO_____

2. Se recopiló información necesaria en las técnicas estipuladas

SI_____

NO_____

3. Hubo colaboración por parte de los miembros de la comunidad del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos al momento de las entrevistas y encuestas

SI_____

NO_____

4. Se identificaron los principales problemas al analizar la información

SI_____

NO_____

5. Se presentó el informe del diagnóstico a tiempo ante el asesor.

SI_____

NO_____

PLAN DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

1. Datos Generales

1.1 Institución

Instituto Nacional de Educación Diversificada

1.2 Lugar

Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.3 Dirección

2ª. Avenida 2-26, zona 1

2. Título

Ejercicio Profesional Supervisado

3. Objetivo General

- Identificar a través del diagnóstico los problemas más importantes que obstaculizan la superación de la calidad educativa del Instituto.

4. Objetivos específicos.

- Reconocer la organización de la Institución beneficiada.
- Enumerar los diferentes problemas que afectan a la Institución Educativa.
- Analizar las posibles soluciones a los problemas encontrados para aplicar la más adecuada al problema principal seleccionado.

5. Actividades

- Elaboración del plan del Ejercicio Profesional Supervisado
- Observar las instalaciones por medio de la matriz de los ocho sectores
- Entrevista con el personal administrativo de la Institución
- Selección del problema más relevante
- Elaboración del informe final.

6. Recursos

Humanos

- Personal administrativo.
- Personal docente.
- Alumnado.
- Epesista y asesor.

Materiales

- Hojas de papel bond.
- Cuaderno de notas.
- Computadora.
- Tinta de impresora.
- Impresora.
- Lapiceros.
- Engrapadora.
- Perforador.
- Cámara fotográfica.

7. Cronograma de la Ejecución de las Actividades del Ejercicio Profesional Supervisado

No.	ACTIVIDADES	Marzo/ Abril				Mayo/ Junio				Julio				Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
		SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración del Diagnóstico	■	■	■	■	■	■	■	■																				
2	Perfil del proyecto									■	■	■	■	■	■	■	■												
3	Ejecución del proyecto																	■	■	■									
4	Entrega del proyecto																				■	■	■						
5	Elaboración del informe final																							■	■				

Guía de Análisis Contextual e Institucional
Diagnóstico de la Municipalidad de Catarina, San Marcos

I. Sector Comunidad

AREA	INDICADOR
1. Geográfica	<p>1.1 Localización: El municipio de Catarina del departamento de San Marcos se encuentra situado en la parte oeste del departamento de San Marcos en la región Sur-Occidente. Se localiza en la latitud 14° 54'30" y en la longitud 92° 03'45". Limita al norte y al oeste con el municipio de Malacatán; al sur con el municipio de Ayutla; al este con el municipio de El Rodeo.</p> <p>1.2 Superficie: Cuenta con una extensión territorial de 204 Km. Cuadrados. Se encuentra a una altura de 390 mts. Sobre el nivel del mar. Actualmente cuenta con: 83,460 habitantes, el 65% de ellos son alfabetos.</p> <p>1.3 Clima El clima del municipio de Catarina por lo general, es cálido.</p> <p>1.4 Suelo: El suelo en su mayoría es fértil, produciendo variedad de especies vegetales.</p> <p>1.5 Principales accidentes Entre sus principales accidentes geográficos están: Cabúz, Magdalena, Gramal, Poza Oscura, Xulá,</p> <p>1.6 Recursos Naturales Entre sus recursos naturales cuenta con: recursos hídricos (riachuelos, nacimientos), flora: las características ambientales y elevada pluviosidad determinan árboles que alcanzan hasta 40 ms. de altura y diámetro de 1 metro y más. Se cuenta con plantas ornamentales, medicinales e industriales. Fauna: por las características montañosas y por su clima cálido existe diversidad de animales salvajes, domésticos, aves de distintas especies.</p>

<p>2. Histórica</p>	<p>2.1 Primeros pobladores</p> <p>En el área histórica en las investigaciones realizadas no se encontraron nombres de los fundadores y entre los primeros pobladores aparece el Sr. Cabeza de Vaca originario de México. El croquis del municipio de Catarina tiene la forma de un perro Danés y en los sucesos históricos Catarina, inicialmente fue un asentamiento indígena.</p> <p>El 16 de diciembre de 1886 se suprimió la municipalidad indígena y se dio participación a la cultura ladina en la integración del Concejo municipal conformado por: un Alcalde, un Regidor y un Síndico. En 1952 tomó la categoría de Ciudad en virtud de su crecimiento poblacional.</p> <p>2.2 Sucesos culturales: Las procesiones de semana Santa, la feria patronal, Día de los difuntos, día de la cruz.</p> <p>2.3 Personalidades presentes:</p> <p>2.4 Se puede mencionar a los líderes de comunidades, pastores o dirigentes de grupos eclesiásticos de las diversas religiones, así también como a personas encargadas de las asociaciones o grupos de apoyo etc.</p> <p>2.5 Personalidades pasadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prof. Carlos Girón. - Prof. Jorge Valdez - Pastor: Obdulio Barrios - Profa. Rosa Turnil <p>2.6 Fiesta titular:</p> <p>La feria titular del municipio se celebra del 18 al 26 de Agosto y se conmemora a: la Virgen de Santa Catarina de Alejandría, patrona del lugar.</p> <p>2.7 Lugares de orgullo local: Parque Central, Salones de Usos Múltiples y Municipal, La calzada principal, Balnearios.</p>
----------------------------	---

<p>3. Política</p>	<p>3.1 Gobierno Local:</p> <p>El gobierno local es presidido por el ciudadano Alcalde Municipal Noé Gonzales y Concejo</p> <p>3.2 Organización Administrativa:</p> <p>La Organización Administrativa está conformada por: Nivel Municipal la estructura del Concejo Municipal está presidido por el Alcalde Municipal, Concejales y Síndicos.</p> <p>3.3 Organizaciones Políticas Entre las Organizaciones Políticas (Instituciones Gubernamentales) se encuentran: ENERGUATE, Centro de Salud, Policía Nacional Civil, Juzgado de Paz, Delegación del TSE y Coordinaciones Técnicas.</p> <p>3.4 Organizaciones Civiles Apolíticas. Son las Instituciones que son Autofinanciables</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consejo Comunitario de Desarrollo. • Cooperativa “RL” • Casa Hogar, • Correos, • Colegios privados • Farmacias • Tiendas • Ferreterías • Restaurantes
---------------------------	--

<p>4. Social</p>	<p>4.1 Los habitantes se dedican a las actividades económicas y las que se practican son las siguientes: Agricultura, ganadería, comercio, artesanía, industria, doméstica, profesionales, etc.</p> <p>4.2 En la producción. distribución y productos están Los cultivos propios: Café, maíz, arroz, frijol, caña de azúcar, yuca, camote, malanga, ñame, banano, naranja, limón, lima, piña, tamarindo, zapote, papaya, aguacate, tabaco, cardamomo, manía, plátano, sandía, ajonjolí, etc.</p> <p>4.3 Instituciones Educativas: Escuela Oficial Urbana Mixta “Sofía L. Vda. De Barrios”. Escuela Oficial Urbana Mixta 1º. De Mayo. Instituto Nacional Mixto de Educación Básica. Instituto Nacional de Educación Diversificado en la Carrera de Bachillerato con orientación en Turismo, Computación y Agroforestal. Academias de Corte y Confección MARICLEMENCIA. Academia de Corte y Confección ERYMAR. Academia de Cultora de Belleza Evelyn. Academia de Belleza Olga.</p> <p>4.4 Agencias Bancarias</p> <p>4.5 Viviendas (tipos) Block. madera lámina Teja Terraza</p> <p>4.6 Centros de Recreación: Piscinas “Ojo de Agua” Piscinas “El Pedregal” Estadio Deportivo “Sacramento de León” Canchas Multideportivas</p> <p>4.7 Transporte: Humano Animales Mecánico: urbano y extraurbano</p>
-------------------------	---

4.8 Comunicación:

Correros y telégrafos
Entre las vías de comunicación Catarina cuenta con: La Carretera Interamericana, que une a Guatemala con México, carretera asfaltada de la cabecera municipal a la departamental. Caminos de terracería que comunica a las diferentes comunidades del municipio. Vía telefónica: a través de teléfonos públicos, comunitarios, privados, fax, correo electrónico.

4.9 Grupos Religiosos:

Entre los Grupos Religiosos tenemos: doctrinas Evangélicas, católicas, adventistas, mormonas, que se encuentran organizadas de acuerdo con su respectivo credo.

Composición Étnica:

En su mayoría la población es de etnia ladina y hablan el idioma Castellano.

DETECCION DE PROBLEMAS

I SECTOR COMUNIDAD

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<ol style="list-style-type: none">1. Muy poca información sobre los personajes fundadores o primeros pobladores del municipio.2. Descuido de los buenos hábitos de salud.3. Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina.4. Falta de Centros de Recreación.5. Mal estado de las vías de acceso.	<ol style="list-style-type: none">1. Libros de información en mal estado.2. Desinterés por adquirir conocimiento sobre Creación y Conservación de Huertos Escolares.3. Falta de información.4. Falta de recursos financieros.5. Falta de mantenimiento.	<ol style="list-style-type: none">1. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.2. Concientización de la importancia de la La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria3. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina.4. Gestionar a Instituciones privadas y públicas los recursos financieros.5. Gestionar a la Municipalidad.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
I. SECTOR COMUNIDAD**

PROBLEMAS No.	Falta de Documentación para el desarrollo de la higiene Corporal.		Falta de conocimientos sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria		Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina.		Falta de Centros de Recreación.		Mal estado de las vías de acceso.	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X	X			X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X	X		X			X
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	9	1	7	3	4	6	4	6
PRIORIDAD	3		1		2		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. “Falta de Documentación para el desarrollo de la higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.”

II. SECTOR DE LA INSTITUCIÓN

AREA	INDICADOR
1. Localización Geográfica	<p>1.1 Ubicación: 2ª. Avenida 2-26, zona 1 Catarina, San Marcos</p> <p>1.2 Vías de acceso: Carretera internacional, Medio de automóviles.</p>
2. Localización Administrativa	<p>2.1 Tipo de Institución: Oficial.</p>
3. Edificio	<p>3.1 Edificio: El área de la institución se encuentra trabajando en las instalaciones de la Escuela Oficial Urbana Mixta, Sofía L. Vda. De Barrios.</p> <p>3.2 El estado de Conservación: las instalaciones se encuentran en regular estado.</p> <p>3.3 Locales en servicio: 4 aulas, dos corredor cuatro servicios sanitarios, una bodega y una dirección.</p>
4. Ambiente y equipamiento	<p>4.1 El ambiente es agradable necesario para atender a los estudiantes pero con equipo de cómputo suficiente.</p> <p>4.2 Salones Específicos: Cuenta con un salón de computación.</p> <p>4.3 Oficinas: una oficina que funciona como dirección y una como bodega.</p> <p>4.4 Servicios Sanitarios: se cuenta con tres servicios sanitarios para mujeres y tres de hombres.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

II. SECTOR INSTITUCIONAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de información sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Insuficiente fuentes Bibliográficas de información.	Implementar guías de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria
2. Falta de remodelación de la infraestructura Del establecimiento.	Falta de presupuesto Económico.	Gestionar recursos para la remodelación de las Instalaciones.
3. Falta de escritorios para los alumnos.	Falta de presupuesto Económico.	Gestionar ante las autoridades educativas el recurso para cubrir este rubro.
4. Falta de docente para clases de computación.	Poco presupuesto Económico.	Gestionar la Implementación de un docente específico para dar clases de computación.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de información sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria		Falta de remodelación de la infraestructura del Establecimiento.		Falta de escritorios para los alumnos.		Insuficiente equipo de Cómputo.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X	X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X		X			X		X
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
TOTAL	8	2	7	3	5	5	5	5
PRIORIDAD	1		2		3		5	

II. SECTOR INSTITUCIÓN

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de información sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.

III. SECTOR FINANZAS

AREA	INDICADOR
<p>1. Fuentes de Financiamiento</p>	<p>1.1. Presupuesto de la Nación: Todo es financiado por el Ministerio de Educación.</p> <p>1.2. Venta de Productos y Servicios: Educación Gratuita.</p> <p>1.3. Los servicios: Nivel diversificado.</p> <p>1.4. Donaciones: No reciben ninguna clase de donaciones la institución educativa.</p> <p>1.5. Costos: (Salarios) se invierte en el pago de honorarios del personal que labora dentro de ella.</p> <p>1.6. Materiales y Suministros: Los materiales y suministros se obtienen de parte del Ministerio de Educación.</p> <p>1.7. Reparaciones y Construcciones: las reparaciones siempre se efectúan y las construcciones son variadas.</p> <p>1.8. Mantenimiento: se realiza a cada cierto tiempo para el buen funcionamiento del instituto.</p> <p>1.9. Servicios Generales: se cuentan con los servicios básicos, para el mantenimiento de instituto.</p> <p>1.10. Disponibilidad de finanzas: se dispone únicamente del recurso financiero que da el MINEDUC.</p> <p>1.11. Auditoría Interna y Externa: internamente lo realiza el Director y externamente lo realizan algunas entidades educativas correspondientes.</p> <p>1.12. Manejo de Libros Contables: se manejan los libros siguientes: de inventario, caja, costos, de reporte.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

III. SECTOR FINANZAS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Insuficiente presupuesto de MINEDUC.	1. Falta de recursos financieros.	1. Gestionar ante las autoridades el aumento de presupuesto al sector educativo.
2. Insuficiencia de materiales y suministros.	2. Falta de recursos financieros.	2. Gestionar ante las autoridades los fondos de compra de materiales y suministros necesarios.
3. Salarios bajos para los docentes.	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar los fondos necesarios para cubrir los salarios.
4. Poca disponibilidad de fondos dentro de la institución.	4. Falta de recursos financieros	4. Agilización de la disponibilidad de fondos ante las autoridades competentes
5. Poco material didáctico sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestión ante autoridades de la institución para el material necesario sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria

CUADRO DE ANALISIS VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

III. SECTOR FINANZAS

PROBLEMAS	Insuficiente presupuesto del Ministerio de Educación.		Insuficiencia de materiales y suministros.		Salarios bajos para los docentes.		Poca disponibilidad de fondos dentro de la institución.		Poco material didáctico sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.										
INDICADORES										
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X	X	
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X	X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X		X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG's para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	5	5	4	6	6	4
PRIORIDAD	2		1		3		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Insuficiencia de materiales y suministros.

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

AREA	INDICADOR
1. Personal Operativo	<p>1.1 Personal Operativo. No se cuenta con personal operativo.</p> <p>1.2 Total de Trabajadores: 6 por contrato 021 del MINEDUC.</p> <p>1.3 Antigüedad del Personal: no se da por la renovación de cada año de contratos.</p> <p>1.4 Tipos de trabajadores: son Profesionales.</p> <p>1.5 Asistencia de Personal: por medio del libro de asistencia: entrada y salida.</p> <p>1.6 Residencia del Personal: el personal reside en el área Rural.</p> <p>1.7 El horario en la institución es de: 13:00 a 18:00 horas Jornada única.</p>
2. Personal Administrativo	<p>2.1 Formado únicamente por: - El Director</p>
3. Usuarios	<p>3.1 Cantidad de usuarios: El promedio es de 01 diariamente.</p> <p>3.2 Comportamiento anual de usuarios: normal.</p> <p>3.3 Situación Socioeconómica: la mayor parte de la comunidad son de clase media.</p> <p>3.4 Personal de Servicio: no se cuenta con personal de servicio.</p>
4. Personal de servicio	<p>4.1 Total de laborantes: no hay personal de servicio en la institución.</p>

DETECCIÓN DE PROBLEMAS

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de personal presupuestado.	1. Falta de presupuesto del Ministerio de Educación.	1. Gestionar ante autoridades correspondientes para el aumento de presupuesto.
2. Insuficiente capacitación al personal de la institución que hable de la La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	2. Desinterés del personal para capacitarse.	2. Motivar al personal de la institución para estar actualizado.
3. Insuficiente personal operativo.	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar ante autoridades para cubrir esta necesidad.
4. Insuficiente material didáctico para la institución.	4. Falta de recursos financieros	4. Gestionar la disponibilidad de fondos ante las autoridades.
5. Insuficiente personal de servicio.	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestionar ante las autoridades los fondos económicos para cubrir esta necesidad.

CUADRO DE ANALISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS

PROBLEMAS No.	Falta de personal presupuestado.		Insuficiente capacitación al personal de la institución que hable sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria		Insuficiente personal operativo.		Insuficiente material didáctico para la institución.		Insuficiente personal de servicio.	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X	X			X
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X			X	X			X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X	X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X		X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG's para la ejecución del proyecto?	X		X			X	X			X
TOTAL	7	3	7	3	4	5	8	3	5	5
PRIORIDAD	2		3		5		1		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 4 tiene prioridad 1 Insuficiente material didáctico para la institución.

V. SECTOR CURRICULUM

AREA	INDICADOR
1. Plan de estudios y servicios	<p>1.1 Plan que atiende: Diario.</p> <p>1.2 Programas: Currículum Nacional Base Vigente (CNB).</p> <p>1.3 Actividades curriculares: Todas las que se plantean en el Currículum Nacional Base y en pocas ocasiones capacitación al personal docente.</p> <p>1.4 Acciones que realiza: Actividades para el aprendizaje-enseñanza.</p> <p>1.5 Procesos educativos: Todos los contemplados en el Currículum Nacional Base, en cada uno de los niveles.</p>
2. Material Didáctico	<p>2.1 Número de empleados que utilizan texto: Los dos docentes en su trabajo educacional.</p> <p>2.2 Tipos de textos que utiliza: Módulos del Ministerio de Educación y Textos elaborados de acuerdo al Currículum Nacional Base.</p> <p>2.3 Materia y material utilizados: Lapiceros, almohadillas, tinta para marcadores, marcadores, pizarrón y cuaderno de asistencia.</p> <p>2.4 Fuentes de la obtención de los materiales: A través del presupuesto que se elabora anualmente.</p>
3. Métodos, Técnicas y Procedimientos	<p>3.1 Metodología utilizada por los docentes: las que contempla el Currículum Nacional Base.</p> <p>3.2 Tipo técnicas y procedimientos utilizados: participativos, individuales.</p>
4. Evaluación	<p>4.1 Controles de calidad educativa: a través de herramientas e instrumentos que permiten el progreso de los estudiantes.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

V. SECTOR CURRICULUM

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de Currículum Nacional Base para cada docente.	Insuficiente presupuesto.	Gestionar ante autoridad correspondiente para el trámite de obtención del CNB.
2. Falta de actividades que motiven a los estudiantes a participar.	Desinterés de docentes para realizar actividades.	Crear actividades en donde puedan participar los alumnos.
3. Falta de participación de los estudiantes en los proyectos a ejecutar.	Poca participación de los jóvenes estudiantes.	Crear actividades Productivas para los estudiantes.
4. Falta de material didáctico para el aprendizaje de los estudiantes que hablen sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria	Bajo recurso económico para la institución.	Contemplar en el plan de presupuesto anual.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
V. SECTOR CURRÍCULUM**

PROBLEMAS No. INDICADORES	“Falta de documentos que contengan orientación sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria”		Falta de Actividades que motiven a los estudiantes a participar.		Falta de participación de los estudiantes en los proyectos a ejecutar.		Falta de material didáctico para el aprendizaje de los estudiantes.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X		X			X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X			X		X	X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	8	2	7	3	7	3	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. La falta del Currículum Nacional Base para los docentes.

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

ÁREA	INDICADOR
1. Planeamiento	<p>1.1 Tipo de planes: Corto plazo para realizar las actividades correspondientes.</p> <p>1.2 Elementos de los planes: Competencias, contenidos, indicadores de logro y actividades.</p> <p>1.3 Forma de implementar los planes: En el proceso educativo, siguiendo lineamientos del Currículum Nacional Base.</p> <p>1.4 Bases de los planes (políticas, competencias u objetivos y actividades): Son de acuerdo a las exigencias del Currículum Nacional Base, principalmente las competencias.</p>
2. Organización	<p>2.1 Niveles Jerárquicos de Organización: Directora. Docentes. Comité de apoyo de padres de familia. Alumnos.</p>
3. Coordinación	<p>3.1 A través de la directora: por medio de la comunicación verbal.</p> <p>3.2 Documentos: utilización poca de documentos escritos comunes.</p> <p>3.3 Reuniones: se realizan al inicio y final de año, periódicamente.</p>
4. Control	<p>4.1 Del personal de la institución: A través del libro de asistencia y observación en la jornada de trabajo.</p> <p>4.2 Del alumnado del que se le presta Servicio: a través del cuaderno de asistencia y observación en el transcurso de la jornada.</p>
5. Supervisión	<p>5.1 Dentro de la institución: diariamente a cargo de la directora de la institución.</p> <p>5.2 La institución propiamente dicha: la realiza el Supervisor Educativo periódicamente.</p>

DETECCION DE PROBLEMAS

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de Comunicación del personal de la institución.	Poco interés de la directora, para comunicar al personal.	Establecer un medio que facilite la comunicación.
2. Falta de asistencia de los jóvenes estudiantes.	No tomara asistencia de los jóvenes estudiantes.	Llevar un control adecuado del registro.
3. Falta de planificación a mediano plazo.	La planificación solo se basa a proyectos de mediano plazo.	Realizar una planificación para realizar proyectos a mediano plazo.
4. Falta de utilización de documentos varios en la Coordinación del instituto.	No llevar un registro de los documentos que se utilizan dentro del instituto.	Implementar la utilización de los documentos varios, digitalmente.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VI. SECTOR ADMINISTRATIVO**

PROBLEMAS No.	Falta de comunicación del personal de la institución.		Falta de asistencia de los jóvenes estudiantes.		Falta de planificación a mediano plazo.		Falta de utilización de documentos varios en la coordinación del instituto.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?		X		X		X		X
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X			X	X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X	X	
TOTAL	6	4	5	5	4	6	5	5
PRIORIDAD	2		3		1		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 3 tiene prioridad 1. Falta de planificación para ejecutar proyectos a mediano plazo.

DETECCION DE PROBLEMAS

VII. SECTOR DE RELACIONES

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de instalaciones deportivas.	Falta de espacio para implementarlo.	Gestionar las instalaciones adecuadas para la Construcción del área.
2. Falta de Implementos Deportivos.	No contar con los recursos económicos necesarios.	Solicitud a instituciones, específicamente educativas de cultura y deportes.
3. Falta de participación de los Estudiantes.	No motivar a los estudiantes a participar en actividades.	Implementar actividades en donde participen los estudiantes.
4. Falta de integración con otras instituciones.	No tener una comunicación con otros establecimientos.	Tener más comunicación con diferentes centros educativos.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VII. SECTOR DE RELACIONES**

PROBLEMAS	Falta de instalaciones deportivas.		Falta de implementos deportivos.		Falta de participación de los estudiantes.		Falta de integración con otras instituciones.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X		X	X	X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X			X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG`S y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	4	5	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de instalaciones deportivas.

VIII. SECTOR FILOSÓFICO, POLÍTICO, LEGAL

ÁREA	INDICADOR
1. Filosofía de la Institución	<p>Visión:</p> <p>Ser una institución educativa líder e innovadora en el campo de la formación integral con equidad de géneros de los niños, niñas, y jóvenes, utilizando su idioma materno y su cultura para impartir una metodología activa, que pretende formar ciudadanos con liderazgo positivo, capaces de reflexionar, dialogar, participar, con criterio propio, para poder desempeñarse eficazmente y responder a las necesidades, problemas e intereses de su comunidad y de la sociedad en que están inmersos y que actúen con eficiencia para mejorar significativamente el nivel de vida de sus compañeros.</p> <p>Misión:</p> <p>Somos una institución educativa, con una modalidad innovadora con enfoque constructivista – pedagógica que se orienta a la formación científica, tecnológica y humanística. Capaces de participar, en un régimen democrático, que amen su nación que tengan valores morales, que respeten a los demás con quienes comparten dentro y fuera de su comunidad, sin importar su cultura, religión, color a la que pertenezcan respetar a los países del mundo para que todos. Vivamos en paz, libertad y justicia.</p>

2. Políticas de la Institución	Implementar Ser una institución educativa líder e innovadora en el campo de la formación integral con equidad de géneros de los niños, niñas, y jóvenes, utilizando su idioma materno y su cultura para impartir una metodología activa, que pretende formar ciudadanos con liderazgo positivo, capaces de reflexionar, dialogar, participar, con criterio propio, para poder des empellarse eficazmente y responder a las necesidades problemas e intereses de su comunidad y de la sociedad en que están inmersos y que actúen con eficiencia para mejorar significativamente el nivel de vida de sus compañeros.
3. Aspectos Legales	El instituto se base a las legislaciones Educativas, que rigen nuestro país.

DETECCION DE PROBLEMAS

VIII. SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Políticas educativas repetitivas.</p> <p>2. Ausencia de la filosofía del instituto hacia la comunidad educativa.</p>	<p>1. Desinterés de las autoridades educativas por implementar nuevas políticas educativas.</p> <p>2. La implementación de la filosofía y política del establecimiento.</p>	<p>1. Implementar nuevas políticas educativas en beneficio propio.</p> <p>2. Conocer más las necesidades filosóficas del establecimiento educativo y población estudiantil.</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

VII. SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL

PROBLEMAS	Políticas educativas repetitivas.		Ausencia de la filosofía del instituto hacia la comunidad educativa.	
	1		2	
	SI	NO	SI	NO
No. INDICADORES				
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X	
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X	
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X			X
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones y ONG`s para la ejecución del proyecto?	X			X
TOTAL	8	2	6	4
PRIORIDAD	1		2	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Políticas Educativas repetitivas.

**SUPERVISIÓN EDUCATIVA
SECTOR 1216.2
CATARINA, SAN MARCOS**

Catarina, San Marcos 12 de Octubre de 2,015

Señora:

Licenciada Ana Victoria Rodas Marroquín
Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimada Licenciada:

Reciba un cordial y atento saludo a la vez le deseo éxitos en sus labores Educativas.

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante: **Grecia Maricruz López Aguilar** con carné: **201116220** de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, hizo entrega de **la Guía de aprendizaje sobre La Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria** , Producto del Ejercicio Profesional Supervisado que realizó en esta Institución Beneficiada.

Por lo que dicha herramienta será de beneficio para la población Estudiantil del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

Agradeciendo de manera especial el apoyo a esta institución educativa me suscribo.

(f) _____
PEM. César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo Sector 1216.2
Catarina, San Marcos.

**INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN DIVERSIFICADA,
CATARINA, SAN MARCOS**

Catarina, San Marcos, 12 de Octubre de 2015.

Licda. Ana Victoria Rodas Marroquín
Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

CONSTANCIA

Se hace constar por este medio que: **Grecia Maricruz López Aguilar**, con Carné No. 201116220 estudiante de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, con sede en Catarina, San Marcos, quien realizó su Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa en el Instituto Nacional de Educación Diversificada de este municipio, agradeciéndole el aporte a esta Institución manifestando que participó en el Proyecto con responsabilidad en las diferentes actividades que desarrolló.

Y para los usos legales que a la parte interesada convenga, se extiende, firma y sella la presente a los trece días del mes de octubre del año dos mil catorce

Lic. Nerly Ovany de León Requena
Director INED, Catarina, S.M.

Catarina, San Marcos 11 de Septiembre de 2015

Profesor:

César Augusto Ambrocio Gutiérrez
Supervisor Educativo Sector 1216.2
Catarina, San Marcos

Distinguido Supervisor:

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores profesionales.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de parte de usted y la institución educativa que tan dignamente administra.

Por este medio participo a usted, para que el día 22 de septiembre a las 14:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo sector 1216.2 y catedráticos del Área de Biología para socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , a Estudiantes de 4º. Bachillerato del Nivel Medio, Ciclo Diversificado que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted .

Atentamente.

(f) _____

P.E.M. Grecia Maricruz López Aguilar
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía
Id y Enseñad a todos.



Catarina, San Marcos 11 de Septiembre de 2015

Lic. Nerly Ovany de León Requena
Director INED
Catarina, San Marcos

Distinguido Director:

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores profesionales.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de parte de usted y la institución municipal que tan dignamente administra.

Por este medio participo a usted, para que el día 22 de septiembre a las 14:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo sector 1216.2 y catedráticos del Área de Biología para socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , a estudiantes de Nivel medio, ciclo diversificado que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted .

Atentamente.

(f) _____

PEM. Grecia Maricruz López Aguilar
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía
Id y Enseñad a todos.



Catarina, San Marcos 11 de septiembre de 2015

A:
Docente del Area de Biología
Instituto Nacional de Educacion Educación Diversificada .
Catarina, San Marcos

Distinguido Docente:

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores profesionales.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de parte de usted y la dirección del establecimiento.

Por este medio participo a usted, para que el día 22 de septiembre a las 14:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Supervisor Educativo sector 1216.2 y catedráticos del Área de Biología para socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria , a estudiantes de Nivel medio, ciclo diversificado que es un producto de aporte educativo de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndole y no dudando de su comprensión y participación, me suscribo de usted .

Atentamente,

(f) _____

PEM. Grecia Maricruz López Aguilar
EPS de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

ENTREVISTA AL DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIADA

PEM. Nerly Ovary Requena de León

Instrucciones: Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Qué Filosofía utiliza la Institución educativa que usted dirige?
Brindar a los jóvenes de Catarina los conocimientos teóricos y prácticos que le ayuden a desenvolverse por ellos mismos.
2. ¿Sobre qué principios se basa como directora para lograr una buena administración?
Una buena organización del personal, planificaciones, apego a la Guía Curricular Base actualizada.
3. ¿Cómo está compuesta la organización de la Institución?
Directora, catedráticos, alumnos y padres de familia.
4. ¿Cuál es el marco legal que abarca la institución?
Curriculum Nacional Base Actual
5. ¿Cuáles estrategias utiliza como directora dentro de la Institución?
Reuniones periódicas con el personal docente, buena atención a los estudiantes, buenas relaciones humanas, comunicación con los padres de familia.
6. ¿A quiénes recurre en la toma de decisiones?
Al Supervisor, docentes y padres de familia.
7. ¿Qué perfiles considera usted que debe requerir un docente?
Contar con capacidad en sus funciones, ser honesto, tener buenas relaciones humanas, una buena presentación, responsabilidad en el trabajo, puntualidad, ser una persona culta y eficiente.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA.
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA.**

CUESTIONARIO A DOCENTES DEL ESTABLECIMIENTO

INSTRUCCIONES: Lea y responda con entera confianza las preguntas que se le formulan a continuación.

1. ¿Qué beneficios representa el huerto para la escuela y la comunidad?

2. Reconoce que el Huerto escolar es una fuente segura de alimento.

SI _____ NO _____

3. ¿Identifican algún ecosistema en el entorno de la escuela?

SI _____ NO _____

4. Escriba tres razones por las que considera que son importantes los huertos escolares

1. _____

2. _____

3. _____

5. ¿Estaría dispuesto a trabajar con sus alumnos un huerto escolar?

SI _____ NO _____

ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA

Instrucciones: Marque con la X la opción que usted considere correcta.

1. ¿Está de acuerdo en recibir Orientación sobre Huertos Escolares?
SI _____ NO _____

2. ¿Ha recibido orientación por parte de la escuela para atender lo relacionado con Huertos escolares?
SI _____ NO _____

3. ¿Cree usted que la falta de Huertos escolares influye directamente en los docentes?
SI _____ NO _____

4. ¿Cree usted que el tema de Huertos escolares es tan natural como cualquier otro?
SI _____ NO _____

5. ¿Tiene alguna importancia para usted los Huertos escolares
SI _____ NO _____

6. ¿Cree usted que es importante y necesario orientar a su hijo acerca del mantenimiento de los Huertos Escolares?
SI _____ NO _____

7. ¿Cree usted que es malo que sus hijos aprendan lo relacionado al mantenimiento de los Huertos escolares?
SI _____ NO _____

8. ¿Cree usted que una orientación a tiempo sobre el mantenimiento de huertos escolares ayuda a que sus hijos tengan un buen tipo de vida?
SI _____ NO _____

9. ¿Sabe usted que la producción de alimentos en los huertos escolares le ayudaría a mejorar su economía?
SI _____ NO _____

10. ¿Le ha platicado a sus hijos de la importancia del mantenimiento de los Huertos escolares?
SI _____ NO _____



**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

Entrevista a Estudiantes de nivel diversificado del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

Responsable: Epesista

Instrucciones: Responda SI o NO

1. ¿Está de acuerdo en recibir orientación sobre el mantenimiento de huertos escolares?
SI _____ NO _____
2. ¿Reciben sus Papás orientación por parte de la escuela para atender lo relacionado a un Huerto escolar?
SI _____ NO _____
3. ¿Consulta a algunas personas sobre cómo darle mantenimiento a un Huerto Escolar?
SI _____ NO _____
4. ¿Tiene alguna importancia para usted la implementación de huertos escolares?
SI _____ NO _____
5. ¿Le han explicado sus Maestros sobre las la implementación y mantenimiento de los Huertos escolares?
SI _____ NO _____
6. ¿Cree usted que el tema de implementación y mantenimiento de los Huertos escolares es tan natural como cualquier otro?
SI _____ NO _____
7. ¿Cree usted que aprender algo sobre la implementación y mantenimiento de los Huertos escolares es malo?
SI _____ NO _____
8. ¿Le explican sus Maestros cuál es el proceso la implementación y mantenimiento de los Huertos escolares?
SI _____ NO _____
9. Le orientan sus Maestros cómo debe de ser la implementación y mantenimiento de los Huertos escolares?
SI _____ NO _____
10. ¿Le han explicado sus Maestros cómo se mantienen los Huertos Escolares?
SI _____ NO _____

ANEXOS

El Director dando la Bienvenida a Epesista de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa Facultad de Humanidades Universidad de San Carlos de Guatemala Grecia Maricruz López Aguilar



Epesista Preparando la cañonera para Ejecutar su Proyecto.

Epesista Presenta su Proyecto a los estudiantes de 4º. Bach. Del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina y Departamento de San Marcos.



Iniciando con el Proyecto sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria.





Epesista Realiza Charla sobre Higiene Corporal, Salud Escolar y Comunitaria donde los estudiantes están atentos al tema impartido.



Epesista junto a una alumna después de la charla impartida, prepara un pequeño refrigerio para los estudiantes.



Estudiantes disfrutando después de la charla impartida por Epesista de un refrigerio junto al Director.

