



**FECHAS  
AMBIENTALES**

# SÍNTOMAS A ESCENA

**7 de abril**  
Día Mundial de la Salud

<b>ASIGNATURA</b>	Ciencias / Hora guía
<b>EDAD / CICLO</b>	10-12 años (Segundo Ciclo)
<b>OBJETIVO</b>	Identificar síntomas de enfermedades comunes, a partir de dramatizaciones.
<b>TIEMPO ESTIMADO</b>	60 minutos
<b>MATERIALES</b>	Un espacio físico adecuado para ejecutar las dramatizaciones, despejado de obstáculos y seguro
<b>CRITERIO DE EVALUACIÓN MEP</b>	Valorar el equilibrio adecuado entre los sistemas del cuerpo humano, para mantener una buena salud física y mental (Ciencias, Sexto Grado, Eje Temático I)
<b>HABILIDAD</b>	Creatividad / Artística
<b>PALABRAS CLAVE</b>	Salud, bienestar, equilibrio, expresividad, empatía
<b>TIPO DE MATERIAL</b>	PDF Imprimible

## PREPARACIÓN



Leer la información para docentes:  
“Síntomas a escena”.

## PAUTAS DE EVALUACIÓN

Al inicio de la actividad el (la) docente hace preguntas:

¿Qué es la salud?

¿Qué es la enfermedad?

¿Cómo podemos prevenir las enfermedades del sistema digestivo?

¿Cómo podemos prevenir las enfermedades del sistema respiratorio?

¿Cómo podemos cuidar nuestra piel?

¿Cómo podemos protegernos de las enfermedades  
diseminadas por zancudos?

¿Cómo podemos cuidar nuestra salud, desde la alimentación?

## DESARROLLO

1

Dividir a los (las) estudiantes en tres equipos. Cada equipo deberá escoger una enfermedad que alguno de sus miembros o el familiar de alguno de sus miembros haya experimentado.

2

Cada equipo deberá presentarse ante sus compañeros y compañeras. Cada presentación deberá estar compuesta de tres actos:

I. ¿Cómo se enfermó la persona?

II. ¿Qué síntomas presentó?

III. ¿Cómo se sintió mejor y qué consejo le dieron los médicos o las personas que la cuidaron?

3

Al final, los (las) estudiantes se sentarán en círculo, junto a su docente, para comentar lo aprendido.

# INFORMACIÓN PARA EL DOCENTE

## Síntomas a escena

Las dramatizaciones son un recurso muy importante en la educación. A partir de representar situaciones de la vida cotidiana, los y las estudiantes podrán proponer maneras de mejorar sus situaciones y contar cosas que les generan molestias. Para abordar el tema de la salud, representar de forma lúdica situaciones particulares, permite explorar soluciones cercanas a la realidad de quienes participan en las representaciones.

La salud es el estado de bienestar general del organismo, que permite llevar a cabo las funciones vitales con normalidad. La enfermedad corresponde con factores que interrumpen este equilibrio y pueden llegar a amenazar incluso la vida de las personas.

Desde que somos niños y niñas, las personas a nuestro alrededor nos han ido hablando de cómo cuidar nuestra salud. Para proteger nuestro sistema respiratorio, nos recomiendan evitar el fumado, tanto activo como pasivo, abrigarnos cuando está frío, lavarnos las manos con regularidad, hacer deporte y no descuidar los resfriados. Para proteger nuestro sistema digestivo, debemos comprobar la limpieza de los alimentos que vamos a ingerir, también lavarnos las manos con regularidad, no consumir agua sucia (hervir el agua si la tomamos del grifo), entre otras medidas. Para proteger nuestra piel, debemos evitar exponernos al sol directo por largos periodos, utilizar bloqueador solar, mantenernos bien hidratados, lo que ayuda al resto de nuestro cuerpo, además utilizar gorras o sombreros cuando estemos en exteriores y consumir frutas y verduras (lo que también beneficiará a nuestro sistema respiratorio y digestivo: ¡todo está conectado!)

Algunas enfermedades viajan a través de vectores, como los zancudos. Para defendernos de estos, lo más efectivo es eliminar los criaderos (recipientes que almacenan agua en nuestros patios y jardines, también dentro de nuestros hogares) y utilizar repelente.

Para proteger todos nuestros sistemas y mantener un adecuado nivel de defensas, debemos consumir, al menos, 8 vasos de agua diarios, ingerir frutas y verduras, reducir al mínimo el consumo de dulces, grasas y sal. Debemos tener cuidado con el azúcar añadida que, muchas veces, no consideramos, como aquella que suele ponerse en los refrescos.