

GUÍA DE LECCIONES

4° GRADO

¿Qué produce la enfermedad? ¿De qué manera el sistema inmunológico protege el cuerpo contra las enfermedades?

Objetivo de rendimiento

Los estudiantes podrán describir una cadena infecciosa.

Motivación

Pida a los estudiantes que adivinen el significado de la frase “cadena infecciosa”. Apunte las respuestas en el papel borrador.

Procedimiento y desarrollo

- Reparta la hoja de actividades n.º 1, “Vocabulario”, para utilizarla en el análisis de palabras a medida que vayan surgiendo durante la clase.
- Reparta y converse sobre la hoja de actividades n.º 2, “La cadena infecciosa del sarampión”. Explique que ciertas infecciones se contagian (pasan de una persona a otra) a través de virus de transmisión por vía aérea (por ejemplo, el sarampión). La transmisión del VIH, un virus que no se transmite por vía aérea, se analizará en la lección n.º 3.
- Distribuya y converse sobre la hoja de actividades n.º 3, “Cómo la inmunización afecta la cadena infecciosa del sarampión”. Explique que hay vacunas disponibles para ciertos virus (por ejemplo, el sarampión), pero no para todos. Actualmente investigadores científicos intentan desarrollar vacunas para varios virus, entre ellos el VIH.
- Converse sobre las palabras del vocabulario que figuran en la hoja de actividades n.º 3. Pida a los estudiantes que relacionen el vocabulario con la cadena infecciosa del sarampión.
- Haga que los estudiantes utilicen cada una de las palabras del vocabulario en una oración (otra estrategia para desarrollar y reforzar el vocabulario es apuntar algunas de las oraciones de los estudiantes en el papel borrador).

Nota para el maestro: si bien el virus del sarampión puede vivir en el aire durante dos horas, el VIH sólo sobrevive unos minutos fuera del cuerpo, salvo en condiciones especiales de laboratorio o en líquidos corporales, tales como un charco de sangre. El VIH también puede transmitirse al compartir agujas y jeringas con alguien infectado. No se han informado casos de transmisión del VIH a través del contacto con una superficie inanimada (como por ejemplo un asiento de inodoro).

Tarea

Pida a los estudiantes que escriban un cuento sobre qué ocurre en sus cuerpos cuando se enferman y cuando se mejoran. Los estudiantes deberán consultar el material repartido que trata sobre “La cadena infecciosa del sarampión”.

4° GRADO Lección N.º 1

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL ESTADO DE NUEVA YORK N.º 1

HABILIDADES

Ser autónomo

MATERIALES

Hojas de actividades n.º 1, 2, 3:

Vocabulario

Cadena infecciosa del sarampión

*Cómo la inmunización afecta la
cadena infecciosa del sarampión*

Papel borrador

VOCABULARIO

Cadena infecciosa

Huésped

Inmunización

Modo de transmisión

Organismo

Vía de ingreso

Vocabulario

Instrucciones: lea cada definición y luego utilice cada palabra del vocabulario en una oración.

Agente infeccioso

Un organismo (virus, bacteria, etc.) capaz de producir una infección o una enfermedad infecciosa.

Anticuerpo

Sustancia producida por el sistema inmunológico en respuesta a un antígeno (un microorganismo, como un virus o una bacteria) que ingresa al cuerpo. El cuerpo produce un anticuerpo exclusivo para cada antígeno. Los anticuerpos ayudan a que el sistema inmunológico nos proteja contra las enfermedades.

Antígeno

Sustancia externa, como por ejemplo un virus o una bacteria, que ingresa al organismo y estimula la producción de anticuerpos.

Huésped

Cualquier organismo viviente (generalmente una persona o un animal) en el cual un agente infeccioso puede vivir y multiplicarse.

Inmunidad

Capacidad del cuerpo para resistir enfermedades. La inmunidad puede lograrse a través de la exposición previa y las vacunas.

Inmunización

Método para producir resistencia a una enfermedad infecciosa, generalmente por medio de la vacunación (o inoculación), lo cual conduce a la producción de anticuerpos por parte del sistema inmunológico.

Modo de transmisión

Forma en que un agente infeccioso se transmite de una persona a otra. En el caso del sarampión, el virus puede vivir en gotas minúsculas suspendidas en el aire durante aproximadamente dos horas. La gente puede contraer el sarampión al respirar el aire que contiene estas gotas.

Organismo

Cualquier ser viviente, esto incluye a los gérmenes tales como virus y bacterias.

Sistema inmunológico

El sistema corporal, compuesto de órganos (como la piel) y células (como las células T) que nos protegen de sustancias extrañas.

Vía de ingreso

La forma o el lugar en que los organismos, incluidos los agentes infecciosos, ingresan al cuerpo del huésped.

La cadena infecciosa del sarampión

El virus del sarampión invade por vía aérea el cuerpo (huésped).



La persona se enferma de sarampión y a las dos semanas desarrolla el sarpullido.



La persona puede transmitir el sarampión durante el período “infeccioso”, a partir de unos cuatro días antes de la aparición del sarpullido y hasta unos cuatro días después del mismo.



El sistema inmunológico crea anticuerpos para combatir la enfermedad.



Las células del sistema inmunológico destruyen el virus.



El sistema inmunológico se mantiene fuerte.

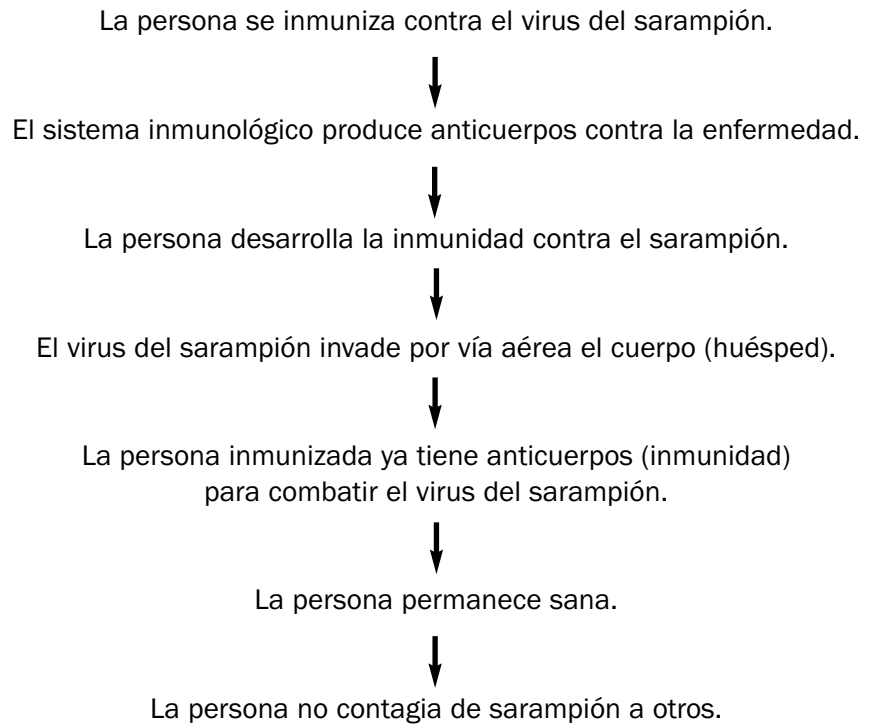


El reposo y un consumo adecuado de líquidos ayudan al cuerpo a recuperarse, además, la picazón se evita con cremas.



La persona se cura. Los anticuerpos desarrollan en el cuerpo una inmunidad para no contraer el sarampión en un futuro.

Cómo afecta la inmunización a la cadena infecciosa del sarampión



¿Cómo combate el cuerpo las enfermedades? ¿Cómo afecta el VIH al sistema inmunológico?

Objetivo de rendimiento

Los estudiantes podrán explicar qué es el sistema inmunológico y cómo afecta el VIH al mismo.

Motivación

Diga a los estudiantes: “El sistema inmunológico es un sistema corporal que combate las enfermedades de nuestro organismo. Está compuesto de células, tejidos, sustancias químicas y órganos que trabajan en forma conjunta para mantenernos sanos. El VIH es un virus que debilita el sistema inmunológico y no permite que el mismo haga su trabajo correctamente”.

Procedimiento y desarrollo

- Distribuya y comente las palabras del vocabulario. Explique cómo funciona el sistema inmunológico. “El órgano más grande del sistema inmunológico es la piel. La piel sana y sin heridas protege a nuestro cuerpo contra las infecciones. Pero a veces, algunos organismos extraños (o invasores) se introducen en nuestro cuerpo. Algunos ejemplos de invasores son las bacterias y los virus. Una de las formas posibles de introducirse en tu cuerpo es a través de una cortadura o un raspón”.
- “Si un invasor se introduce en tu cuerpo, los glóbulos blancos del torrente sanguíneo rodean al invasor y trabajan para destruirlo. Los glóbulos blancos crean millones de anticuerpos, que capturan al invasor. Una vez que un anticuerpo ha capturado a un invasor, se envía un mensaje a otros glóbulos blancos, denominados células T asesinas, para que maten al invasor. Varias células y sustancias químicas deben actuar en equipo para que el sistema inmunológico funcione en forma óptima. Algunos glóbulos blancos tienen memoria, así que si el mismo virus vuelve a ingresar al cuerpo, estos glóbulos envían anticuerpos ya listos para ayudar a identificarlo, y colaboran para que las células del sistema inmunológico lo destruyan”.
- Opcional: distribuya el diagrama “Cómo reacciona el sistema inmunológico ante las infecciones”. Explique de qué modo el VIH afecta al sistema inmunológico.
- Escriba en el papel borrador:
VIH = virus de inmunodeficiencia humana
SIDA = síndrome de inmunodeficiencia adquirida
 - Pida a los estudiantes que definan cada término.
- Explique que el desarrollo del VIH (sin tratamiento) es el siguiente:
 - El VIH atraviesa las defensas del organismo.
 - El virus se multiplica antes de que puedan responder las células que combaten las enfermedades (parte del sistema inmunológico).

4° GRADO Lección N.º 2

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL ESTADO DE NUEVA YORK N.º 1

HABILIDADES

Ser autónomo

MATERIALES

Hojas de actividades n.º 1, 2:

Vocabulario

Cómo reacciona el sistema

inmunológico ante las infecciones

Papel borrador

VOCABULARIO

Anticuerpos

Células B

Células T

Infección oportunista

Glóbulos blancos

SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida)

Sistema inmunológico

VIH (virus de inmunodeficiencia humana)

Virus

- En las primeras semanas posteriores a la infección, algunas personas con VIH presentan síntomas similares a los de la gripe. Esto se produce durante la respuesta inicial del cuerpo contra el virus. Durante este tiempo, la persona puede presentar síntomas como dolores corporales y de cabeza, fiebre y fatiga. Los síntomas duran una semana más o menos, y luego desaparecen solos. No todas las personas que se contagian del VIH tienen estos síntomas.
- El sistema inmunológico comienza a combatir la infección y a crear anticuerpos (de 3 a 12 semanas después de la infección inicial) para matar el virus.
- Los anticuerpos matan parte de los virus, pero no eliminan por completo al VIH del cuerpo.
- Debido a que el VIH destruye las células del sistema inmunológico (por ejemplo, las células T), el cuerpo tiene menos células para luchar contra las enfermedades y la persona se enferma con más facilidad. La persona contrae enfermedades que normalmente pueden derrotar otras personas que no tienen el VIH, tales como ciertos tipos de cáncer, tuberculosis, neumonía y otros trastornos. Esto se llama "SIDA" (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). El SIDA empieza, en promedio, 10 años después de la infección.

Además:

- Las personas con VIH o SIDA son más vulnerables a infecciones que no son serias o fatales para otra persona con un sistema inmunológico intacto.
- Si bien actualmente no existe una cura contra el VIH, existen tratamientos que ayudan a las personas con VIH o SIDA a controlar la enfermedad y a vivir vidas saludables, plenas y productivas.

Evaluación y tarea

Haga que los estudiantes:

- Escriban una hoja de datos sobre cómo el VIH o el SIDA afectan al sistema inmunológico.
- Busquen en periódicos, revistas, bibliotecas o Internet artículos sobre el VIH o el SIDA para traer a clase, y luego compartirlos y comentarlos. Dé ejemplos de los tipos de artículos (noticias, investigaciones, historias personales, etc.). Destine tiempo para reflexionar y procesar la tarea.

Vocabulario

Anticuerpo

Sustancia producida por el sistema inmunológico en respuesta a un antígeno (un microorganismo, como un virus o una bacteria) que ingresa al cuerpo. El cuerpo produce un anticuerpo exclusivo para cada antígeno. Los anticuerpos ayudan a que el sistema inmunológico nos proteja contra las enfermedades.

Infección oportunista

Es una infección que generalmente no presenta una amenaza para un sistema inmunológico sano, pero que causa enfermedades graves cuando el sistema inmunológico está debilitado.

Linfocitos

Son los glóbulos blancos que se producen en la médula ósea. Algunas de estas células se desplazan hacia el timo y se desarrollan como células T. Las mismas juegan un papel importante en las actividades del sistema inmunológico. A ciertas células T se las denomina “células T colaboradoras”. Otros linfocitos, llamados “células B”, fabrican anticuerpos. Las células T guían la respuesta del sistema inmunológico corporal, y algunas de ellas atacan directamente a los gérmenes que han invadido el organismo. En personas sanas, entre el 20% y el 40% de los linfocitos en circulación son células T. En una persona con SIDA, sólo el 2% son células T. Un porcentaje de células T inferior al 14% indica un daño inmunológico grave, y es un signo de SIDA en personas infectadas con el VIH. Con menos células T, el cuerpo es incapaz de reconocer y detener a los organismos capaces de provocar enfermedades.

SIDA

Son las iniciales del “síndrome de inmunodeficiencia adquirida”, la manifestación más grave de la infección con el virus de inmunodeficiencia humana (VIH). El VIH debilita el sistema inmunológico del organismo y lo hace vulnerable a las enfermedades oportunistas, incluidas las infecciones. Las personas con VIH que están muy enfermas tienen SIDA. Algunas de las enfermedades oportunistas asociadas con el SIDA son ciertos tipos de cáncer, tuberculosis, neumonía y otros trastornos. Además de facilitar el contagio de infecciones oportunistas, el VIH también produce otros síntomas (por ejemplo, fatiga o pérdida de peso), que se hacen más graves con el SIDA.

Síndrome

Un conjunto de trastornos de salud, signos o síntomas corporales relacionados a una causa subyacente.

Sistema inmunológico

El sistema inmunológico es un complejo sistema de células, tejidos, sustancias químicas y órganos. Su misión es proteger el cuerpo contra organismos y sustancias extrañas.

VIH

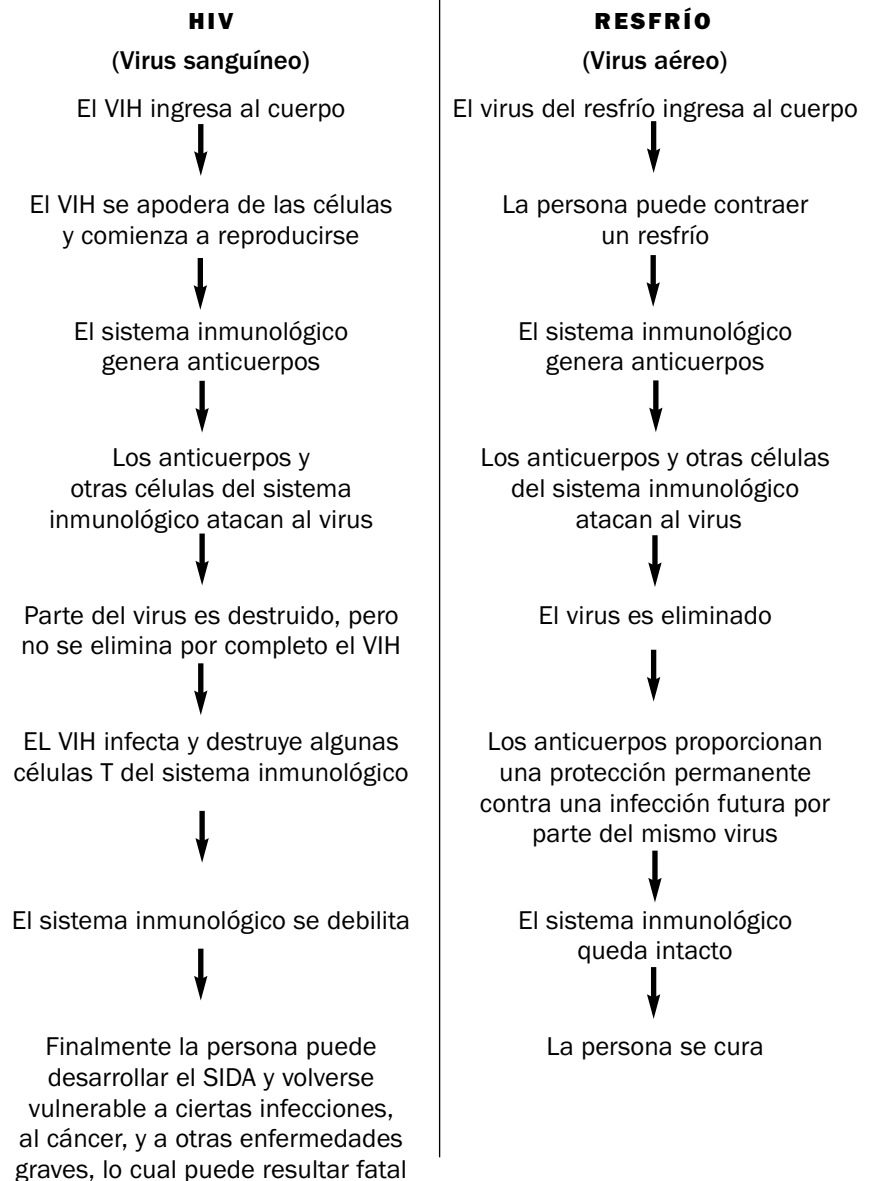
Iniciales del “virus de inmunodeficiencia humana”. El VIH puede conducir finalmente al SIDA mediante la debilitación del sistema inmunológico en el organismo; esto deja al cuerpo menos protegido contra infecciones, ciertos tipos de cáncer y otros trastornos. Se dice que la persona que tiene el VIH en su sangre es “VIH positivo” o “VIH+”.

Virus

Organismo microscópico que causa una infección.

Cómo reacciona el sistema inmunológico ante las infecciones

La evolución de dos infecciones sin tratamiento



¿Cómo se transmite el VIH?

¿De qué modo los mitos sobre la transmisión del VIH han afectado a nuestra sociedad?

Objetivos de rendimiento

Los estudiantes podrán:

- Identificar cómo se transmite y cómo no se transmite el VIH.
- Entender de qué modo los mitos sobre la transmisión del VIH pueden ser perjudiciales.

Motivación

Distribuya la “hoja de mitos y realidades sobre el VIH o el SIDA”. Pida a los estudiantes que escriban VERDADERO al lado de las afirmaciones verdaderas, y FALSO al lado de las que son falsas.*

Procedimiento y desarrollo

- Diga a los estudiantes: “Con cada ingrediente que se agrega en una receta, la preparación cambia. El azúcar endulza la preparación para el pastel; el chocolate la oscurece, y así sucesivamente. Si por error le agregan una taza de sal, la preparación quedaría demasiado salada. Si todavía no la han revuelto, podrán quitar un poco de la sal, pero no podrán quitarla a toda. Cuando el VIH, el virus que puede causar el SIDA, ingresa al cuerpo de una persona, la “preparación”, o sea las células del cuerpo de esa persona, también cambia. Así como no se puede quitar toda la sal de la preparación para el pastel, tampoco se pueden quitar todos los virus de las células del cuerpo. Existen algunos tratamientos eficaces que frenan el modo en que el VIH se reproduce o ingresa a las células, y así frena la evolución de la infección de VIH a SIDA. También hay tratamientos para las enfermedades relacionadas con el VIH o el SIDA. Pero por el momento, no hay forma de eliminar por completo el VIH del cuerpo. Es por eso que todos debemos saber cómo se transmite el VIH para que de ese modo sepamos cómo evitar contagiarnos”.
- Repase todas las respuestas dadas en la “hoja de mitos y realidades sobre el VIH o el SIDA”. * Explique que el VIH es difícil de contraer. No es una enfermedad fácil de transmitir, como el sarampión o la gripe. El VIH está presente en ciertos líquidos corporales, como la sangre, pero no en otros, como el sudor, las lágrimas y la saliva. El VIH sólo puede transmitirse a través del contacto con alguno de esos líquidos corporales infectados, aunque, incluso así, puede que no se produzca el contagio.
- Repase con los estudiantes la cadena infecciosa (ver 4º grado, lección n.º 1, hoja de actividades n.º 2, “la cadena infecciosa del sarampión”).
- Explique que es imposible determinar a simple vista si una persona tiene el VIH. Una persona VIH positivo puede no sentirse ni parecer enferma. Sin tratamiento, el VIH tiene fases tempranas en las cuales la gente apenas tiene algún síntoma perceptible, y esos síntomas pueden incluso aparecer en personas que no tienen el VIH (por ejemplo, ganglios inflamados).

* Respuestas a la “hoja de mitos y realidades sobre el VIH o el SIDA” 1. Falso; 2. Falso; 3. Falso; 4. Falso; 5. Verdadero; 6. Falso; 7. Verdadero; 8. Verdadero; 9. Verdadero; 10. Verdadero; 11. Verdadero; 12. Verdadero; 13. Verdadero.

4º GRADO Lección N.º 3

**ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL ESTADO DE NUEVA YORK
N.º 1, 2**

HABILIDADES

Interactuar con otros

Ser autónomo

MATERIALES

Hoja de actividades n.º 1:

Hoja de mitos y realidades sobre el VIH o el SIDA

Papel borrador

VOCABULARIO

Contrato

Leche materna

Mito

Transmitir

- Explique que estas fases tempranas puedan durar unos 10 años antes de llegar al SIDA. Actualmente muchos tratamientos frenan la evolución hacia el SIDA. El VIH es distinto a otras enfermedades porque la persona es infecciosa (puede transmitir el VIH) a lo largo de toda la evolución del VIH y del SIDA. En 2004, muchas personas con VIH en Estados Unidos (alrededor de una cada cuatro) ni siquiera sabían que lo tenían, porque nunca se habían hecho una prueba de VIH.
- Explique que el VIH puede transmitirse:
 - Por medio de agujas y otros elementos para inyectarse que haya utilizado una persona infectada (recalque que algunas personas necesitan inyectarse medicamentos, tales como la insulina para los diabéticos; y siempre deben usarse agujas y elementos estériles, y no compartirlos nunca).
 - A través de una madre infectada a su bebé, antes o durante el nacimiento, o a través de la leche materna.
 - Por contacto sexual con una persona infectada. Diga a los estudiantes: “Cuando sean más grandes, aprenderán más sobre el modo en que un contacto sexual puede transmitir el VIH”.
- Destaque que las drogas interfieren con la capacidad de la persona para tomar decisiones responsables y evitar las conductas de riesgo.
- Escriba en el papel borrador los mitos sobre cómo se transmite el VIH. Verifique que los estudiantes entiendan la palabra “mito”.
 - Entre los mitos sobre los modos de transmisión se incluyen: las caricias, los abrazos, los besos, estornudar, compartir comida, usar baños públicos, usar piscinas públicas, sentarse cerca de una persona VIH positivo, ir a la escuela con alguien que tiene el VIH o el SIDA.
- Enumere las formas seguras de demostrar afecto (por ejemplo, los abrazos, tomarse de la mano, los besos).
- Pregunte a los estudiantes cómo los mitos pueden dañar a otras personas. Explique que esos mitos han provocado miedos innecesarios en la gente, y han causado discriminación e histeria colectiva, aislando a ciertas personas con el VIH o el SIDA porque la gente tenía miedo de estar en contacto con ellos. Recalque la necesidad de tener compasión, amor, apoyo y aceptación hacia las personas que viven con el VIH o el SIDA.

Evaluación y tarea

Imaginen que una amiga les dice que está nerviosa porque estuvo cenando con su tío, que es VIH positivo, y ahora teme ser VIH positivo ella también. Hagan una lista para su amiga de los modos en que se transmite el VIH, y escriban los motivos por los cuales ella no puede volverse VIH positivo por cenar con su tío.

Hoja de mitos y realidades sobre el VIH o el SIDA

Instrucciones: escriban VERDADERO al lado de las afirmaciones verdaderas, y FALSO al lado de las falsas.

¿VERDADERO O FALSO?

1. La gente puede contagiarse del VIH por estar en la misma habitación que una persona con SIDA.
2. Hay una vacuna para prevenir el SIDA.
3. EL VIH se transmite al estornudar.
4. Una persona puede contagiarse del VIH al donar sangre.
5. El VIH es una enfermedad transmisible.
6. La gente puede contagiarse del VIH por compartir un refresco.
7. Hay recursos comunitarios disponibles para ayudar a las personas con el VIH o el SIDA.
8. El SIDA es causado por un virus.
9. El VIH afecta el sistema inmunológico.
10. Las personas que se inyectan drogas deben protegerse a sí mismas y a los demás, y no compartir nunca las agujas u otros elementos utilizados para preparar e inyectar las drogas. Al compartirlos, pueden pasar sangre de una persona infectada al cuerpo de otra e infectarla con el VIH.
11. El SIDA es una fase avanzada o posterior del VIH.
12. Una razón por la cual debe evitarse beber alcohol y consumir otras drogas es que nos hacen olvidar lo que aprendimos sobre el VIH o el SIDA.
13. Abstenerse de contactos sexuales es la mejor forma de evitar la transmisión sexual del VIH.

Prevención

ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL
ESTADO DE NUEVA YORK
N.º 1

HABILIDADES

Ser defensor
Comunicación
Tomar decisiones
Interactuar con otros
Autonomía

MATERIALES

Trajetas impresas con
situaciones para dramatizar
(en la página siguiente)

Papel borrador

VOCABULARIO

Abstinencia
A corto plazo
A largo plazo
Conductas de riesgo
Consecuencias
Presión negativa de sus
compañeros
Presión positiva de sus compañeros

¿Cómo podemos ayudarnos mutuamente a tomar decisiones saludables?

Objetivos de rendimiento

Los estudiantes podrán:

- Identificar modos de ayudarse para tomar decisiones saludables.
- Decir “no” a la presión negativa de los compañeros.

Motivación

Estimule la discusión en clase, diciendo: “Por la mañana, cuando deciden qué ponerse para venir a la escuela, ¿tienen en cuenta lo que les gusta a ustedes o a sus compañeros?”.

Pida a la clase que enumere lo siguiente:

1. Las decisiones que los niños toman basándose sólo en su propia opinión.
2. Las decisiones que toman según su propia opinión y la de sus amigos.

Escriba las respuestas en el papel borrador (por ejemplo, en qué lista pondrían la elección de amigos, si ir o no a una fiesta, si anotarse en un club escolar, si hacerse amigo de un nuevo estudiante de la escuela, qué champú usar, qué peinado hacerse, etc.).

Procedimiento y desarrollo

- Diga a los estudiantes: “Todos los estudiantes de esta aula son compañeros”. Defina el término “compañero”.
- Pida a los estudiantes que definan la expresión “presión de sus compañeros”.
- Pida que den ejemplos de presión positiva y negativa de sus compañeros.
- Defina “conductas saludables”, y pida a los estudiantes que identifiquen algunas, como por ejemplo, descansar lo suficiente, hacer suficiente ejercicio, comer frutas y vegetales, andar en automóvil con el cinturón puesto, andar en bicicleta o motocicleta con casco.
- Analice por qué alguien haría estas cosas, y cuáles serían las consecuencias a corto y a largo plazo. Defina estos términos.
- Defina “conductas de riesgo”, y pida a los estudiantes que identifiquen algunas, como por ejemplo fumar cigarrillos, beber alcohol, consumir otras drogas, andar en automóvil sin el cinturón, saltar vallas puntiagudas, andar en bicicleta o motocicleta sin casco.
- Analice por qué alguien haría estas cosas, y cuáles serían las consecuencias a corto y a largo plazo.
- Divida a los estudiantes en pequeños grupos. A cada uno de ellos entréguele una tarjeta que describa una de las siguientes situaciones. Pida a los grupos que analicen y dramaticen la situación para toda la clase.

1. Jennifer y Juan son buenos amigos. Últimamente Jennifer ha empezado a fumar cigarrillos, y quiere que Juan también lo haga. Él no quiere, pero Jennifer lo presiona y le dice que no es un buen amigo si no lo hace. ¿Qué puede hacer Juan para seguir siendo amigo de Jennifer sin tener que empezar él a fumar cigarrillos?
 2. Jacina y Ramón son buenos amigos desde el jardín de infantes, pero últimamente Ramón ha empezado a decir muchas malas palabras, y a Jacina eso no le gusta. ¿Qué debe hacer ella?
 3. La familia de Lucinda es vegetariana. Sólo almuerza comida vegetariana como el tofu y ensalada de verduras. Stefan y Luis se burlan de ella y le dicen que coma comida “normal”. ¿Qué debe hacer Lucinda?
 4. La madre de Reggie le ha dicho que sólo puede jugar hasta las 9:00 p.m. pero algunos de sus amigos (Tomás, Christopher y Rita) se quedan hasta las 11:00 p.m. o las 12:00 a.m. y se burlan de él porque tiene que volver temprano. ¿Qué debe hacer Reggie?
 5. En una fiesta, José insiste en que María tome cerveza con él. Ella sabe que es ilegal para menores de edad, y que no es bueno para ellos. Sin embargo, no quiere rechazar a José. ¿Qué debe hacer ella?
 6. Andrew, el amigo de Kim, ha empezado a fumar marihuana. Parece que últimamente lo hace cada vez más, y Kim está preocupada por él. Cuando le cuenta su preocupación, Andrew contesta que lo tiene bajo control, pero Kim aún se preocupa por él. ¿Qué debe hacer ella?
- Después de cada escena, analice las técnicas de persuasión utilizadas en la dramatización que los niños puedan usar para alentar a sus amigos, o a sí mismos, no sólo a tomar decisiones saludables, sino también a evitar las decisiones perjudiciales. Pregunte: “¿Cuáles no eran tan eficaces?” (hablar en primera persona; usar la técnica del disco rayado, es decir, repetir la postura una y otra vez; mantener la calma; convocar a otros para que apoyen su postura).
 - Pida a los estudiantes que enumeren el modo en que los niños pueden alentarse mutuamente para hacer cosas saludables (lea algunas listas a la clase). Desarrolle un “contrato” para la clase, por ejemplo: “Algunas formas de gozar de buena salud física y emocional son: abstenerse de consumir alcohol y otras drogas, incluidos los cigarrillos; comer sano; descansar lo suficiente; aprender a controlar el estrés; conservar el sentido del humor, etc.”.

Evaluación y tarea

- Analice de qué manera la gente puede evitar las opciones imprudentes o peligrosas (planificar abstenernos de conductas que pongan en riesgo la salud; fijarnos metas para el futuro; mantenernos sanos y sin consumir drogas, para poder generar el tipo de vida que queremos para nosotros mismos).
- Analice de qué modo los padres o tutores pueden ayudar a los niños a lograr estas metas de salud, y cómo los niños pueden pedir ayuda a los padres o tutores.

HABILIDADES

Ser defensor
Comunicarse
Tomar decisiones
Interactuar con otros
Ser autónomo

MATERIALES

Hoja de actividades n.º 1:
*Recursos: ¿adónde podemos ir
para obtener ayuda e información?*

Papel borrador

VOCABULARIO

Comunidad
Recursos

¿Adónde podemos ir para obtener ayuda e información en la comunidad?

Objetivos de rendimiento

Los estudiantes podrán:

- Identificar los recursos para obtener información y ayuda.
- Identificar las barreras que impiden el acceso a los recursos, y los modos para superarlas.

Motivación

Diga a los estudiantes: “Cuando desean información sobre algo, ¿qué hacen?” Anote las respuestas en el papel borrador.

Procedimiento y desarrollo

- Diga a los estudiantes: “Han indicado varios modos excelentes de obtener información. A menudo es más fácil simplemente preguntarle a alguien que ustedes consideran que sabrá lo que ustedes necesitan saber. Pero la información se comunica de muchas formas. He aquí otras opciones”.
- Reparta la hoja de actividades n.º 1, “Recursos: ¿adónde podemos ir para obtener ayuda e información?” Converse con los niños acerca de los recursos que se describen en la hoja de actividades.
- Diga a los estudiantes: “La buena noticia es que hay muchos lugares donde podemos buscar ayuda. La mala es que la gente a veces necesita información, pero no utiliza estos recursos. ¿Por qué?” (no los conocen, son tímidos; no tienen a quien acudir; se ponen nerviosos de probar algo nuevo; no saben leer...).
- Es importante tratar la cuestión de la “calidad de la información”. Es crucial que la información que reciben los estudiantes sea científicamente exacta. Esto es particularmente problemático con respecto a la Internet y a los mitos que de ella se derivan. Destaque la importancia de usar fuentes de información confiables (sitios de Internet gubernamentales, el Departamento de Salud y Salud Mental, centros médicos importantes, universidades, etc.).
- Diga a los estudiantes: “Existen muchos recursos para obtener información y ayuda, tanto para gente que tiene el VIH o el SIDA como para su familia y sus amigos. Escriban una historia en la que un amigo necesite información sobre el VIH o el SIDA”. Pida a los niños que identifiquen tres recursos comunitarios en la hoja de actividades (explique que la gente a menudo necesita información de más de una fuente).

Evaluación y tarea

Asigne a los estudiantes distintas preguntas o temas de salud para que busquen la respuesta; y, de esta manera, puedan experimentar de primera mano el proceso. Asigne tiempo para el seguimiento (proporcione ejemplos de temas: tuberculosis (TB), cáncer, medicamentos para el VIH, tratamientos para el VIH, etc.).

Recursos: ¿adónde podemos ir para obtener ayuda e información?

- Pregunta a uno de tus padres, tutores, personas a cargo, maestros u otros adultos cercanos o de confianza.
- Pregunta a un médico, una enfermera, un consejero escolar o un trabajador social.
- Llama al 311, la línea directa de ayuda de la Ciudad de Nueva York para información sobre recursos gubernamentales, como el Departamento de Salud y Salud Mental (DOHMH, por sus siglas en inglés) de la Ciudad de Nueva York.
- Ve a la biblioteca. Pide al bibliotecario que te ayude.
- Llama a una línea directa de ayuda o a la línea de información de una biblioteca.
- Usa Internet. Asegúrate de utilizar una fuente confiable, como un sitio del gobierno. El DOHMH de la Ciudad de Nueva York y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de Estados Unidos tienen sitios de Internet muy útiles, www.nyc.gov/html/doh/html/ah/ahbasic.shtml y www.cdc.gov respectivamente.
- Lee un libro.
- Lee un periódico o revista.
- Observa los carteles o pósters.
- Lee las carteleras de avisos.
- Asiste a un programa de reuniones escolares.
- Mira algún programa de televisión (consulta la guía de programas).
- Escucha programas de radio que traten temas de salud.
- Llama, visita o escribe a un organismo de servicios públicos.