

"ENTRE TODOS A CUIDAR LA SALUD DEL ESCOLAR"

Manual para personal de salud



**DIRECCION GENERAL
DE PROMOCION
DE LA SALUD**

**MANUAL PARA
PERSONAL DE SALUD**

**“Entre todos a cuidar
la salud del escolar”**

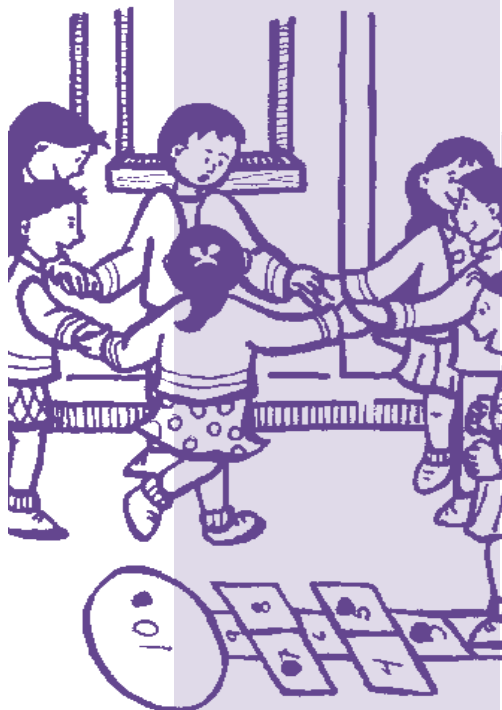
Esta publicación puede ser producida total o parcialmente sin necesidad de autorización previa, con la condición de citar la procedencia.

Se agradece al GRUPO CONSENSO ACCION EN EDUCACION PARA LA SALUD, FUNSALUD-SB, su apoyo para el diseño de este manual

ISBN 968-811-757-9

índice

4.....	Presentación
5.....	Introducción
6.....	Objetivo General
7.....	Objetivos Específicos
10.....	Estrategias Operativas
21.....	Capítulo 1 Vertiente: Educación para la Salud
39.....	Capítulo 2 Vertiente: Prevención y detección oportuna de riesgos y problemas de salud
75.....	Capítulo 3 Vertiente: Ambientes escolares saludables
85.....	Capítulo 4 Vertiente: La participación social en la escuela
93.....	Capítulo 5 Promotoras y promotores adolescentes, un equipo joven a favor de la salud
105.....	Capítulo 6 Escuelas Promotoras de la Salud
119.....	Capítulo 7 Actividades de seguimiento y evaluación
135.....	Capítulo 8 La salud de las maestras, los maestros, las madres y los padres de familia



En la escuela, la educación y la salud se fortalecen mutuamente y propician el desarrollo de una cultura de la salud, en la que participan la comunidad educativa y el personal de salud. Este proceso comprende: acciones educativas para aprender a valorar y a cuidar la salud; acciones de prevención y de detección de riesgos y problemas de salud para mejorar el desarrollo de los escolares y su desempeño en la escuela; acciones para proteger y cuidar el ambiente físico y social de la escuela, así como acciones para promover y organizar la participación de la comunidad educativa en el mejoramiento y cuidado de su propia salud.

Este Manual está dirigido al personal de salud y tiene el propósito de servirle como guía para su participación y colaboración en acciones de promoción de la salud en la escuela.

Comprende una introducción y 8 capítulos que orientan sobre el desarrollo de las cuatro vertientes de acción, la iniciativa de escuelas promotoras de la salud en México, la formación de promotores adolescentes y los procedimientos para el seguimiento y la evaluación del programa. También comprende un capítulo específico de recomendaciones y orientaciones para cuidar y promover la salud del personal de educación y de salud.



Uno de los aspectos fundamentales de la Salud Integral Escolar es proteger los derechos de las niñas, los niños, las y los jóvenes, acordados por los pueblos de las Naciones Unidas durante la Convención sobre los Derechos de la niñez y expresados en nuestro país en la Constitución Mexicana.

Las niñas, los niños, las y los jóvenes tienen derecho a:

- ❑ Tener una escuela para poder aprender y ser mejores
- ❑ Estar sanos y comer bien
- ❑ Vivir en un lugar tranquilo con personas que los quieran y los cuiden
- ❑ Ser respetados
- ❑ Jugar, descansar y reunirse entre ellos
- ❑ No trabajar antes de la edad permitida
- ❑ Vivir en un lugar en donde el aire, el agua y la tierra estén limpios
- ❑ Decir lo que piensan y lo que sienten para que los demás los escuchen
- ❑ Que nadie lastime su cuerpo y sus sentimientos
- ❑ Recibir el trato justo que todos merecen, respetando sus diferencias

En la escuela:

- ❑ Las niñas, los niños, las y los jóvenes aprenden a ser respetados y respetar a los demás
- ❑ Se proporcionan servicios que favorecen un adecuado desarrollo físico, mental y social
- ❑ Se trabaja por un ambiente tranquilo, seguro y saludable
- ❑ Los docentes, los padres de familia, las y los alumnos, aprenden a cuidar su salud y a participar en beneficio de los demás y de su ambiente



Salud Integral del Escolar

En toda la República Mexicana, personal de educación y de salud están llevando a cabo el Programa de Salud Integral del Escolar, que pretende beneficiar a la comunidad educativa de las escuelas preescolares, primarias y secundarias.

Este Programa:

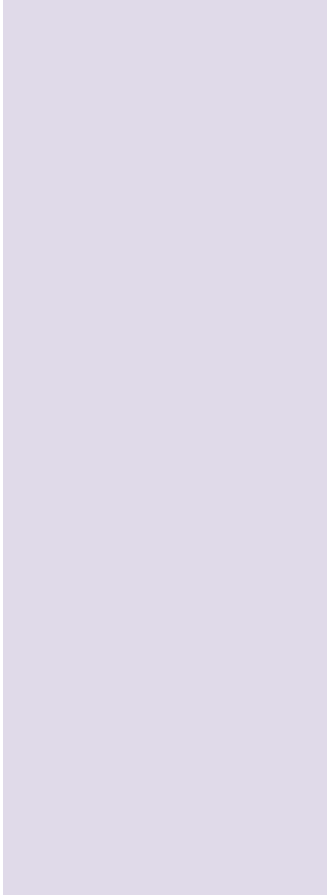
Promueve la protección de la salud como un derecho y como un bien social y cultural que es necesario preservar y desarrollar.

Constituye un proceso integral que comprende los aspectos físicos, mentales y sociales para el desarrollo y mejor aprendizaje de las alumnas y los alumnos.

Se apoya en la participación de la comunidad educativa, organismos públicos, sociales y privados y de autoridades locales, quienes se organizan para planear, ejecutar y evaluar las acciones.

Se vincula al proceso formativo de la escuela mediante acciones que apoyan el desarrollo del Plan y programas de estudio de los diferentes niveles educativos. Integra a la salud cada día con mayor fuerza como una actividad propia del ambiente escolar.






Se basa en procedimientos sencillos para la detección temprana de riesgos y problemas de salud y su canalización a unidades de salud para la atención médica y en su caso rehabilitación.

Se sustenta en la capacitación de las educadoras y los educadores, las maestras y los maestros de grupo y de educación física, así como personal de apoyo a la educación; de los padres de familia, del personal de salud, voluntarios y promotores adolescentes que participan en el programa.

Se fundamenta en la Constitución Mexicana (art. 3° y 4°), las bases para la formunación, desarrollo y ejecución del Programa Nacional de Promoción y Cuidado de la Educación fundada en febrero de 1989; en el Programa de Desarrollo Educativo 1995-2000, el Programa de Reforma del Sector Salud 1995-2000 y la Norma Oficial Mexicana NOM-009-SSA2-1993 para el fomento de la salud del escolar.

objetivo general



Contribuir a la promoción y al cuidado de la salud integral de la comunidad escolar, en particular de las alumnas y los alumnos, para su mejor desarrollo físico, mental y social.

objetivos específicos



Fomentar en la comunidad escolar el desarrollo de conductas y actitudes orientadas a la práctica y conservación de la salud como un bien individual, social y cultural.



Contribuir a la prevención y detección oportuna de riesgos y de problemas de salud que afectan el desarrollo y aprendizaje de las alumnas y los alumnos.



Promover que la escuela y su entorno sean ambientes que favorezcan el desarrollo físico, mental y social de los escolares.



Promover la participación organizada de la comunidad escolar y sociedad en general, en el cuidado y mejoramiento de la salud de los escolares.

Mismos que se logran a través de cuatro vertientes de acción:



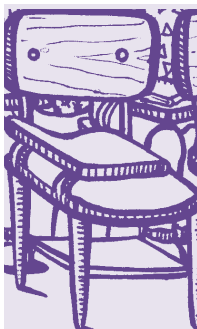
La educación para la salud

La prevención y detección oportuna de riesgos y problemas de salud



1

La educación para la salud se orienta hacia la adquisición de conocimientos y el desarrollo de hábitos, actitudes, conductas y valores, así como de habilidades para una vida saludable y segura.



2

La prevención y detección oportuna de riesgos y problemas de salud se enfoca hacia problemas que interfieren con el adecuado crecimiento y desarrollo, lo que puede causar ausentismo y rezago escolar, además de influir en el desarrollo psicosocial del niño; éstos se pueden detectar en la escuela y ser atendidos en las unidades de salud.



3

La promoción de ambientes escolares saludables está encaminada hacia la conservación, creación y modificación del ambiente físico, mediante el cuidado del edificio y sus instalaciones, su mobiliario y equipo; áreas de recreación y deporte; áreas verdes, agua, consumo de alimentos nutritivos y otros. También se orienta hacia el ambiente social, por medio de la promoción de actividades culturales y recreativas y el fomento de las relaciones interpersonales entre la comunidad escolar.



4

La participación social en la escuela se dirige hacia la colaboración organizada de la comunidad escolar, instituciones, grupos y autoridades para cuidar en la escuela la salud y su entorno. Una de sus estrategias más importantes es la formación de alumnos y alumnas de secundaria que funjan como promotores entre sus compañeros y amigos, especialmente aquéllos que por alguna razón ya no estén en la escuela.

El desarrollo de estas vertientes se realiza mediante diversas actividades que se organizan en un plan de trabajo, en el que participan tanto la comunidad escolar como el personal de salud, apoyados por otras instituciones, grupos y comités, así como las autoridades municipales y locales.

PARA LOGRAR INTEGRALIDAD EN EL PROCESO DE LA SALUD ESCOLAR, ES NECESARIO DESARROLLAR EN LA ESCUELA LAS CUATRO VERTIENTES DE MANERA INTERRELACIONADA Y LOGRAR QUE LOS ALUMNOS Y LAS ALUMNAS RECIBAN EL BENEFICIO DE TODAS ELLAS

estrategias operativas

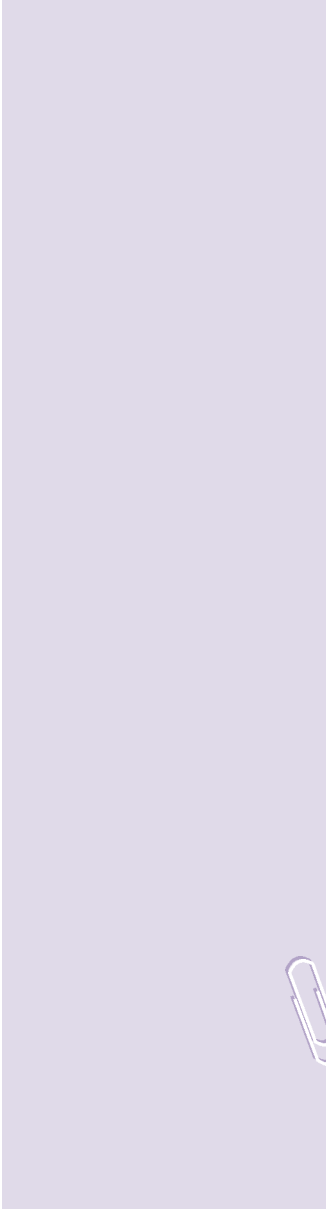
















Planeación






Realizar acciones de salud en las escuelas requiere de estrategias que posibiliten y faciliten su desarrollo.

Se sugiere que el personal de salud de los niveles normativos y de aplicación lleve a cabo acciones de planeación, coordinación, capacitación, comunicación, seguimiento y evaluación, de la manera siguiente:

Desarrollar de manera conjunta con el sector educativo la actualización de información estadística básica sobre los sistemas educativo y de salud, así como sobre la situación del Programa de Salud Escolar en las escuelas de educación básica. Conocer:

- 
- 
-  Directorio de autoridades educativas y de salud
 -  Número de escuelas, docentes, grupos y zonas escolares
 -  Escuelas adscritas al programa y escuelas promotoras de la salud
 -  Cobertura escolar e índices de ausentismo y reprobación
 -  Unidades de salud, recursos humanos, equipos
 -  Estadísticas vitales en el estado
 -  Problemática para atender la salud de los escolares
 -  Cobertura de atención
 -  Disposiciones legales sobre salud escolar
 -  Acuerdos y convenios intersectoriales
 -  Problemas prioritarios de salud escolar
 -  Programas institucionales de salud escolar
 -  Acciones de salud en las escuelas
 -  Organizaciones de participación escolar
 -  Materiales de apoyo

Actualizar en coordinación con el sector educativo el directorio de instancias sociales y comunitarios que pueden apoyar el programa.

-  Asociaciones de padres de familia
-  Clubes sociales y otras asociaciones
-  Organizaciones no gubernamentales



- Instituciones públicas
- Comités y grupos
- Hospitales, centros de especialidades
- Otros propios de cada lugar



Establecer con el sector educativo un plan general de acción por ciclo escolar orientado a impulsar las acciones de salud en las escuelas, y a formar y fortalecer escuelas promotoras de la salud.




Revisar aspectos específicos del programa de salud: avances, obstáculos y dificultades, recursos materiales y humanos, coordinación intersectorial e interinstitucional, información y capacitación al personal operativo y materiales de apoyo, elaborar el programa de trabajo del ejercicio siguiente que comprenda objetivos, metas y actividades, así como las estrategias a desarrollar respecto a la capacitación, la coordinación intersectorial e interinstitucional, la comunicación educativa y social, el seguimiento y la evaluación.




Coordinación


Con el sector educativo:




Firmar un convenio estatal si procede y mantenerlo actualizado



Establecer coordinación operativa con el área o áreas que se designen; a nivel local con inspectores y directores de escuela.



Elaborar planes de trabajo conjuntos en cada nivel por ciclo escolar




Promover y formar los Grupos de Trabajo Estatal y Jurisdiccional de Salud Escolar para avanzar en la planeación conjunta y la formación de Escuelas Promotoras de la Salud


Con otras instituciones del sector salud:



Analizar y discutir los programas institucionales



Formalizar compromisos y responsabilidades por áreas geográficas o los criterios que se acuerden



Proponer la elaboración conjunta de un diagnóstico de salud y de un programa estatal de salud escolar.

Con los programas sustantivos:



Presentar el Proyecto Escuelas Promotoras de la Salud y los Programas Salud Integral del Escolar y Salud Integral del Adolescente



Identificar objetivos y acciones comunes para establecer un plan de trabajo de acuerdo al calendario escolar, así como actividades conjuntas de capacitación



Definir estrategias para eventos especiales como las Semanas Nacionales de Salud y fechas conmemorativas

Con los municipios



Presentar los Programas Salud Integral del Escolar y del Adolescente, así como el Proyecto de Escuelas Promotoras de la Salud a las autoridades municipales e integrantes del Comité Municipal de Salud para promover acciones y recursos que las apoyen y formen parte de su programa de desarrollo

Con otras instituciones, grupos y comités



Gestionar su apoyo y establecer acuerdos para canalizar su participación

La coordinación será más efectiva si cada nivel (estatal, jurisdiccional y local) está informado de los acuerdos y convenios que se establezcan.

Capacitación

Elaborar un programa de capacitación basado en un diagnóstico de necesidades, que comprenda:

Definición de contenidos, que se recomienda orientar hacia: el manejo de las cuatro vertientes, la formación de escuelas promotoras de la salud y el adiestramiento sobre los procedimientos de detección de problemas de salud, así como la planeación, seguimiento y evaluación; características del desarrollo de preescolares y escolares de primaria y secundaria

Diseño de estrategias para capacitar al personal de salud jurisdiccional y local

Reproducción de documentos legales y normativos relacionados con la salud escolar, así como de los manuales para personal de salud y maestros, carteles, folletos, trípticos y las tarjetas para adolescentes que se distribuyen hasta el nivel local

Establecer coordinación con el sector educativo para:

Definir actividades de capacitación orientadas a los docentes y padres de familia

Formar entre los docentes y otro personal de secundaria, instructores de promo-

Comunicación



Elaborar cursos sobre salud escolar para Carrera Magisterial y participar en su impartición



Reproducir materiales que apoyen la capacitación



Desarrollar estrategias para orientar a la población sobre acciones que mejoren la educación y la salud de los escolares



Elaborar materiales educativos que apoyen el desarrollo de las acciones de salud y que promuevan la participación



Establecer estrategias de comunicación educativa en coordinación con los programas sustantivos

Seguimiento y evaluación



Elaborar instrumentos para el seguimiento y la evaluación



Establecer un programa de supervisión y seguimiento que contemple al menos una visita a cada jurisdicción y unidades de salud, desde el nivel que corresponda



Establecer estrategias de evaluación con base en el SISPA y a indicadores de carácter cualitativo

Estas estrategias y sus actividades

constituyen un método o camino a seguir en los niveles normativos y de aplicación para asegurar que las vertientes de acción se desarrollen en las escuelas y cumplan el propósito de mejorar la educación y la salud de los escolares.



Mientras las vertientes de acción se desarrollan en las escuelas ,



Las estrategias apoyanapoyan el trabajo en las escuelas

Ambos procesos involucran la participación de la comunidad escolar, del personal de salud, instituciones, grupos y comités, así como autoridades de gobierno.

En la historia de la salud escolar en México han existido varios modelos de acción cuyo propósito ha sido el bienestar físico, mental y social de los escolares. Durante muchos años la salud escolar recibió el nombre de Higiene Escolar como programa de la Secretaría de Educación Pública; en 1989 la Secretaría de Salud instituyó el Programa Fomento de la Salud de los Escolares, que en 1995 se convirtió en el Programa Salud Integral del Escolar. Ahora, frente al nuevo milenio hemos recibido y aceptado la invitación de convertir las escuelas Mexicanas en

Escuelas Promotoras de la Salud

En el capítulo 6 se describen los lineamientos y la metodología para formar escuelas promotoras de la salud.



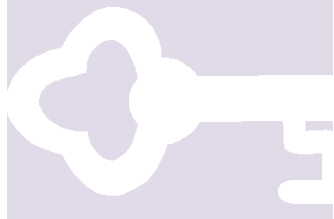
1

Vertiente: Educación para la Salud



La protección de la salud en la escuela es un derecho fundamental de todas las alumnas y los alumnos. La salud está entrañablemente ligada al aprovechamiento escolar y a la calidad de vida. La educación para la salud propicia la adquisición y construcción de conocimientos sobre la salud y con ello el desarrollo de valores, conductas, habilidades y actitudes para una vida sana, al tiempo

¿ Qué debemos saber ?



En la Carta de Ottawa, primera declaración de Promoción de la Salud, publicada en 1986, se reconoce que “la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana: en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo”; la concibe como “el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud”.


De esta manera educación y salud son parte de un mismo proceso, con un mismo fin que es el desarrollo armónico y el bienestar integral del ser humano. La salud se define no como ausencia de enfermedad, sino como bienestar físico, mental y social; y el aprendizaje no se considera una acumulación de información, sino “la capacidad de interrelacionar conocimientos, actitudes y aptitudes y de usar esa fuerza para configurar nuestra vida y contribuir a la de los demás”.


La educación para la salud se define como un proceso social, organizado, dinámico y sistemático que motiva y orienta a las personas a desarrollar, reforzar, modificar o sustituir conductas por aquéllas que son más saludables en lo individual, lo familiar y lo colectivo y en su relación con el medio ambiente.




La Educación para la Salud se orienta hacia:



 La formación de conocimientos sobre el cuerpo humano, el ambiente, las relaciones humanas y las medidas preventivas

 El desarrollo de actitudes, conductas y valores como:
autocuidado, participación, respeto, solidaridad, responsabilidad, igualdad y autoestima, entre otros

 El desarrollo de habilidades para vivir como la capacidad para comunicarse, relacionarse, tomar decisiones, manejar las emociones y las tensiones

La educación para la salud se desarrolla en todos los ámbitos, tales como:

El hogar, porque ahí se forman los principales hábitos, se desarrolla una actitud hacia la salud y la vida, basada en aspectos culturales que la familia reproduce.

La escuela, porque por medio de ella se adquieren conocimientos y se refuerzan, modifican o reafirman hábitos, capacidades, habilidades y actitudes con base en conocimientos científicos, dirigidos y organizados. Por su función educativa y formativa, que promueve un desarrollo integral físico, social, mental, intelectual y emocional.

Por tener cautiva a una población en proceso de formación, lo que permite la sistematización y profundización de conocimientos de acuerdo a las características del desarrollo en cada etapa de la vida.

Por el impacto que tiene en la sociedad, ya que lo aprendido en la escuela se reproduce y aplica fuera de ella.

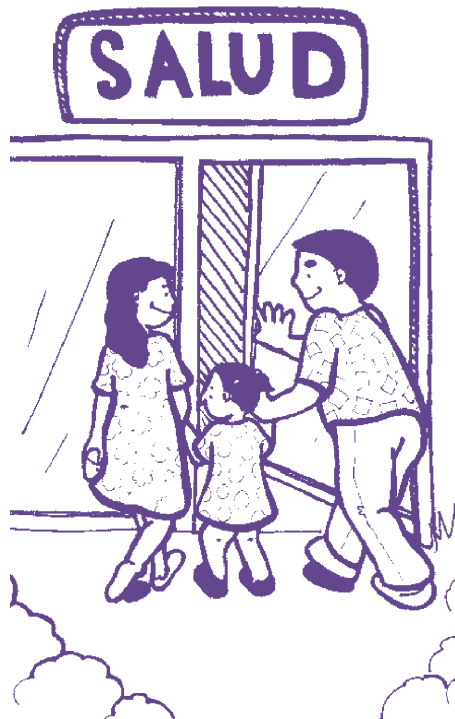
Por ser un lugar que comparte con la comunidad espacios y objetivos culturales, sociales, recreativos, deportivos y laborales.

Por la multiplicidad de oportunidades que en ella se presentan tanto curriculares como extracurriculares, para promover la salud.

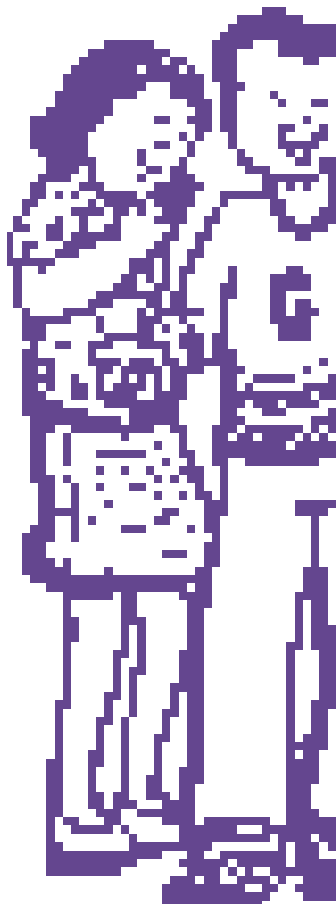
En las unidades de salud, porque se reafirman mensajes en favor del desarrollo de hábitos y actitudes sanas.

Actualmente en nuestro país, la salud con un enfoque de promoción de la salud es un contenido integrado a los planes y programas de estudio de los tres niveles de educación básica.

Estos contenidos de salud se orientan hacia una perspectiva integral de la educación para la salud, acorde con las recomendaciones de los expertos en salud escolar y los planteamientos de la OMS/OPS; sus características son:



Educación para la salud en el ámbito escolar: perspectiva integral



Visión holística, multidisciplinaria del ser humano y su salud, que considera al individuo en sus contextos familiar, comunitario, social, económico y político; que reconoce a la salud individual y colectiva en el contexto de las condiciones de vida, del entorno humano y del ambiente físico.



Incorporación de conocimientos y desarrollo de habilidades de promoción de la salud en todas las oportunidades educativas, formal, no formal e informal, en la currícula y planes de estudio, actividades deportivas, en actividades con asociaciones de padres, con diversas organizaciones comunitarias y con los medios de comunicación.



Fomento de un análisis crítico y reflexivo sobre los valores, las condiciones y estilos de vida.



Promoción de la participación de la niñez y la juventud en el diseño de sus propias experiencias educativas que se propicia mediante la reflexión, la concientización y la toma de decisiones, para la construcción de la ciudadanía y de una democracia participativa.



Formación de principios y valores que conduzcan a estilos de vida saludables para el fomento de una conciencia solidaria y

¿ Quiénes participan ?



En la escuela, la educación para la salud como contenido temático es responsabilidad de las maestras y los maestros; se desarrolla a través de actividades curriculares y algunas extracurriculares.

Las actividades curriculares se desarrollan de acuerdo a los contenidos de salud de los planes y programas de estudio, como sigue:

Salud

Educación Preescolar

Bloque de juegos y actividades de relación con la naturaleza

Actividades con relación al cuidado, la higiene y la salud personales:

- ✓ Lavarse las manos
- ✓ Cepillarse los dientes
- ✓ Limpiarse nariz y uñas
- ✓ Peinarse
- ✓ Limpiar o lustrar el calzado
- ✓ Visitas a unidades de salud
- ✓ Preparar menús balanceados
- ✓ Jugar al doctor, enfermera, dentista
- ✓ Colaborar en campañas de vacunación



Actividades con relación al cuidado de la escuela

- ✓ Aseo del aula
- ✓ Limpieza de la cocina
- ✓ Aseo de áreas exteriores y de espacios que ocupan plantas y animales en el jardín de niños

Ecología

- ✓ Observar y proponer soluciones a problemas de higiene de la comunidad
- ✓ Participar en campañas en contra de la contaminación del aire, agua y suelo
- ✓ Observaciones, dibujos, modelados sobre la conservación del parque, jardín o áreas verdes de la comunidad
- ✓ Juegos sobre el cuidado del agua en el aseo personal, el lavado, la limpieza de la casa, etcétera
- ✓ Recolección y separación de basura
- ✓ Plantar y cuidar árboles dentro de la comunidad

Fuente: SEP. Programa de Educación



EJE:

EL CUERPO HUMANO Y LA SALUD

Educación

1°	2°	3°	4°	5°	6°
<ul style="list-style-type: none"> - Cambios en el cuerpo - Partes visibles del cuerpo - Órganos de los sentidos - Cuidados del cuerpo: aseo y alimentación - Zonas de riesgo en la 	<ul style="list-style-type: none"> - Estructura del cuerpo humano - Piel, músculos y huesos - Importancia de la alimentación - Higiene personal 	<ul style="list-style-type: none"> - Aparatos y sistemas del organismo humano, digestivo, respiratorio y circulatorio - Los tres grupos de alimentos de acuerdo al nutrimiento que contienen - Importancia de la combinación de alimentos - Productos de consumo común de escaso valor alimenticio - Enfermedades del aparato digestivo - Usos del agua - Detección de zonas de riesgo y 	<ul style="list-style-type: none"> - Manifestaciones de las enfermedades más frecuentes del aparato respiratorio - Órganos de los sentidos - Sistema inmunológico - Sistema excretor - Sistema locomotor - Primeros auxilios en 	<ul style="list-style-type: none"> - El sistema nervioso - Glándulas y hormonas - Aparato reproductor - Prejuicios existentes en cuanto a roles sexuales - Importancia de 	<ul style="list-style-type: none"> - Crecimiento y desarrollo del ser humano - Caracteres sexuales primarios y secundarios - Cambios durante la pubertad - Reproducción humana - Células reproductoras, fecundación, embarazo y parto - Herencia biológica - Visión integral del cuerpo humano - El buen funcionamiento del cuerpo y causas que lo alteran - Farmacodependencia y drogadicción - Consecuencias

* principales contenidos relacionados con la salud y el ambiente

EJE:	1°	2°	3°	4°	5°	6°
EL AMBIENTE Y SU PROTECCIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Importancia del agua para la vida - El hombre trans- 	<ul style="list-style-type: none"> - Actividades comunes que contaminan el agua - Cambios en el entorno: naturales y propiciados por el hombre - Problemas ambientales 	<ul style="list-style-type: none"> - El agua y el aire. Su relación con plantas y animales - Los recursos naturales de la comunidad y la región 	<ul style="list-style-type: none"> - Formas sencillas de purificar el agua - Los recursos naturales del país - Los procesos 	<ul style="list-style-type: none"> - Influencia del hombre para regular algunos ecosistemas - Contaminación del aire, el 	<ul style="list-style-type: none"> - Crecimiento de las poblaciones - Agentes contaminantes - La influencia de la tecnología en los ecosistemas - Brigadas de

Fuente: SEP. Plan y Programa de estudio 1993. Educación Básica Primaria

1° GRADO

Biodiversidad

- Tipos de seres vivos
- Importancia de la biodiversidad
- Especies en extinción
- Diversidad biológica de México

Ecología: los seres vivos y su ambiente

- La ecología y su importancia
- Los sistemas ecológicos
- Fotosíntesis
- Diferentes tipos de ecosistemas

Consecuencias de la actividad humana en el ambiente

- Acciones para prevenir problemas ambientales

Funciones de los seres vivos:

- Relación tejido-órganos-sistema
- Circulación
- Nutrición
- Crecimiento
- Reproducción
- Percepción y coordinación

Reproducción humana

- Sistema reproductor femenino y masculino
- Ciclo menstrual
- Fecundación y embarazo
- Métodos anticonceptivos
- Enfermedades de transmisión sexual

La Salud

- La alimentación: base de la salud
- Enfermedades infecciosas y parasitarias más comunes en el ser humano
- Uso de los servicios de salud
- Tabaquismo, drogadicción y alcoholismo
- Responsabilidad del estudiante hacia la vida

Fuente: SEP (1993) Plan y Programas de Estudio. Educación Básica. Secundaria. México

1° Grado

II. Naturaleza humana

- Un ser vivo en un sistema ecológico
- Un ser sexuado

Adolescencia y juventud

- Sexualidad. Ser mujer y ser hombre
- Cambios físicos, fisiológicos y emocionales en la adolescencia
- Problemas personales y sociales de los jóvenes en relación con la sexualidad

Salud y enfermedades

- Salud integral en la adolescencia y sus principales problemas
- La función de las actividades físicas, recreativas y deportivas en la salud.

Adicciones

- Definición, tipos, causas y consecuencias personales y sociales de las adicciones
- Importancia de la no dependencia de sustancias adictivas y de fijar límites personales

2° Grado

III. Participación en la sociedad: pertenencia a grupos

- Amistad, compañerismo y otras relaciones afectivas
- Riesgos: agresión, falta de reflexión en el comportamiento sexual, embarazos prematuros y enfermedades de transmisión sexual

- Ejercicio de valoración: "¿Soy responsable ante los riesgos?"
Relación con el medio ambiente. Visión histórica y prospectiva
- Actuación individual y colectiva para preservar y mejorar el medio ambiente
- Ejercicio de valoración desde la perspectiva de la responsabilidad: ¿Qué consecuencias tiene en el equilibrio ambiental mi manera de vivir? ¿Qué puedo hacer para mejorar el equilibrio ambiental?

3er Grado

Sexualidad y género

- Implicaciones de la sexualidad en las relaciones humanas. Aspectos emocionales de la sexualidad. El respeto a los otros
- La maternidad y paternidad precoces y sus efectos personales y sociales

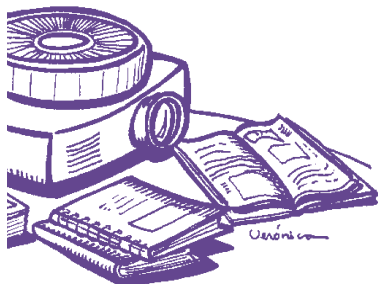
Prevención de adicciones

- Decisión personal ante el uso de sustancias adictivas y farmacodependencia
- Efectos del consumo y del tráfico de drogas en el entorno social y en el país

Estudio, trabajo y realización personal

- Género, estudio y trabajo: criterios de equidad

Entre las actividades extracurriculares están:



- Proyección de videos, películas y diapositivas
- Elaboración de periódicos murales
- Celebración de fechas relacionadas con la salud e integradas al calendario escolar:

Semanas Nacionales de Salud, febrero, mayo y octubre

Día Mundial de la Salud, 7 de abril

Día Mundial sin Fumar, 31 de mayo

Día Mundial de la Alimentación, 16 de octubre

- Organización de campañas, festivales, ferias, jornadas de la salud, concursos
- Demostraciones para la preparación de Vida Suero Oral, técnica de cepillado, uso de hilo dental, detección de placa dentobacteriana
- Teatro guiñol y juegos didácticos
- Círculos de estudio y reflexión
- Pinta de bardas
- Mensajes
- Actividades deportivas

Es muy importante que las actividades extracurriculares se realicen de acuerdo al programa curricular para que lo fortalezcan, así como de acuerdo al calendario escolar y al calendario epidemiológico.

En la educación para la salud participan dentro y fuera de la escuela:



Los padres de familia:

- Sientan las bases de la educación en el hogar
- Desarrollan hábitos higiénico-dietéticos
- Inducen el desarrollo de una cultura de la salud
- Enseñan y aplican normas de seguridad
- Predican con su ejemplo
- Participan en los festivales y concursos, entre otras actividades
- Proveen a los hijos e hijas de oportunidades educativas y de factores que inciden en la salud como alimentación, higiene, seguridad, afecto, atención a la salud

Las maestras y los maestros:

- Desarrollan las lecciones curriculares
- Fortalecen y refuerzan hábitos, desarrollan conductas y actitudes saludables
- Cuidan su salud
- Predican con su ejemplo

Las autoridades:

- Mejoran las condiciones de la escuela
- Impulsan la educación para la salud
- Cuidan su salud
- Predican con su ejemplo





El personal de apoyo e intendencia:

- Cuida su salud
- Aconseja y orienta a los alumnos para conservar limpios los espacios escolares
- Coadyuva a mejorar el ambiente

Las alumnas y los alumnos:

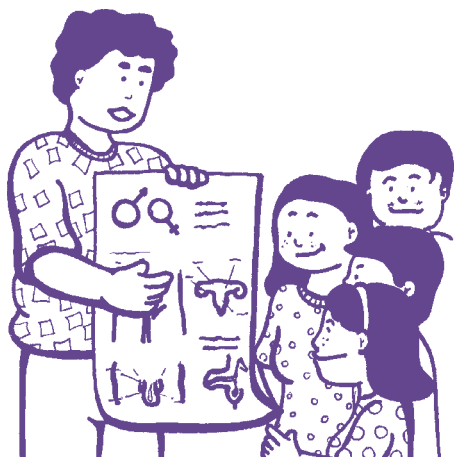
- Aplican diariamente lo aprendido
- Aprenden a identificar riesgos y cómo actuar para evitarlos
- Participan en diversos eventos en favor de la salud y actúan como promotores
- Intervienen en tareas como diagnósticos e investigaciones para mejorar la salud al conocer y profundizar la problemática que los afecta



¿Cómo participa el personal de salud?












- ✚ Capacita al personal docente mediante estrategias establecidos con el sector educativo y a través de la elaboración de cursos que puedan ser reconocidos por Carrera Magisterial
- ✚ Asesora a los docentes sobre los contenidos de salud integrados a los libros de texto a los libros para el maestro
- ✚ Orienta en los Centros para Maestros sobre el manejo de los contenidos de salud
- ✚ Promueve y participa en ferias de salud, concursos, periódicos murales, festivales, mensajes, teatro guiñol, sociodramas y desfiles, entre otras actividades que se realizan en las escuelas, así como en la celebración de las fechas alusivas a la salud
- ✚ Imparte a las madres y padres de familia el curso "La Salud Empieza en Casa" para formar los como procuradoras y procuradores de la Salud y los motiva para que se informen y participen en las escuelas para padres
- ✚ Orienta a las madres y padres de familia, las alumnas y los alumnos a través de pláticas que amplíen los contenidos de salud, aborden los factores de riesgo, señales de alarma y problemas que más los afectan
- ✚ Promueve actitudes positivas ante las medidas preventivas
- ✚ Enseña con el ejemplo



Se recomienda al personal de salud:



-  Aplique en su intervención en cualquier actividad escolar, una metodología participativa que se base en situaciones cotidianas de la vida, en necesidades sentidas, en conocimientos y experiencias previas y la autocomprensión del individuo como sujeto social transformador
-  No pierda de vista el enfoque integral de la educación para la salud
-  Promueva la participación social
-  Desarrolle las estrategias regionales y locales que considere pertinentes
-  Conozca y estudie los libros de texto y los libros para los maestros: los de preescolar, los libros integrados de 1ro. y 2do. año de primaria; los de ciencias naturales, biología y formación cívica y ética, en lo relativo a los contenidos de salud
-  Prepare mensajes y frases sobre la salud para ofrecerlas al personal docente
-  Proponga un plan de trabajo de acuerdo al programa, al calendario escolar y al calendario epidemiológico y lo revise con los directores y docentes
-  Invite a participar a personal de otras instituciones y grupos de la comunidad en las actividades de educación para la salud
-  Identifique qué materiales se pueden utilizar, revise si los tiene la unidad de salud y realice gestiones ante la jurisdicción y otras organizaciones para contar con él



2



Vertiente:
Prevención
y detección
oportuna de
riesgos y
problemas de
salud

Para promover la salud de los escolares es importante que el personal de salud una sus esfuerzos a los de la comunidad educativa y en forma conjunta realicen acciones de prevención, de detección de problemas de salud y su referencia a las unidades de salud para otorgar la atención necesaria a los escolares y apoyar su rehabilitación.

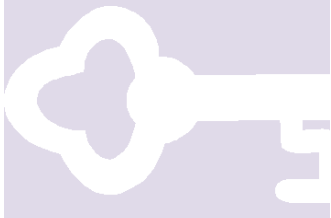
Acciones de prevención

La prevención comprende acciones que se realizan para disminuir, evitar o eliminar factores de riesgo que pongan en peligro la salud; en la escuela se realizan las siguientes:



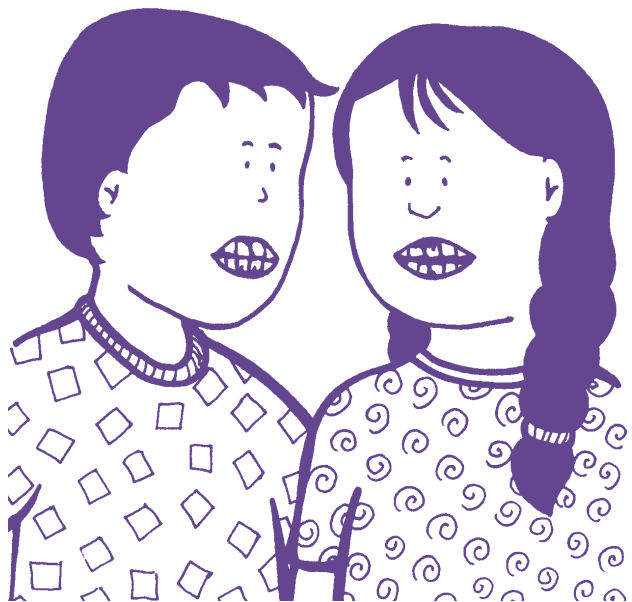
- ✓ Revisión de la Cartilla Nacional de Vacunación para completar esquemas
- ✓ Demostración y práctica de:
 - Técnica de cepillado
 - Utilización del hilo dental
 - Detección de placa dentobacteriana
 - Colutorios o enjuagatorios
- ✓ Realización de ejercicio físico
- ✓ Demostración y práctica sobre cómo evitar accidentes

¿Qué debemos saber ?



🔑 **La vacunación** es la medida más efectiva para prevenir ciertas enfermedades; gracias a los esfuerzos realizados se ha logrado erradicar enfermedades que antes podían ser mortales o dejar secuelas muy graves. En la Cartilla Nacional de Vacunación está establecido el esquema básico, que es el conjunto de vacunas que protegen contra diez enfermedades graves que pueden afectar seriamente el desarrollo físico o mental de las niñas y los niños.

🔑 **Los dientes** son una parte importante de nuestro cuerpo y la primera vía mediante la cual se inicia el proceso de la digestión; es por ello que **una dentadura sana** y completa es fundamental para la salud y **se logra** con una **alimentación adecuada**, el **cepillado de dientes** y el **uso de hilo dental** después de cada comida, la **aplicación** periódica de fluoruro y al menos una **visita** anual al **dentista**. Cuando no se cepillan los dientes o se hace de manera incorrecta, se favorece la acumulación de residuos de comida y la formación de una capa que se adhiere a los dientes llamada placa dentobacteriana, cuya acción produce la caries; ésta pica y carcome poco a poco las piezas dentales causando dolor y si no se curan a tiempo se pierden sin remedio. También inflama las encías, provocando sangrado y mal aliento; si no se atiende, los dientes



En la mayoría de los casos los accidentes se pueden evitar si:



🔑 **Los accidentes** son la primera causa de muerte entre los escolares de 5 a 14 años de edad, pueden dejar lesiones invalidantes a veces para toda la vida; además provocan ausentismo y deserción escolar. Los accidentes los sufren los escolares en los lugares donde viven, estudian, juegan o transitan. Los más frecuentes son: caídas, heridas, asfixia, envenenamientos, quemaduras, golpes, atropellamientos y ahogamientos.

- los escolares aprenden a cuidarse
- se obedecen las normas y reglas establecidas para la seguridad
- se identifican los riesgos que pueden existir en los ambientes familiar, escolar y comunitario y se trabaja para darles solución
- se aprende a interactuar con el entorno y evitar los retos, el alcohol y otras sustancias

🔑 **El ejercicio físico** es el gran aliado de la salud de los escolares y de su futuro como adultos por su carácter formativo y su influencia en la calidad de vida:

- Desarrolla capacidades físicas y mentales
- Protege contra enfermedades crónicas
- Facilita las relaciones humanas
- Mejora la calidad de vida

La educación física es parte del programa curricular, por lo que es importante que las maestras y los maestros de grupo y de educación física, los padres de familia y el personal de salud, se apoyen entre sí para realizar esta actividad de manera constante y bien orientada; actividad que ha de reforzarse en el hogar para contrarrestar la vida sedentaria que empieza a afectar a los escolares.

En la edad escolar, el ejercicio:



- Incrementa la capacidad motora y aeróbica, las funciones fisiológicas, metabólicas y cognitivas, así como la eficacia cardiovascular y respiratoria
- Promueve la camaradería y el espíritu de equipo
- Es un medio de autoexpresión e influye en el manejo del estrés y la tensión
- En una palabra, pone en camino de un estilo de vida saludable

¿ Quiénes participan en las actividades de prevención ?

Las maestras y los maestros y el personal de salud realizan de manera permanente actividades de prevención durante el ciclo escolar, mismas que se refuerzan durante las campañas, jornadas, ferias o festivales de salud y como parte de las actividades académicas que los docentes tienen marcados en el plan y programas de estudio relativos a la salud.

- ✓ La revisión de la Cartilla Nacional de Vacu-

Las maestras y los maestros realizan en la escuela:

na- ción al **ingresar los alumnos a la educación preescolar y/o a la primaria y durante las Semanas Nacionales de Salud**

- ✓ La demostración cuatro veces al año y durante campañas de: la técnica de cepillado, el uso de hilo dental y la detección de placa dentobacteriana
- ✓ La aplicación de colutorios de fluoruro de sodio al 0.2% cada quince días

Si durante estas actividades los docentes detectan algún problema como falta de alguna vacuna, formación de placa dentobacteriana o si ocurre algún accidente, refieren a los escolares a la unidad de salud para su atención.



¿ Cómo participa el personal de salud ?



En la escuela:



■ Fomenta la participación del personal docente, las madres y los padres de familia, las alumnas y los alumnos en las acciones de prevención


■ Informa a las madres y los padres de familia sobre la importancia de las vacunas y los motiva para que acudan a las unidades de salud a completar los esquemas de sus hijos e hijas; se recuerda que a los 12 años se debe aplicar la vacuna Td que protege contra tétanos y difteria


■ El odontólogo, la trabajadora social o la enfermera capacitan a las maestras y los maestros en la técnica de cepillado, el uso de hilo dental, la detección de placa dentobacteriana, preparación de fluoruro y realización de colutorios. Proporcionan el fluoruro

■ Asesora y da seguimiento a las actividades en la escuela; así mismo promueve, mediante visitas periódicas a las escuelas el teatro guiñol, periódicos murales y sociodramas


■ Promueve la realización de campañas periódicas de prevención en la escuela y durante las Semanas Nacionales de Salud


■ Promueve el establecimiento o fortalecimiento del comité de seguridad

 Promueve y orienta la integración del botiquín de primeros auxilios y vigila periódicamente que éste cuente con todo lo necesario

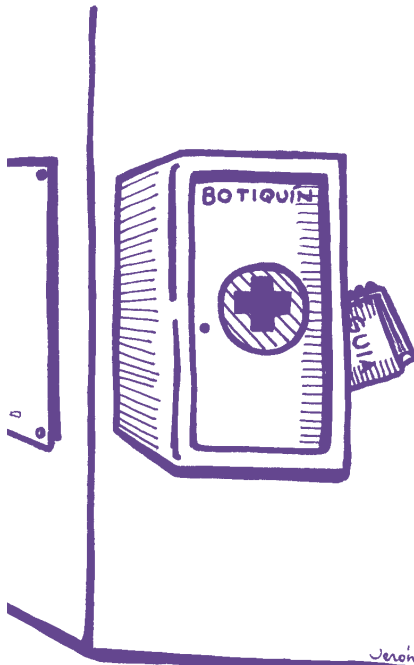
 Participa en pláticas sobre prevención de accidentes y protección civil dirigidas a la comunidad escolar y promueve el uso del gafete de identificación personal

En la unidad de salud

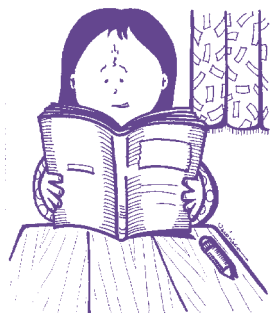
 El personal responsable organiza el servicio de vacunación para atender a los casos referidos y vigila que se cuente con biológico suficiente; en caso de realizar la vacunación en la escuela, vigila que el área de aplicación sea la adecuada, así como el traslado del biológico y su conservación

 Atiende a las niñas y los niños accidentados y en la propia escuela si esto es necesario; informa a la escuela y a los familiares del accidentado sobre las lesiones que éste presenta y los cuidados necesarios para su recuperación; canaliza a otro nivel de atención los casos que lo ameriten

 El odontólogo realiza como medida



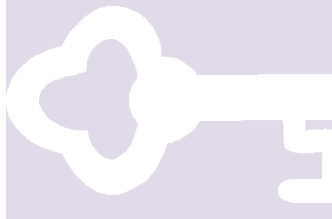
Acciones de Detección Oportuna



La detección y la observación de riesgos y problemas de salud la pueden realizar las educadoras y los educadores, las maestras y los maestros de grupo o de educación física, y/o personal de apoyo, en los alumnos y alumnas de los tres niveles educativos sobre problemas que afectan su desarrollo y rendimiento escolar:

PREESCOLAR	PRIMARIA	SECUNDARIA
Estado Nutricional	Estado Nutricional	Estado Nutricional
Agudeza Auditiva	Agudeza Visual	Agudeza Visual
	Agudeza Auditiva	Agudeza Auditiva
Defectos Posturales	Defectos Posturales	Defectos Posturales
Salud Bucal	Salud Bucal	Salud Bucal
Enfermedades de la Piel	Enfermedades de la Piel	Enfermedades de la Piel
Enfermedades Respiratorias	Enfermedades Respiratorias	Enfermedades Respiratorias
Enf. Gastrointestinales	Enf. Gastrointestinales	Enf. Gastrointestinales
Problemas Cardíacos	Problemas Cardíacos	Problemas Cardíacos
Problemas de Conducta	Problemas de Conducta	Problemas de Conducta
Problemas de Maltrato	Problemas de adicción	Problemas de adicción
	Problemas de Maltrato	Problemas de Maltrato
		Embarazos precoces, etc.

¿Qué debemos saber ?



Detección simplificada

Sobre Vigilancia del crecimiento:

Muchos de los principales problemas que afectan la salud de los mexicanos son derivados de una inadecuada alimentación. Entre los niños y las niñas, los más comunes son producidos por una alimentación insuficiente en cantidad y en calidad, lo cual provoca desnutrición.

Ésta limita el desarrollo de las potencialidades del ser humano y debilita sus defensas ante enfermedades infecciosas, las cuales a su vez, favorecen una mayor desnutrición. Afecta casi a uno de cada cuatro niños. En ocasiones se inicia desde antes del nacimiento por mala alimentación de la madre durante el embarazo; empeora entre el segundo y cuarto año de vida y disminuye conforme avanza la edad, es decir, en la etapa escolar, aunque en la adolescencia puede agudizarse por el proceso del crecimiento.

Otro problema por alimentación inadecuada menos frecuente entre niños, pero más común en adolescentes y adultos es la obesidad, por exceso en el consumo de algunos alimentos y la falta de ejercicio. Esta favorece enfermedades crónicas como hipertensión arterial, diabetes y padecimientos del corazón. Limita la capacidad.



Las maestras y los maestros:

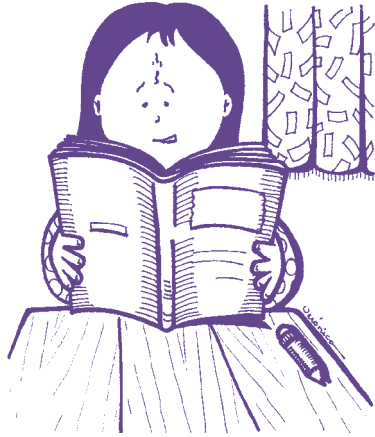
- Realizan en la escuela la detección gruesa con la cinta braquial CIMDER para preescolares y la NUTRICINTA para escolares de 6 a 10 años, registra el color al leer la cintilla y refiere a la unidad de salud a quienes hayan resultado con color amarillo, rojo o blanco.
- Orientan a sus alumnos sobre cómo alimentarse adecuadamente, aprovechando los recursos de que disponen y les recomienda que asistan a la escuela ya desayunados y con un refrigerio preparado nutritiva e higiénicamente
- Promueven en la cooperativa escolar la venta de alimentos de menor costo y con mayor valor nutritivo. Gestionan los desayunos escolares



Sobre la Agudeza Visual

Estudios recientes muestran que dos de cada diez niños y niñas en edad escolar tienen algún trastorno de refracción con disminución de la agudeza visual y que de éstos, para algunos son indispensables los lentes a fin de corregir sus problemas. Por esta razón es recomendable efectuar periódicamente exámenes de agudeza visual. Los trastornos de refracción más comunes son la miopía, el astig-





Miopía, consiste en que la imagen se forma antes de la retina. Existe dificultad para ver de lejos.

Hipermetropía, la imagen del objeto se forma atrás de la retina. Existe dificultad para ver de cerca.

Astigmatismo, se debe a una deformidad en la estructura del ojo y la imagen se encuentra distorsionada. Puede ser simple o estar combinada con miopía.

La deficiencia de la vista puede afectar severamente el aprendizaje y pasar desapercibida para los docentes y aún para la propia familia del niño. De ahí la importancia del examen de la agudeza visual.

Las maestras y los maestros:

- Realizan una detección gruesa utilizando la cartilla optométrica para analfabetas que se representa con la letra “E” en diferentes posiciones, o la cartilla de letras para alfabetas.
- Refieren a las alumnas y los alumnos que presenten algún problema
- Orientan a sus alumnos sobre cómo cuidar sus ojos:
 - * Leer y escribir en sitios bien iluminados y sin reflejo directo del sol





- * Ver la televisión a una distancia no menor de dos metros
- * No tallarse los párpados con las manos sucias y lavárselas antes de acostarse por si lo hace dormido
- * No picar, ni golpear los ojos por ninguna razón
- * Utilizar los lentes si han sido prescritos
- * No abusar de los juegos de video y de la televisión



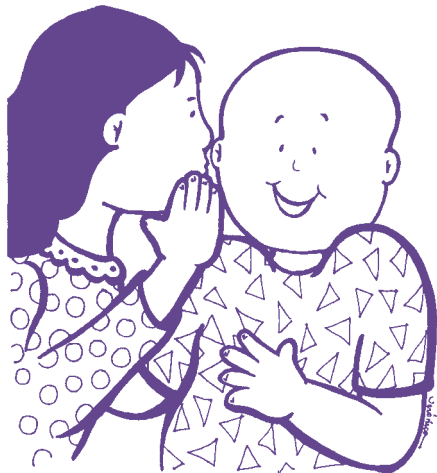
Recomiendan que se acuda al médico ante algún problema y que se revise la visión por lo menos una vez al año

Sobre la Agudeza Auditiva


La buena audición es necesaria para la comunicación y en consecuencia para un aprendizaje adecuado y una correcta integración social. Sin embargo, en la población escolar se presentan trastornos de agudeza auditiva que entorpecen el proceso de enseñanza-aprendizaje y que a menudo pasan desapercibidos. Estos problemas afectan en promedio a 3% de la población comprendida entre los 5 y 14 años.


Las causas de estos trastornos son diversas; las más frecuentes son: tapones de cerumen, objetos extraños, infecciones y traumatismos. Detectarlos y resolverlos tempranamente ayuda a mejorar el aprendizaje y la vida de relación de los escolares.





Las maestras y los maestros:


 Aplican “la prueba de un minuto” en el lugar más aislado posible; si el alumno o alumna presenta algún problema, lo refiere a las unidades de salud.

 Orientan a sus alumnos, madres y padres de familia sobre la importancia de cuidar sus oídos:

- * Hablar en voz baja, sin gritos
- * Escuchar la música y la televisión a bajo volumen
- * No introducir ningún objeto a sus oídos, especialmente los picudos
- * Evitar golpes y jalones y besos tronados en las orejas
- * Evitar jugar con cohetes y petardos
- * No automedicarse
- * Evitar estornudar con la nariz tapada
- * No viajar cuando se tenga gripe o infecciones en la garganta
- * Sonarse la nariz tapando primero una fosa nasal soplando por ella y luego la

otra

- * Realizar la limpieza de los oídos con agua únicamente, no usar cotonetes

 Recomiendan a los padres que acudan al médico cuando sus hijas o hijos tengan

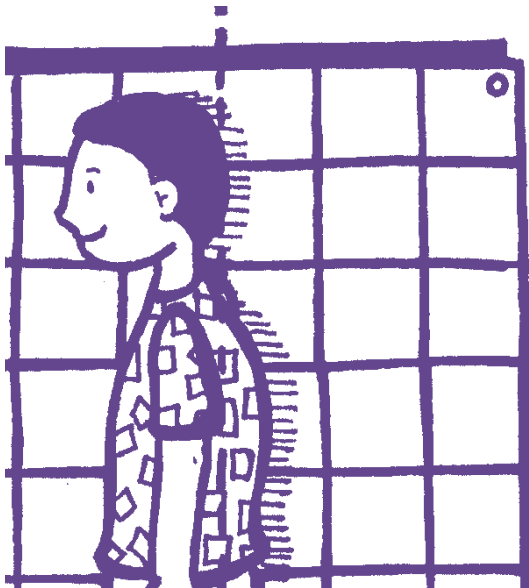
Sobre los Defectos Posturales

El conjunto de músculos, huesos y articulaciones da forma y estructura a nuestro cuerpo, protege órganos muy delicados y nos permite movernos. Si alguna de sus partes tiene un defecto o no se mantiene la postura adecuada, tarde o temprano ocasiona dolor y se producen limitaciones en su funcionamiento.

Los huesos y las articulaciones de los niños y las niñas son aún moldeables y permiten corregir sus defectos a tiempo, lo cual puede evitar sufrimientos e incapacidades futuras; además se pueden prevenir problemas de coordinación psicomotriz gruesa.

Los problemas de postura afectan a uno de cada cinco niños aproximadamente. Los más frecuentes son: pie plano, arqueado interno o externo de las piernas, rotación de los pies hacia dentro o hacia afuera, además de desviaciones en la columna vertebral o aumento en sus curvaturas normales.

Durante la pubertad el crecimiento acelerado propicia la adopción de posturas incorrectas que pueden causar daños permanentes.



Las maestras y los maestros:

Realizan una detección gruesa con un simulador de somatoscopio que consiste en un pliego de papel de estraza de 1.70 mts. de alto por 1.50 mts. de ancho, cuadrículada 10 x 10 cms.; un trazo en el piso de una línea recta de 6 mts. de largo, un cojinete delgado de hule espuma y pintura vegetal o anilina

Referen a sus alumnos si presentan algún problema

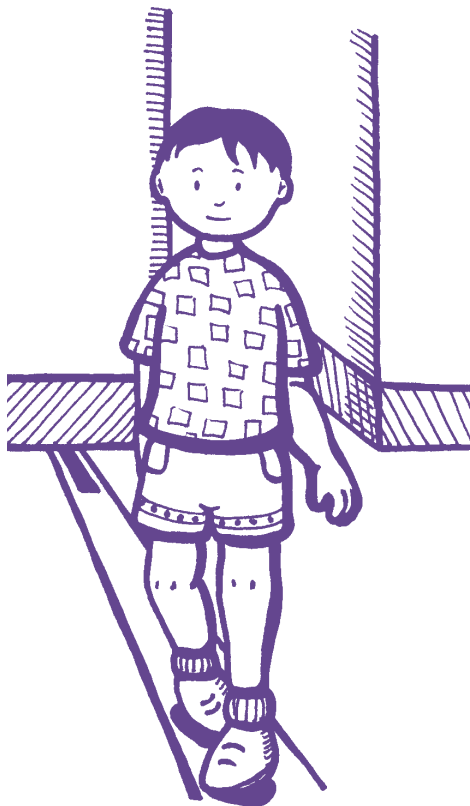
Orientan a las alumnas y los alumnos sobre la importancia de:

- * Sentarse y pararse derechos
- * Caminar erguidos
- * Usar zapatos cómodos y a la medida
- * No levantar objetos pesados; de ser necesario, hacerlo flexionando las rodillas en cuclillas y nunca doblando la cintura

Recomiendan que los niños usen mochila en la espalda en lugar de morral

Evitar la carga excesiva de libros y materiales





los

Realizan algunos ejercicios para fortalecer ligamentos como por ejemplo:

- * Marchar con las puntas de los pies y luego sobre los talones
- * Caminar sobre la parte externa de los pies y luego con la interna
- * Sentados en el suelo, con las piernas dobladas y ambas plantas de los pies en contacto entre sí, forzar las rodillas con las manos poco a poco, hasta que toquen el suelo
- * Ponerse en cuclillas con los pies totalmente apoyados en el piso
- * Sentado sobre los talones, poner la frente en el suelo
- * Colgarse de una barra con las manos flexionar y extender los brazos soportando el peso del cuerpo

los

Promueven la práctica de algún deporte al menos dos veces por semana.



Sobre la Salud Bucal

No cepillarse los dientes o hacerlo de manera incorrecta, favorece la acumulación de residuos de comida y la proliferación de la placa dentobacteriana cuya acción produce caries dental, inflamación de las encías y enfermedad periodontal.

Estudios han demostrado que al llegar a la primaria entre 8 y 9 de cada 10 niños, presentan lesiones por caries en más de una pieza.

La enfermedad periodontal es un proceso crónico y degenerativo, que debe ser tratado en etapas tempranas, para evitar la pérdida de piezas dentales, incluyendo las sanas.

En el programa de Salud Integral del Escolar se busca promover el cambio de hábitos que favorezca la salud bucodental y completarlo con acciones preventivas y curativas, ya sea en la escuela o en la unidad de salud.



Las maestras y los maestros:



Realizan una detección gruesa de caries a través de la observación y con el uso de abatelenguas



Orientan a sus alumnos sobre cómo mantener la salud bucal:

- * Alimentarse lo mejor que sea posible
- * Cepillar los dientes al menos tres veces al día, después de cada comida
- * Evitar comer dulces y beber refrescos porque el azúcar que contienen favorece la caries
- * Utilizar cepillos de cabeza chica, con cerdas firmes, uniformes y planas
- * Cambiar el cepillo dental cuando esté desgastado aproximadamente cada seis meses
- * No utilizar los dientes como si fueran herramientas, se pueden romper
- * No usar palillos u objetos picudos porque es fácil lastimar las encías
- * Visitar al dentista una o dos veces al año

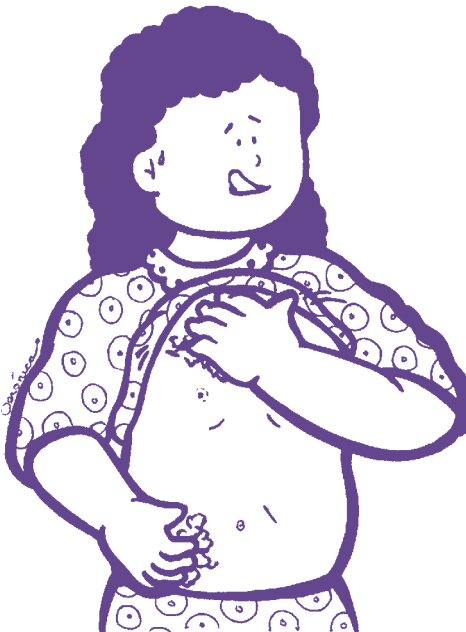


Sobre las enfermedades de la piel

La piel es un órgano importante; contribuye a la regulación de la temperatura corporal, a la eliminación de desechos a través del sudor y a evitar infecciones; en otras palabras, coadyuva a la homeostasis y protección del organismo.

Además, la piel es un reflejo de nuestra salud, ya que a través de ella se manifiestan padecimientos sistémicos como desnutrición, anemia, hepatitis, enfermedades exantemáticas, infecciones locales, ectoparasitosis y otras.

La piel puede ser dañada por agentes biológicos como virus, bacterias, hongos parásitos; por agentes químicos como detergentes o por físicos como el fuego, y dar manifestaciones en el caso de ciertas enfermedades sistémicas, muchas de ellas contagiosas.



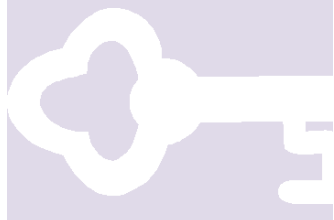
Las maestras y los maestros:

- 💡 Observan signos y señales de alerta
- 💡 Recomiendan a los padres de familia que si sus hijos e hijas presentan alguna enfermedad que pueda ser contagiosa, actúen de acuerdo a las indicaciones del médico y no los lleven a la escuela
- 💡 Orientan a sus alumnos sobre la importancia de seguir el tratamiento al pie de la letra
- 💡 Recomiendan:
 - * Evitar rascarse
 - * El baño diario o con la mayor frecuencia posible
 - * Cambiar la ropa interior al menos tres veces por semana y la de cama al menos una vez cada quince días
 - * Recortar las uñas periódicamente y limpiarlas
 - * Mantener a las mascotas fuera de casa y bañarlas con frecuencia



Problemas de ausentismo escolar por motivos de salud

¿Qué debemos saber ?



Las alumnas y los alumnos durante determinadas épocas del año están expuestos a padecer enfermedades que por sus síntomas y complicaciones los pueden alejar de la escuela por algunos días o semanas; estos problemas son principalmente los respiratorios y los gastrointestinales.

Dentro de los problemas respiratorios más frecuentes están la gripa o resfriado común, las anginas o amigdalitis, la bronquitis e infecciones del oído, que se pueden transmitir por gotitas de saliva al hablar, toser o estornudar.

Los problemas que afectan el estómago y el intestino (gastrointestinales) pueden ser ocasionados por alimentos en mal estado o mal lavados, por parásitos o por infecciones. Cuando estos problemas provocan diarrea y no se recibe tratamiento adecuado y oportuno, puede haber complicaciones graves como la deshidratación.

0 ORAL

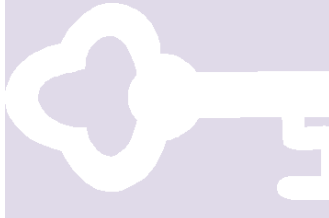
Hay otros problemas que se pueden presentar en la edad escolar como son las enfermedades que afectan el corazón, las cuales pueden estar presentes desde el nacimiento o desarrollarse como secuela de otras enfermedades, por ejemplo la fiebre reumática. Los síntomas de algún problema cardíaco se detectan principalmente en la clase de educación física. Si se observa que el escolar se cansa, tose, se ve pálido, se agota fácilmente al comer o hacer algún ejercicio, se queja de dolor en el pecho o evita jugar, es importante comentarlo con los padres de familia y solicitarles un certificado médico.

Las maestras y los maestros por su relación cotidiana con sus alumnos y a través de la observación pueden identificar señales de alerta y referirlos a la unidad de salud en caso necesario.



Otros problemas de salud

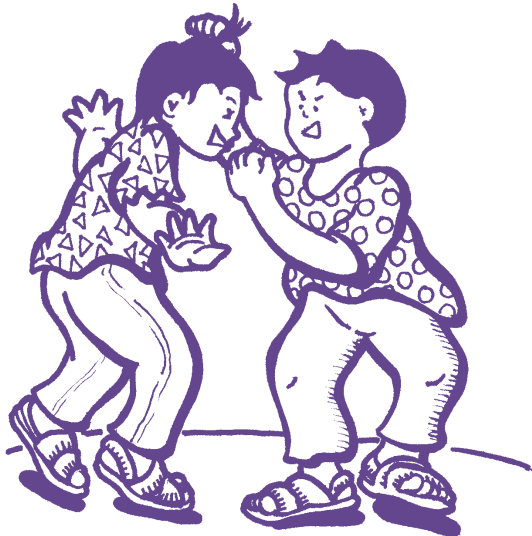
¿ Qué debemos saber ?



Entre estos problemas se encuentran los de conducta y las adicciones; entre las adolescentes también embarazos precoces, etc. Los problemas de conducta en los escolares pueden tener su origen en varios factores, los menos, suelen ser trastornos orgánicos; algunos se derivan de problemas familiares como la desintegración familiar o la violencia intrafamiliar; otros pueden partir del mismo ámbito escolar cuando el alumno o alumna es ignorado o rechazado. Durante la adolescencia pueden ser causados por el proceso de cambio que experimentan los estudiantes y del cual, la rebeldía es uno de los que caracterizan este período de desarrollo.

Estos problemas influyen de manera determinante en el aprovechamiento y en el desarrollo integral y si no son atendidos oportunamente pueden llevar al fracaso escolar, la deserción y la adopción de conductas adictivas o violentas.

Otro problema es el maltrato; algunos padres de familia y maestros "castigan" a los niños con golpes, palabras, amenazas e insultos que atentan contra su integridad y sus derechos. Estos niños presentan cicatrices u marcas de golpes o quemaduras en manos, cara o piernas. El maltrato afecta además la conducta de los niños.



Las siguientes señales pueden ser síntoma del algún problema de conducta o de maltrato:

- ❗ Quiere llamar la atención en todo momento y de forma violenta
- ❗ Presenta cambios bruscos de carácter
- ❗ Se aísla frecuentemente y tiene pocos amigos, o problemas para hacer amigos
- ❗ Es agresivo
- ❗ Se pelea con frecuencia
- ❗ Es rebelde y desobediente siempre
- ❗ Toma cosas que no son suyas sin pedir las
- ❗ Nunca participa ni colabora en clase
- ❗ Es desconfiado
- ❗ Descuida su arreglo personal
- ❗ No se concentra al estudiar
- ❗ Es sucio y desordenado en sus tareas y no cumple con ellas
- ❗ Su capacidad de memoria y de aprendizaje son mayores o menores a la de sus compañeros
- ❗ Se siente rechazado y relegado
- ❗ Presta poca atención a su maestro
- ❗ Es apático
- ❗ Rompe reglas y normas establecidas



¿Cómo participa el personal de salud?



PARA APOYAR LA DETECCIÓN DE PROBLEMAS DE SALUD REALIZA ESTAS ACCIONES:

1. Sensibilización



Sensibiliza y motiva al personal docente para que realice las detecciones gruesas y practique la observación de señales de alerta sobre los problemas que más afectan a los escolares



Motiva a las madres y padres de familia para que autoricen las detecciones en sus hijos e hijas y los lleven de inmediato a la unidad de salud en caso de que se haya detectado algún problema



Motiva a la comunidad escolar a participar en las Semanas Nacionales de Salud y otras actividades y jornadas intensivas



Invita a las madres y padres de familia a pláticas y talleres con especialistas para analizar y discutir los problemas de salud física y mental, los síntomas a observar y su atención



2. Capacitación

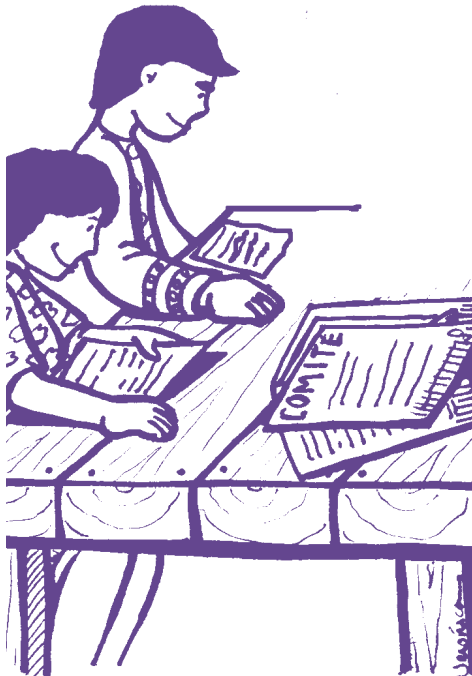


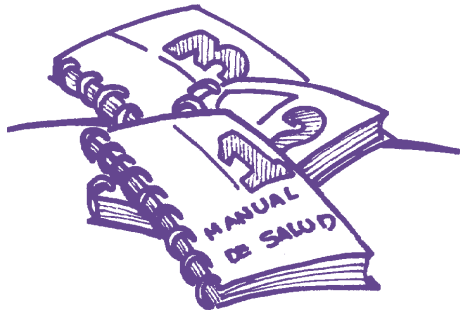
Participa en la capacitación del personal docente de acuerdo a las diversas estrategias que se establezcan con las autoridades educativas: pueden ser sesiones durante el mes de agosto, durante los recreos en la escuela, mediante cursos de Carrera Magisterial o en otros horarios que no interrumpen las clases. Los procedimientos para detectar trastornos de agudeza visual y auditivos están descritos en el libro de Ciencias Naturales del Maestro de 4º grado.



La capacitación debe orientarse a las técnicas de detección y la observación de señales de alerta. Otro aspecto es el proceso de referencia y contrarreferencia muy importante para que los escolares con problemas lleguen a la unidad de salud y sean atendidos adecuadamente; asimismo, regresen a su escuela con el tratamiento y rehabilitación indicados.

El crecimiento y desarrollo de los preescolares, escolares y adolescentes es otro aspecto de la capacitación, así como los problemas de conducta para los que es importante contar con la participación

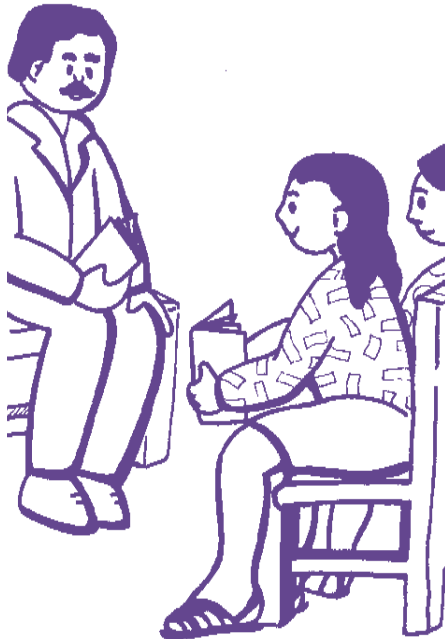




Se coordina con el personal de educación para dotar a las maestras y los maestros del Manual y video "Entre Todos a Cuidar la Salud del Escolar", las Guías de Ejercicio, cartillas de Snellen, cintas CIMDER y nutricintas para escolares de 6 a 10 años de edad, abatelenguas y el material para elaborar el somatoscopio y tomar la huella del pie.



Establece coordinación con otras instituciones, grupos y asociaciones para lograr su colaboración y apoyo a las escuelas en el proceso mismo de la detección y los materiales que se requieren.



3. Asesoría y apoyo a las maestras y los maestros



Visita con regularidad las escuelas para asesorar sobre las técnicas de detección y las señales de alerta y apoyar si es necesario. Promueve que las detecciones se realicen durante octubre y noviembre, y la observación de señales de alerta durante todo el ciclo escolar.



Propone estrategias que faciliten y logren una mayor cobertura en las detecciones como las ferias de la salud escolares o interes-



Identifica con el personal docente de la secundaria, las estrategias más adecuadas para detectar pro-

blemas entre los adolescentes.



Orienta sobre la importancia de una detección adecuada, para no dejar fuera de la atención a los escolares que lo requieran, pero también no saturar los servicios de salud, sin necesidad.

En el caso de las secundarias, la asesoría se orienta hacia los prefectos, personal de apoyo, las maestras y los maestros de asignatura, otro personal que desee participar y hacia los promotores adolescentes.



Da a conocer a los docentes la Guía "Guarda Com- postura" (6 a 12 años); y la Guía de Ejercicios "Una forma joven de ser saludable" (13 a 19 años), para actividades de

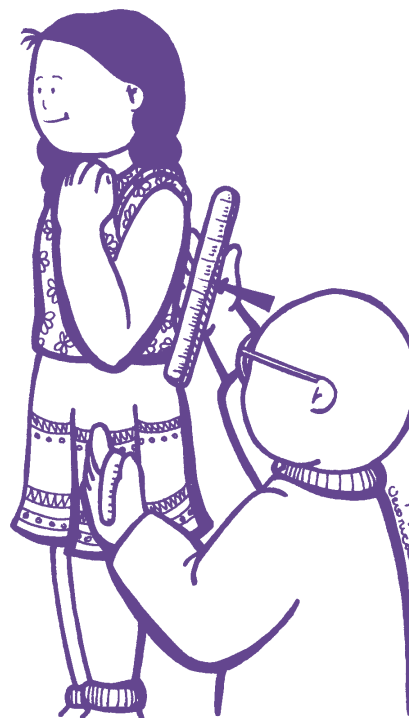
que la utilicen durante las clases y educación física.



Da a conocer a los docentes la Guía de Orientación Alimentaria y el Manual "Cómo mejorar en la escuela la alimentación de niñas y niños".



Orienta sobre soluciones prácticas, mientras los problemas de los escolares sean resueltos. Por ejemplo, sentar adelante a quienes se les haya



4. Seguimiento

➤ Visita las escuelas, para darle seguimiento junto con el personal docente a las alumnas y los alumnos que fueron referidos. Revisa si efectivamente fueron atendidos, y en caso contrario indaga las causas; asimismo constata que quienes lo necesiten cuenten con las prótesis requeridas.

➤ Conversa con las madres y padres de familia sobre la importancia de atender y rehabilitar a los escolares. Para ello aprovecha las reuniones de las asociaciones de padres de familia o cuando éstos visiten la escuela. Es muy conveniente analizar y discutir el estado de salud encontrado en la consulta médica.

➤ Realiza las actividades de seguimiento en coordinación con los docentes, las autoridades educativas y también con promotores voluntarios; en el caso de las secundarias, con promotores adolescentes.

➤ Apoya la revisión de las cartillas de salud escolar donde se registra el problema detectado, así como si fue atendido y rehabilitado.

➤ Apoya a los docentes en la referencia de alumnos a la unidad de salud y da



Atención a los problemas de salud



La atención se realiza en las unidades y hospitales de las instituciones del sector salud para población abierta y con seguridad social, así como en las instalaciones de instituciones y organismos privados que apoyen la salud escolar.

Para ofrecer una atención de calidad y lograr la cobertura esperada, lo conveniente es la coordinación entre las instituciones de salud y organismos privados para definir estrategias orientadas a aprovechar las diversas instalaciones y equipos sin sobrepasar la capacidad de cada una de ellas. Una opción es establecer las AGEBS (Área Geoes-tadística Básica) cuyo propósito es distribuir responsabilidades entre las instituciones , por zonas de influencia para que las escuelas se coordinen con una unidad de salud y los escolares reciban la atención, independientemente del servicio al que estén adscritos sus padres.



La atención comprende el examen médico completo, aunque las niñas y los niños hayan sido referidos por un solo problema; la elaboración de la historia clínica, diagnóstico y tratamiento; asimismo comprende la referencia a otro nivel de atención si el caso lo requiere, la rehabilitación y el seguimiento a la recuperación.

En cuanto a la detección odontológica ésta consiste en extracciones, obturaciones, curación temporal.

En el caso de los escolares que requieren un diagnóstico que no puede proporcionarse en la unidad de salud, pueden ser referidos directamente a los servicios concertados con ópticas, asociaciones de especialistas, hospitales, centros de atención y consultorios privados, entre otros; con respecto a los adolescentes se refieren a los módulos de salud reproductiva y a los servicios que existan en la comunidad para atender y orientar a esta población.

Se recomienda al personal de salud que de acuerdo a las escuelas y al número de escolares a atender, organicen el servicio para que no se quede ni un niño sin atender, sea cual fuere su problema.

EL PROCESO DE ATENCIÓN SE INICIA EN UNA DETECCIÓN OPORTUNA Y ADECUADA Y CUMPLE SU OBJETIVO CUANDO SE LOGRA LA REHABILITACIÓN O RECUPERACIÓN EN SU CASO.



El personal de salud de los niveles estatal y jurisdiccional, realiza estas actividades para apoyar la detección, atención y rehabilitación

○ Promueve la participación de otras dependencias de salud y desarrollo social, organizaciones civiles y empresas privadas en el desarrollo de las actividades preventivas y de atención a los alumnos.

○ Elabora el programa anual de actividades de prevención y detección por ciclo escolar en coordinación con la Secretaría de Educación Pública.

○ Elabora un programa de capacitación para personal de salud del nivel operativo y promotores.

○ Lleva a cabo el seguimiento de las actividades realizadas y evalúa su avance e impacto.

○ Colabora en la determinación de prioridades de atención a los problemas de salud en la escuela.

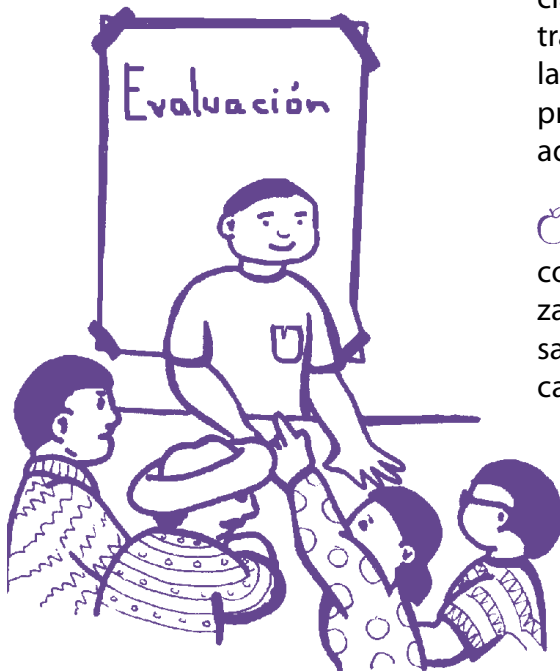
○ Promueve con las autoridades educativas la reproducción del video de salud escolar y del manual para el maestro y su entrega a las zonas escolares.

○ Pone a disposición del personal de salud el video "Entre todos a cuidar la salud del escolar", el Manual para el maestro y el Manual para el personal de salud como apoyo a la capacitación y en la realización de las actividades.

○ Elabora en coordinación con el personal de la Secretaría de Educación Pública la "Cartilla de Salud Escolar Estatal".

○ Promueve la interrelación de la comunidad escolar con los comités locales y municipales de salud, empresas privadas y organizaciones civiles, para apoyar las

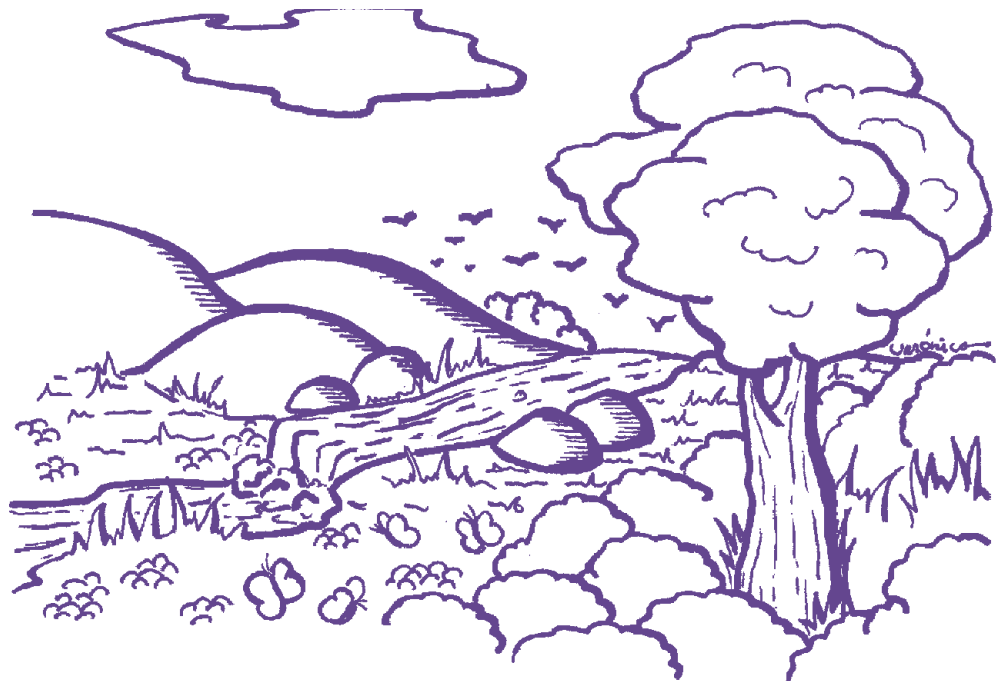




🍏 Da a conocer a los comités locales y municipales de salud el Programa de Salud Integral del Escolar y el proyecto de Escuelas Promotoras de la Salud para lograr su apoyo y la incorporación de éstas acciones a los planes municipales de desarrollo.

🍏 Promueve acciones que mejoren la atención médica para que las y los escolares reciban servicios seguros, ágiles y de calidad que den respuesta a su problemática. Para ello revisa con el área respectiva horarios y cuotas especiales, el sistema de información y contrarreferencia, la introducción de servicios en las escuelas, jornadas intensivas, así como procedimientos simplificados que se adecúen al ámbito escolar.

🍏 Establece las coordinaciones pertinentes con los programas sustantivos para realizar las acciones como un solo equipo de salud de acuerdo a la agenda escolar y calendario epidemiológico. Es muy con-



3

Vertiente: Ambientes escolares saludables



La salud es el resultado de la adecuada interacción entre el ser humano y su ambiente físico, natural y social.

En la escuela, la salud es el resultado de la interacción adecuada entre la comunidad escolar y su espacio construido; así como también, la interacción

¿Qué debemos saber?



El ambiente está constituido por elementos físicos, naturales y sociales que interactúan entre sí y con los individuos e influyen en su bienestar. La salud, es el resultado de una adecuada interrelación entre el ser humano y su ambiente, por lo que es muy importante trabajar en la promoción de ambientes saludables y seguros.

En la escuela la promoción de ambientes saludables tiene un doble propósito:

✿ Cuidar el ambiente físico
constituido por el edificio y
su entorno para que sea
seguro y saludable

Los ambientes saludables y seguros permiten que las alumnas y los alumnos se sientan bien y tengan buena salud; además propician el aprendizaje.

✿ Cuidar el ambiente social
promoviendo relaciones
positivas, armónicas y
respetuosas entre los
miembros de la
comunidad escolar



El ambiente social es muy importante, pues su desequilibrio pone en riesgo la salud emocional de los escolares, impidiendo su desarrollo adecuado.

Tomando en cuenta que los ambientes saludables se crean, es posible modificar los factores que lo determinan con la participación de la comunidad escolar, apoyada por el personal de salud, instituciones gubernamentales y privadas, grupos, comités y las autoridades locales y municipales.

El ambiente físico tiene que ver con el buen estado del edificio escolar; por ello es importante observar de manera periódica la situación en que se encuentran los elementos que lo constituyen:

- 🌸 Puertas de acceso a la calle
- 🌸 Pisos, barandales y escaleras
- 🌸 Señalamientos de seguridad y rutas de evacuación
- 🌸 Limpieza y funcionalidad de letrinas y sanitarios
- 🌸 Disponibilidad de agua potable
- 🌸 Condiciones de los bebederos y tomas de agua

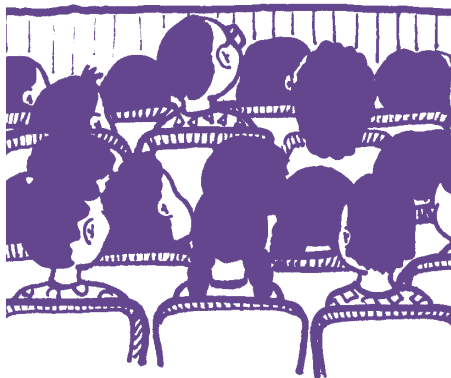




- ✿ Existencia, características y ubicación de botes de basura
- ✿ Condiciones de las áreas deportivas y recreativas
- ✿ Existencia y condiciones de la cooperativa escolar (inmueble y alimentos)
- ✿ Condiciones de las ventanas de los salones de clases
- ✿ Ventilación e iluminación de las aulas
- ✿ Disposición y condición de los pupitres
- ✿ Número y tamaño de salones de acuerdo a la población escolar
- ✿ Limpieza de tinacos y cisternas
- ✿ Periodicidad en la recolección de basura
- ✿ Existencia de basura, material de construcción de la escuela u otra clase de desechos alrededor de la escuela
- ✿ Condición de los servicios en el entorno escolar: vigilancia, luz, banquetas, entre otros

El cuidado del ambiente social se orienta hacia:

- ✿ Asegurar condiciones para que exista respeto, compañerismo, comunicación y solidaridad entre las alumnas y los alumnos, madres y padres



- ✿ Realizar eventos culturales, sociales y deportivos para facilitar y propiciar el encuentro y la interacción entre la comunidad escolar
- ✿ Vigilar la presencia de personas extrañas fuera de la escuela
- ✿ Ejercer los derechos y las responsabilidades de los integrantes de la comunidad escolar y respetar ambos
- ✿ Usar adecuadamente los materiales y los espacios dentro de la escuela y el salón de clases
- ✿ Reconocer el esfuerzo y los logros de las maestras, los maestros, madres y padres de familia, alumnas y alumnos
- ✿ Promover la colaboración y ayuda mutua en las actividades escolares de estudio y recreación
- ✿ Promover relaciones interpersonales respetuosas, solidarias, tolerantes y





¿Cómo participa el personal de salud?

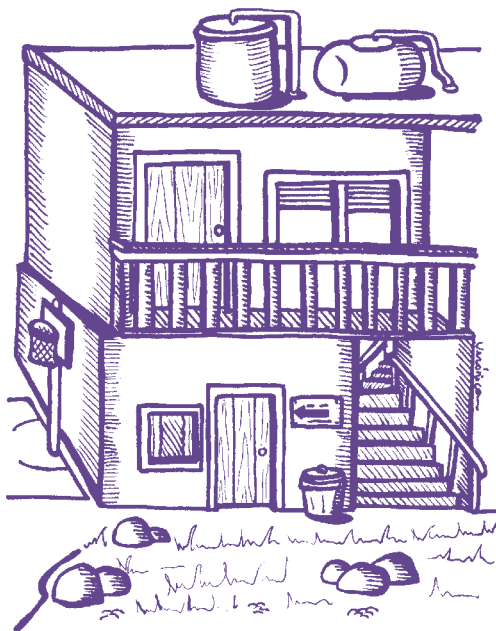


Al personal de los niveles estatal y jurisdiccional le corresponde:

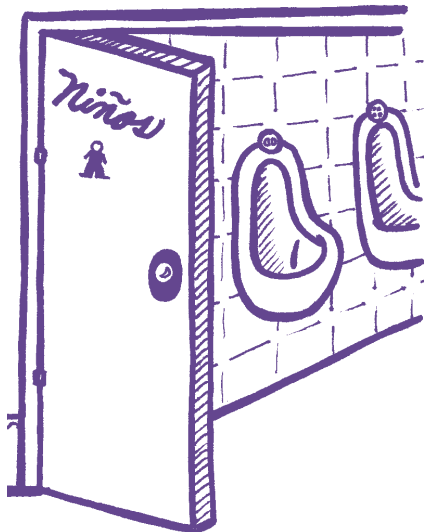



Establecer la coordinación interinstitucional:


-  Con la Secretaría Estatal de Educación Pública, para realizar acciones de mantenimiento y cuidado de los ambientes escolares
-  Con los presidentes municipales, para gestionar recursos económicos, materiales y humanos, destinados a lograr un ambiente escolar seguro y saludable
-  Con otras instituciones gubernamentales, para asesorar a los docentes sobre: purificación de agua, limpieza de tanques elevados, mantenimiento de redes, uso correcto de la infraestructura sanitaria; procesamiento, distribución, conservación y consumo de alimentos; reciclaje de residuos sólidos, riesgos del inmueble y simulacros de evacuación
-  Con grupos y asociaciones, para que apoyen las acciones en favor de los





El personal de las unidades de salud participa a través de diferentes acciones:




 Diseñar acciones de capacitación para el personal de salud, directores y docentes y acordar su ejecución con las autoridades educativas

 Elaborar, producir y distribuir materiales educativos, para promover los ambientes escolares saludables

 Promueve y acompaña los recorridos por el edificio escolar para detectar riesgos en las instalaciones y servicios

 Apoya las gestiones para conseguir recursos que solucionen los riesgos detectados

 Sensibiliza a la comunidad escolar para que colabore en el mejoramiento y cuidado del ambiente escolar

 Promueve la vigilancia permanente del



Asesora y apoya a las maestras y los maestros en:



El desarrollo de contenidos de salud relativos al ambiente



La vigilancia sobre el consumo y cuidado del agua potable



La disposición adecuada de las excretas, la basura y los

desechos



La vigilancia sobre la cooperativa escolar para que expendan alimentos de bajo costo e higiénicos



La promoción de campañas para enseñar a los escolares el cuidado de sus

mascotas



La realización de campañas de reforestación





Promueve y apoya la conmemoración de las fechas alusivas al cuidado del medio ambiente

22 de marzo “Día Mundial del Agua”

22 de abril “Día Mundial de la Tierra”

12 de junio “Día Mundial del Árbol”

5 de julio “Día Mundial del Medio Ambiente”

6 de octubre “Día Mundial del Habitat”



Interviene en campañas para controlar la fauna nociva dentro y fuera de la

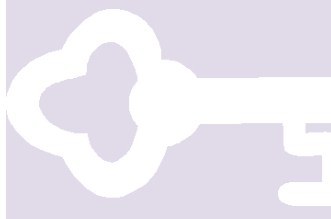


4

Vertiente: La participación social en la escuela




¿Qué debemos saber?





El cuidado de la salud es una de las enseñanzas que la escuela promueve y también un recurso para mejorar la educación. Esta interrelación entre aprendizaje y salud requiere de una amplia participación de la comunidad escolar y su entorno social, para lograr que junto con el desarrollo del programa de estudios, se aseguren condiciones saludables y seguras en las escuelas.

Esto se logra con la participación social, proceso mediante el cual se relacionan, organizan y actúan individuos, grupos, instituciones y autoridades para identificar problemas de salud, elaborar y desarrollar programas de trabajo, gestionar recursos, llevar el control y el seguimiento de las acciones y sobre todo, contribuir al cuidado de la salud en forma ordenada, sistemática y permanente.

La participación social en la escuela comprende varios propósitos:

 *Promover que la comunidad escolar, especialmente las alumnas y los alumnos, aprendan a participar mediante:*

-  La aplicación de conocimientos sobre la salud y cómo cuidarla
-  Las experiencias de la vida diaria

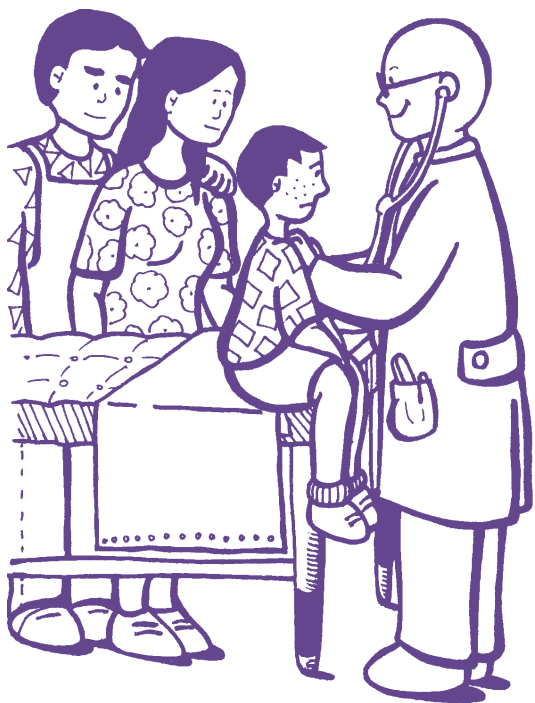


- ❁ Las diversas actividades que se desarrollan en la escuela
- ❁ La elaboración de los diagnósticos de salud escolar
- ❁ El ejemplo de los demás
- ❁ La elaboración y desarrollo de un proyecto de salud escolar
- ❁ La colaboración a través de diversas formas de organización establecidas en la escuela como comités, brigadas, clubes y otros

❁ *Lograr que la comunidad escolar apoyada por el personal de salud participe en el cuidado de su propia salud colaborando en el desarrollo de las acciones integrales de salud, así como mediante conductas y hábitos saludables que favorezcan al propio individuo, a los demás y al ambiente:*



Las maestras y los maestros impartan temas de salud, organicen y realicen diversas actividades educativas, orienten a la comunidad escolar, se capaciten, promuevan y formen alumnos como promotores de salud; participen en la detección de riesgos y problemas de salud, en el seguimiento de los escolares que requieran atención y en la resolución de sus problemas físicos y




Las alumnas y los alumnos pongan en práctica los conocimientos adquiridos, desarrollen hábitos para su autocuidado y el de su familia; participen en las actividades y eventos de la escuela; actúen como promotores de salud.

Las instituciones de salud apoyen y orienten las acciones que se realizan en las escuelas; asesoren al personal docente, apoyen la detección de problemas de salud, organicen el servicio médico, colaboren en la gestión de recursos. Apoyen la rehabilitación de los escolares.



Fortalecer las formas de organización escolar:

 Los Consejos Escolares de Participación Social, sobre los cuales la Ley General de Educación establece que:

“En cada escuela pública de educación básica operará un Consejo Escolar de Participación Social integrado con padres de familia y representantes de sus asociaciones, maestros y representantes de su organización sindical, directivos de la escuela, exalumnos, así como los demás

- ❁ Las mesas directivas de padres de familia
- ❁ Las brigadas escolares
- ❁ Los comités, clubes y otros
- ❁ Los grupos de promotores

❁ *Contar con el apoyo y la colaboración organizada de las instituciones, grupos y comités de la comunidad, así como de las autoridades locales y municipales:*


Los grupos, asociaciones y comités colaboren en la atención de los problemas de salud y su seguimiento, contribuyan a la rehabilitación con donación de lentes, prótesis y apoyos alimentarios, entre otros; apoyen en la difusión de los programas y la realización de eventos

Las autoridades municipales impulsen la participación de la sociedad y su organización; promuevan normas y políticas saludables, apoyen campañas, concursos y otros eventos educativos; contribuyan a la reproducción de materiales y la realización de obras de saneamiento

❁ *Definir en cada escuela un proyecto participativo de salud para establecer las acciones a realizar durante el ciclo escolar y organizar la participación de los integrantes de la comunidad escolar y del personal de salud; así como las colaboraciones y apoyos de otras instituciones, grupos, comités y autoridades de gobierno.*



¿Cómo participa el personal de salud en la promoción y organización de la participación social?


 Sensibiliza a la comunidad escolar, autoridades municipales, clubes sociales, asociaciones, instituciones públicas y privadas, grupos organizados, comités y la comunidad en general, sobre la importancia de la salud de los escolares y los motiva a participar en el establecimiento y desarrollo del Programa de Salud Integral del Escolar y del Adolescente; para ello aprovecha:


- ✓ Las reuniones de trabajo que se llevan a cabo en las zonas escolares durante el mes de agosto con inspectores, supervisores, directores y docentes
- ✓ Reuniones de la mesa directiva
- ✓ Asambleas y otras reuniones comunitarias

rias








 Propicia la interrelación entre el personal de salud, el educativo y los padres de familia a través de las organizaciones ya formadas y activas en la escuela


 Propicia la interrelación entre la escuela y la comunidad mediante los comités locales y municipales de salud


 Promueve la formación del Consejo Escolar de Participación Social o lo apoya y fortalece, si ya existe

 Apoya y fortalece formas de organización escolar como clubes, comités, brigadas, comisiones y otros


 Promueve la formación de promotores adolescentes, su capacitación y desarrollo


 Propicia la organización de docentes, alumnas, alumnos, padres de familia y personal de salud para la realización del diagnóstico de salud con el propósito de identificar los problemas que afectan a la escuela y al desarrollo. El diagnóstico es un elemento primordial de la escuela promotora de la salud

 Promueve y apoya en coordinación con la mesa directiva, el Consejo Escolar de Participación Social u otra organización, la realización de un proyecto participativo de salud o plan de trabajo basado en el resultado del diagnóstico. El desarrollo del proyecto participativo es lo que caracteriza a una escuela como promotora de la salud

 Apoya la organización de la comunidad escolar para la ejecución del proyecto participativo de salud durante el ciclo escolar

 Identifica las necesidades de capacitación

 Apoya las gestiones ante otras instituciones, grupos, comités y autoridades para obtener su colaboración en el desarrollo del proyecto escolar

 Promueve la realización de reuniones semestrales con la mesa directiva, Consejo Escolar de Participación Social u otra organización que apoye la ejecución de las acciones, para analizar y evaluar los resultados obtenidos de las actividades realizadas; al final del ciclo escolar se elabora un informe sobre los



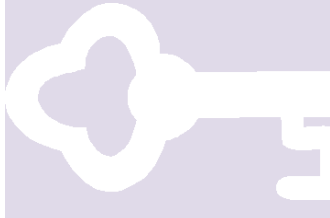
5



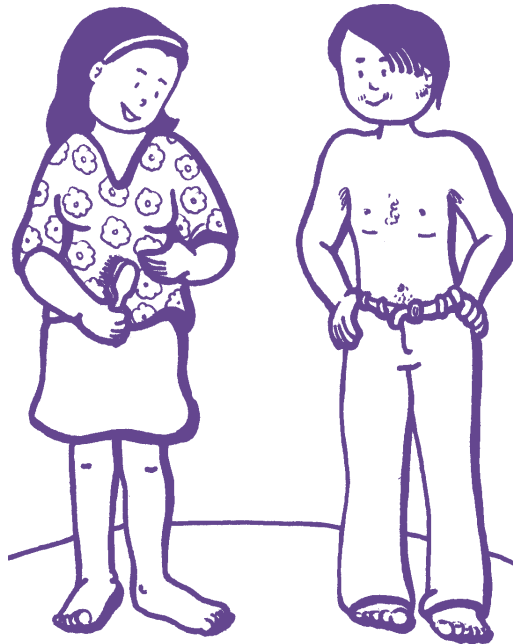
Promotoras y promotores adolescentes, un equipo joven a favor de la salud

"Sabemos que entre nosotros es más fácil la comunicación y el diálogo, y que la influencia que tene-

¿ Qué debemos saber ?



Los adolescentes y la promoción de la salud



Las y los adolescentes se encuentran en una etapa definida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un período de cambios físicos, sexuales, psicológicos, cognoscitivos y sociales a los que tienen que ajustarse; los problemas que más los afectan son de carácter psicosocial, relacionados con tres factores muy importantes: la identidad, las relaciones sociales y el ejercicio de la sexualidad.



La adolescencia es una etapa compleja influida por factores internos diversos como el crecimiento y el desarrollo físico acelerado y otros de carácter externo que influyen en el desarrollo social, emocional, intelectual y sexual como son la familia, los amigos, el género, la educación, el empleo, los valores y la legislación, entre otros.

A la par de los procesos que originan la llamada crisis de la adolescencia, las y los adolescentes también se caracterizan por grandes cualidades como son el idealismo, el entusiasmo, la alegría, la entrega, el dinamismo y la solidaridad; además, la adolescencia es una etapa muy creativa y productiva.

La promoción de la salud constituye la mejor estrategia para cuidar su salud y orientarlos hacia estilos de vida saludable; bajo este enfoque se estableció el Programa Salud Integral del Adolescente que parte de las características de la adolescencia, del enfoque de género, los factores de riesgo y los factores protectores, y tiene como propósitos:

- ♥ Propiciar que las y los adolescentes sean individuos informados, críticos, solidarios, reflexivos y capaces de tomar decisiones acertadas y asertivas sobre su salud
- ♥ Establecer estrategias que permitan que las acciones de salud lleguen a las y los adolescentes escolarizados y no escolarizados

- ♥ Aprovechar las cualidades de las y los adolescentes, su capacidad de liderazgo y de comunicación entre sí, la influencia y presión que ejercen unos sobre otros y la facilidad para insertarse en el ámbito social

Este programa está orientado a realizar acciones de salud integral en las secundarias, a formar promotores adolescentes y a prevenir acciones para la protección de la salud de las y los adolescentes que forman parte de algún grupo.

Promotoras y Promotores adolescentes

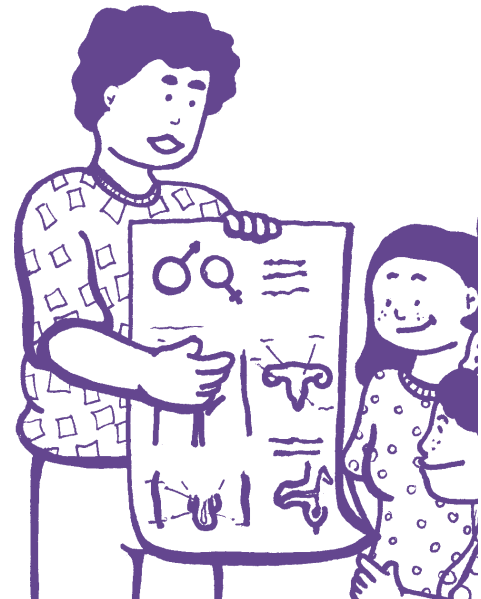


La escuela por sus características es un espacio ideal para que docentes, padres de familia y personal de salud desarrollen actividades educativas, de prevención y detección de problemas físicos, mentales y sociales y promuevan un ambiente escolar saludable. Sin embargo, son muchos los adolescentes que por alguna razón no asisten a ella y es necesario llegar a ellos con la información que les permita tomar decisiones acertadas y asertivas sobre sus estilos de vida. **Ante esta prioridad surge la idea de formar promotores adolescentes.**

Los promotores y promotoras adolescentes son jóvenes estudiantes de secundaria que, convencidos del valor de la salud, desean promoverla entre sus pares. Se comprometen con su tarea, son congruentes, dinámicos, solidarios y respetuosos.

Las y los promotores adolescentes adquieren estos compromisos:

- ♥ Capacitarse y actualizarse permanentemente en temas de salud
- ♥ Entrar en contacto con grupos de amigos o amigas y promover el programa
- ♥ Difundir información entre su pares sobre cómo cuidar la salud
- ♥ Colaborar en la detección de problemas de salud o riesgos que puedan afectarlos a ellos o a sus compañeros
- ♥ Ser ejemplo de lo que difunden
- ♥ Participar en campañas y eventos deportivos, culturales y recreativos, protección civil, saneamiento ambiental y otros como ferias, encuentros y caminatas que se organicen en favor de la salud
- ♥ Informar a su instructor de manera sistemática sobre avances, logros y problemas
- ♥ Colaborar con su instructor en la planeación de las actividades



Un promotor o promotora adolescente se beneficia al aprender más sobre cómo cuidar su salud y ocupar su tiempo de una manera sana, corresponsable y productiva.

Se espera que cada promotor o promotora adolescente promueva la salud entre cinco u ocho amigos, mediante actividades como:

- ♥ Platicar de manera individual en cualquier ámbito sobre cómo cuidar la salud
- ♥ Invitarlos a participar en conferencias y otros eventos
- ♥ Formar pequeños grupos para conocer, discutir y analizar temas de salud
- ♥ Comentar y entregar las tarjetas "Para Jóvenes como Yo"
- ♥ Dar a conocer y recomendar la utilización de los servicios de salud que prestan algunas instituciones a los jóvenes

Para formar promotoras y promotores adolescentes la persona clave es un instructor o instructora que pueden ser maestros y maestras o prefectos de secundaria, otros docentes, promotores voluntarios y el propio personal de salud. La participación de los padres de familia también es importante, pues deben estar informados de las actividades de sus hijos y apoyarlos en su labor.





Los instructores e instructoras adquieren estos compromisos:

- ♥ Promover el programa en las escuelas, así como entre otros grupos organizados
- ♥ Capacitarse y mantenerse actualizados en diversos temas relacionados con la problemática de las y los adolescentes
- ♥ Capacitar y mantener actualizados a las promotoras y los promotores adolescentes
- ♥ Asesorarlos permanentemente durante sus funciones
- ♥ Programar las actividades y llevar el control y seguimiento de éstas
- ♥ Evaluar y proponer estrategias para su mejor desempeño
- ♥ Atender las necesidades y demandas que surjan en el ejercicio de sus funciones
- ♥ Actuar en congruencia con los aspectos que promueven

Para ello se capacitan en :

- ♥ Las características del desarrollo de la adolescencia
- ♥ Los principales problemas de salud y sus factores de riesgo
- ♥ Contenidos técnicos sobre los temas a tratar
- ♥ La metodología para la enseñanza de temas de salud
- ♥ El manejo de grupos y de conflictos

Durante la capacitación se recomienda a las instructoras y los instructores:

- ♥ Resolver los conflictos que pueden generar algunos temas
- ♥ No ejercer presión mediante valores y puntos de vista personales
- ♥ Mantener la confianza y el respeto entre el grupo de trabajo
- ♥ Preparar muy bien las sesiones
- ♥ Evitar actitudes de rechazo, desagrado, inconformidad, burla, discriminación
- ♥ No regañar, ni criticar; no evadir preguntas

¿ Cómo participa el personal de salud ?



El personal de salud promueve el Programa Salud Integral del Adolescente en coordinación con el sector educativo y como una de sus principales estrategias motiva a los directores y docentes de secundaria para formar promotores adolescentes en sus escuelas.



Sus funciones son :

- ♥ Capacitarse en los temas de salud relativos a la adolescencia
- ♥ Capacitarse en técnicas didácticas
- ♥ Promover y formar grupos de instructores
- ♥ Capacitar a los instructores y mantenerlos actualizados
- ♥ Proporcionar a los instructores el material didáctico y educativo
- ♥ Elaborar un plan de trabajo
- ♥ Facilitar la referencia de las y los adolescentes a la unidad de salud y establecer y/o fortalecer los servicios de consejería existentes
- ♥ Apoyar a las promotoras y los promotores adolescentes en las necesidades que surjan y promover su participación en otras actividades de salud
- ♥ Coordinarse con otras instituciones y grupos que cuenten con programas dirigidos a los adolescentes

El personal de salud y los instructores cuentan con estos materiales para capacitar y orientar a las promotoras y los promotores adolescentes:

- ♥ Libro para el maestro de la asignatura "Orientación Educativa"
- ♥ Guía para el promotor adolescente "Un equipo joven a favor de la salud"
- ♥ Serie de tarjetas de salud " Para Jóvenes como Yo "
- ♥ Folletos del Programa SEDENA-SEP-INEA
- ♥ Videos y otros materiales

Los promotores adolescentes deben disponer de las tarjetas "Para Jóvenes como Yo" y la Guía para Promotores y Promotoras Adolescentes de Salud.

El personal de salud debe capacitarse y capacitar en torno a cinco ejes temáticos:



♥ **Promoción de la Salud Integral**

Salud integral
Proyecto de vida de las y los adolescentes

♥ **Factores que influyen en la salud integral**

Alimentación
Seguridad
Higiene
Tiempo libre y valor de la vida

♥ **Factores psicosociales**

Sexualidad, autoestima, derechos de las y los adolescentes, adicciones, relaciones interpersonales, paternidad y maternidad responsables, asertividad, relaciones familiares, tabaquismo, alcoholismo,



noviazgo, relación de pareja

♥ **Factores biológicos**

Adolescencia

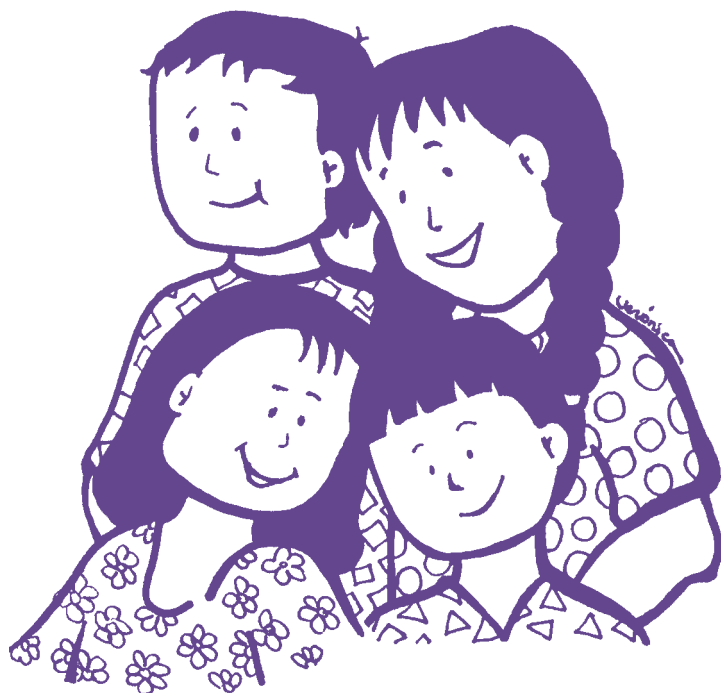
Conocimiento y cuidado del cuerpo humano femenino y masculino

♥ **Factores sexuales**

Salud reproductiva, ETS/VIH,

prevención de embarazos

La formación de promotores adolescentes también puede realizarse entre las alumnas y los alumnos de los bachilleratos y escuelas técnicas, así como entre adolescentes rela-





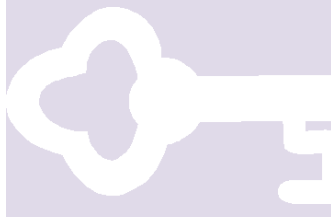
6



Escuelas Promotoras de la Salud

“Consideramos que las escuelas deben ser ámbitos de aprendizaje. Esperamos que las inversiones en la educación produzcan beneficios para individuos, comunidades y naciones. Las escuelas están en condiciones de contribuir al desarrollo social y económico, a una mayor productividad y una mejor calidad de vida para todos. En muchas partes del mundo, algunas escuelas están progresando notablemente. Pero se podría lograr aún más si todas las escuelas pudieran promover el desarrollo saludable de los jóvenes, tan activamen-

¿ Qué debemos saber ?



La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha venido impulsando desde 1990 la formación de escuelas promotoras de la salud, cuyas bases se sustentan en el documento **Promoción de la Salud Mediante las Escuelas, Iniciativa Mundial de Salud Escolar**, elaborado por un grupo de expertos en Ginebra, Suiza (1995). Asimismo, como una estrategia que imprime fuerza y dinamismo a esta Iniciativa, surgen las redes regionales de Escuelas Promotoras de la Salud.

En esta Iniciativa la escuela es considerada como uno de los entornos más importantes para promover la salud porque la educación y la salud se apoyan y fomentan mutuamente:



“al invertir en la educación se invierte en la salud”

“la salud de los niños influye notablemente en su capacidad de aprender”

“Las escuelas pueden ofrecer un entorno promotor de la salud sólo si son organizaciones saludables”

“Si fomentamos la salud, las esperanzas y las aptitudes de los alumnos, su oportunidad de crear un mundo mejor es ilimitada. Si están sanos pueden aprovechar al máximo toda oportunidad de aprender. Si los alumnos reciben educación pueden vivir una vida plena y ayudar a forjar un futuro para otros”

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) está promoviendo la Iniciativa en Latinoamérica desde 1993 y actualmente en todos los países de la región se están formando escuelas promotoras de la salud adscritas a la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud, constituida en 1996.

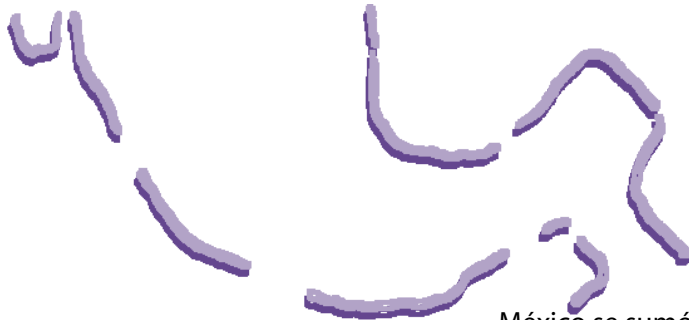
La OPS establece “que las escuelas que fomentan el desarrollo humano saludable y las relaciones humanas constructivas y armónicas, que promueven actitudes y aptitudes positivas hacia la salud, que cuentan con un edificio seguro y confortable, con agua potable e instalaciones sanitarias adecuadas y una atmósfera psicológica positiva para el aprendizaje, se consideran Escuelas Promotoras de la Salud”. Propone como componentes de la promoción de la salud en las escuelas:

Componentes de la promoción de la salud en las

Educación en salud	Ambientes y entornos	Servicios
<p>Desarrollo curricular: Desarrollo de conocimientos, habilidades, destrezas y prácticas para mejorar la salud y la alimentación. Contenidos básicos integrados a las materias curriculares, y de preferencia una materia sobre salud y nutrición.</p> <p>Desarrollo de materiales: Programa de desarrollo y validación de materiales impresos y audiovisuales educativos para alumnos, maestros y para la comunidad.</p>	<p>Condiciones físicas de las escuelas: Ambiente físico de las escuelas, área que rodea la escuela, el edificio, las condiciones de las aulas, baños, comedores y otros salones. Entorno psicológico de las escuelas: clima emocional y social que afectan el bienestar y la productividad de los estudiantes y del personal escolar.</p> <p>Habilidades para la Vida: Programa de actividades teórico-prácticas para enseñar a los estudiantes las habilidades básicas para la vida.</p>	<p>Servicios de salud: La prevención de enfermedades, la intervención temprana y la solución de problemas de salud específicos; suministro de primeros auxilios y tratamiento para enfermedades y lesiones; servicios para estudiantes con incapacidades, asesoramiento en aspectos de salud para profesores, personal y estudiantes. Exámenes médicos periódicos, incluyendo audición, visión, postura, pie plano, etc.</p> <p>Sistema de referencia y contrarreferencia.</p>
<p>Formación y capacitación de maestros: Programas para la formación de los docentes sobre la salud escolar, incluyendo la importancia de los tres componentes y de la metodología participativa. Producción de materiales para docentes.</p>	<p>Educación física: Programa de ejercicios para desarrollar y mantener la salud; un medio para la autoexpresión, el manejo de tensión, y para el desarrollo social. Los deportes organizados también contribuyen a estos fines.</p>	<p>Servicios de alimentación: Desayuno o colación que proporcione los nutrientes esenciales para la salud de la comunidad educativa y como experiencia formativa.</p> <p>Huertos escolares: Producción de verduras para consumo de la comunidad escolar y/o venta para financiar proyectos.</p>







Fuente: *Escuelas Promotoras de la Salud: modelo y guía para la acción.* OPS/OMS, Washington 1996

Escuelas Promotoras de la Salud en México



México se sumó a esta Iniciativa e inició un proceso de difusión a nivel nacional, así como la planeación conjunta con el sector educativo para trabajar en un Proyecto de Escuelas Promotoras de la Salud que se basa en el Programa Salud Integral del Escolar.

El proyecto propone:

-  Establecer o fortalecer acuerdos y planes conjuntos entre los sectores educativo y de salud
-  Mejorar la coordinación interinstitucional
-  Establecer y desarrollar proyectos de salud en cada escuela
-  Fortalecer la interrelación entre la escuela y la comunidad
-  Apoyar formas de organización encaminadas a la promoción de la salud
-  Apoyar el desarrollo de estrategias de capacitación y elaboración de materiales

En una escuela promotora de la salud se llevan a cabo acciones de las cuatro vertientes y se define como *Aquella en la cual alumnos y alumnas, docentes, padres de familia y personal de salud trabajan juntos para mejorar la educación y la salud de los escolares, así como los ambientes donde viven, aprenden y se desarrollan*; su actividad se orienta a lograr que:

- *La escuela sea un ambiente seguro y saludable*
- *Se establezcan relaciones interpersonales que contribuyan a la salud mental y social*
- *Las alumnas y los alumnos aprendan y promuevan hábitos, actitudes y valores para cuidar la salud y la vida*
- *Se realicen acciones de prevención y se identifiquen problemas que afectan la salud de los alumnos para promover su solución*

La tarea que en México han contraído los sectores educativo y de salud, es convertir las escuelas donde actualmente se trabaja, en escuelas promotoras de la salud mediante estas etapas de desarrollo:

- *Planeación nacional y estatal para establecer directrices, estrategias y acciones*
- *Difusión y capacitación hacia la población y el personal de salud y educación*
- *Selección de escuelas a trabajar*
- *Elaboración de diagnósticos y proyectos participativos en las escuelas*
- *Certificación de escuelas como escuelas promotoras de la salud*
- *Formación de la Red Mexicana de Escuelas Promotoras de la Salud*



¿ Quiénes participan ?



El proceso de animar y de organizar las actividades que conducirán a formar escuelas promotoras de la salud, es responsabilidad del personal de salud y de educación de todos los niveles; además de las autoridades municipales y de otras instituciones, grupos y comités de la comunidad.

Las acciones de salud que se realizan en las escuelas promotoras involucran a la comunidad escolar, directores, docentes, madres y padres de familia, alumnos y alumnas, los cuales son apoyados por el personal de salud, las autoridades y por grupos y comités de la comunidad.

¿Cómo participa el personal de salud?



El personal de nivel estatal y jurisdiccional:



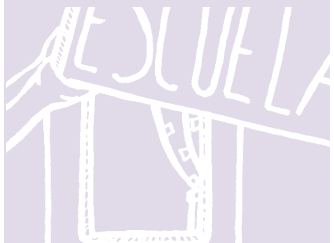
- Forma los Grupos Estatales y Jurisdiccionales de Salud Escolar integrados por personal de salud y educación
- Realiza las coordinaciones intersectoriales e interinstitucionales, así como con las autoridades de gobierno respectivas
- Establece en coordinación con el sector educativo un plan de trabajo
- Informa y capacita en el proyecto al personal operativo
- Elabora y reproduce materiales de apoyo
- Coordina la ejecución del Proyecto en el estado y/o la jurisdicción
- Establece estrategias de seguimiento y evaluación
- Participa en el fortalecimiento de la Red Mexicana de Escuelas Promotoras de la Salud

El personal de los niveles jurisdiccionales y operativo



- Realiza la coordinación con los directores y docentes de las escuelas
- Sensibiliza y anima a la comunidad escolar para formar escuelas promotoras
- Apoya a la comunidad escolar en la elaboración de su diagnóstico de salud y proyecto participativo
 - Proporciona los formatos
 - Asesora al director y a los docentes
 - Participa en la elaboración de ambos documentos
- Apoya a la comunidad escolar en el desarrollo del Proyecto
 - Proporciona asesoría
 - Participa en el desarrollo de las acciones
 - Realiza gestiones para conseguir recursos
 - Interviene en acciones de información y capacitación para mejorar el desempeño del personal docente y padres de familia
- Aplica en las escuelas los instrumentos que le permitirán acompañar su desarrollo, conocer logros y avances y evaluar su impacto e influencia
- Personal de educación y salud de todos los niveles participan en la formación de escuelas promotoras de la salud, de acuerdo a los siguientes procedimientos:

Formación de escuelas



Solicitud de la escuela

La solicitud para convertirse en escuela promotora de la salud la hará el director o directora de escuela ante la Comisión Estatal. Se realiza en septiembre o en enero.



Elaboración de un diagnóstico de salud de la escuela

Lo elaboran integrantes de la comunidad escolar (autoridades, docentes, alumnos y padres de familia) en septiembre/octubre o enero/febrero con la participación del personal de salud. Puede actualizarse cada dos años.

La primera actividad que se desarrolla en una escuela Promotora de la Salud es la identificación de: los problemas físicos, mentales y sociales que afectan la salud de los escolares y su repercusión en el aprovechamiento escolar, en la asistencia y en las relaciones interpersonales; los riesgos que presentan el edificio y su entorno para la seguridad y la salud de la comunidad educativa; el desarrollo de las actividades de educación para la salud, así como la situación que guardan la promoción y organización de la participación tanto de la comunidad escolar, como de las instituciones, comités, grupos y autoridades del entorno. Otro punto a analizar son los recursos con que se cuenta, así como los factores que están propiciando el desarrollo de la educación y la salud. Este ejercicio permitirá establecer prioridades para trabajar de manera organizada en su solución durante el ciclo escolar.

El personal de salud promueve la utilidad del diagnóstico ante las autoridades educativas y acompaña a la comunidad escolar en su elaboración.

Elaboración del proyecto participativo de salud escolar

Lo elaboran integrantes de la comunidad escolar, con la participación del personal de salud, en los meses de oc-



tubre/noviembre o febrero/marzo para ser desarrollado en un período de dos años.

Una vez identificados los principales problemas que afectan la salud física, mental y social de los escolares, así como los recursos existentes, el siguiente paso es formular un plan de trabajo, que es el proyecto participativo y que comprende la planeación de actividades a las cuatro vertientes de acción y los requerimientos. Otra parte importante es establecer responsabilidades y tareas a los diferentes actores que participan. En el proyecto deben establecerse metas para poder evaluar los avances. El proyecto participativo debe estar muy ligado al programa escolar. El personal de salud sensibiliza a la comunidad educativa de la importancia de avanzar en el mejoramiento de la salud y la educación de los escolares mediante acciones planeadas y organizadas. El diagnóstico y el proyecto participativo se describen en el formato número uno de la documentación de Escuelas Promotoras de la Salud.

Desarrollo del proyecto participativo

Lo desarrollan la comunidad escolar y el personal de salud, apoyados por instituciones, grupos y autoridades municipales. Implica la definición de tareas a los involucrados, la ejecución de acciones y la gestión de recursos. El desarrollo y avance del proyecto participativo es una de las características que distingue a una escuela promotora de la salud.



Certificación



La certificación de escuelas promotoras de la salud comprende el siguiente proceso:

Ficha de registro



El Grupo Jurisdiccional/Regional elabora una ficha de registro que contiene de manera sintética los datos de la escuela y los resultados del diagnóstico y proyecto participativo.

Informe sobre los avances del proyecto participativo



A los cinco meses de su inicio se levanta un informe sobre los avances.

Autorización de certificación



Cuando el avance del proyecto participativo es más del 50%, el Grupo Jurisdiccional/Regional extiende la autorización para certificar la escuela, mediante un comunicado por escrito.

Reconocimiento



La Comisión Nacional de Salud Escolar otorga a la escuela promotora de la salud un diploma firmado por los Secretarios de Salud y de Educación, una vez recibida la siguiente documentación:



- ficha de registro
- informe
- autorización de la certificación



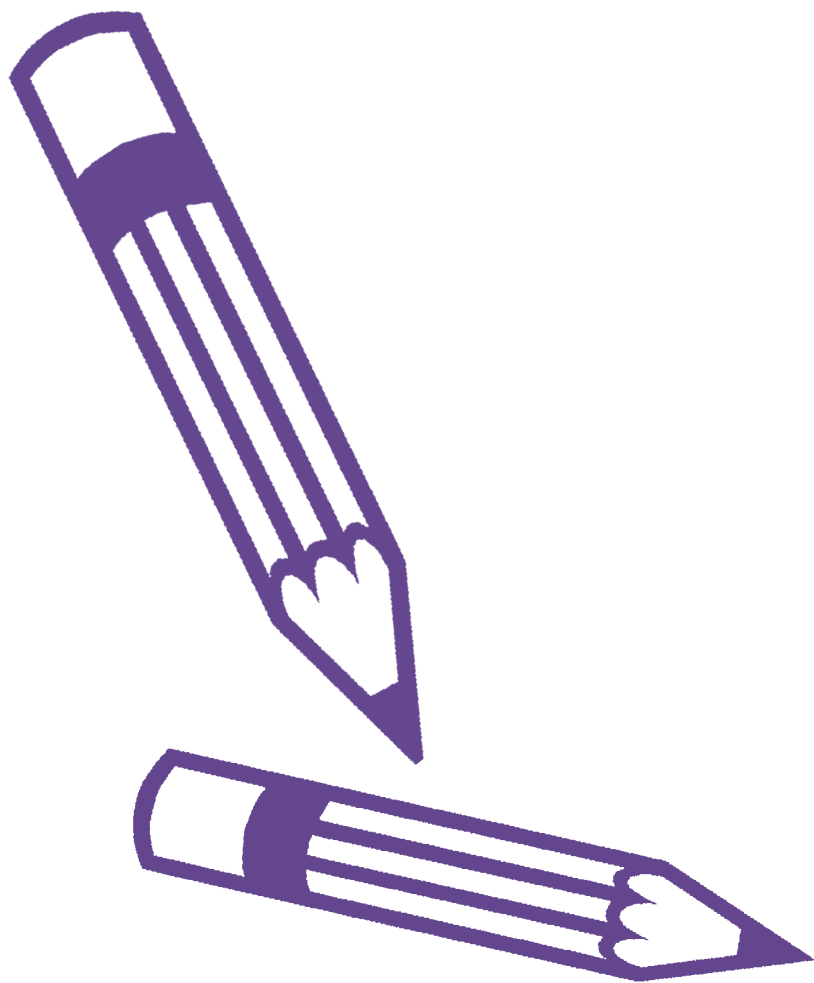
Cada estado establece el proceso de certificación de una escuela.

La certificación se renueva al presentarse un nuevo proyecto.

Se recomienda que el personal de nivel estatal dé a conocer al personal jurisdiccional y local, los documentos, gráficas y audiovisuales que ha puesto a nuestra disposición la OPS; así como los documentos elaborados por el nivel nacional: Proyecto Escuelas Promotoras de la Salud en México, Red Mexicana de Escuelas Promotoras de la Salud, Bases de Organización, así como el anexo de formatos.

Es importante que el personal de salud de todos los niveles realice un análisis de los documentos existentes en coordinación con el personal del sector educativo.

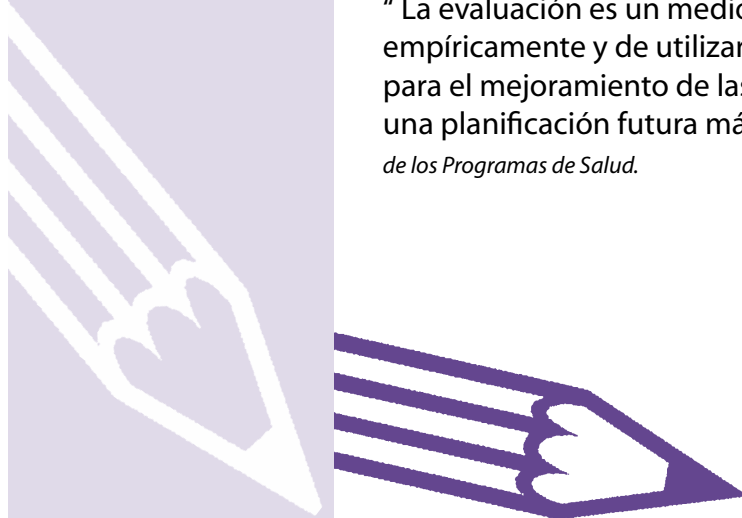




7

Actividades de seguimiento y evaluación

“ La evaluación es un medio sistemático de aprender empíricamente y de utilizar las lecciones aprendidas para el mejoramiento de las actividades en curso y una planificación futura más satisfactoria ”. *OMS. Evaluación de los Programas de Salud.*



Seguimiento

¿Qué debemos saber ?



El seguimiento es una actividad que acompaña y revisa de manera permanente el desarrollo y la ejecución de acciones de un determinado programa. Respecto a la salud integral del escolar cumple diversas



- Mejorar e intensificar la interrelación entre el personal de los niveles normativo y operativo, responsables del desarrollo de la salud escolar
- Mantener informado al personal operativo
- Identificar los avances del programa, así como los problemas y obstáculos que se presenten
- Capacitar en servicio al personal operativo y asesorar los aspectos que se considere pertinente

El seguimiento se realiza del nivel estatal al jurisdiccional, del jurisdiccional al local y de éste, hacia las escuelas que estén bajo su responsabilidad. Se lleva a cabo a través de visitas de supervisión y asesoría, entrevistas y revisión de documentos; asimismo, se apoya en llamadas telefónicas y el envío de cuestionarios e información a través de oficios y fax.

Las visitas de supervisión deben ser planeadas y contar con una cédula para llevarlas a cabo. Las unidades de salud deben recibir por lo menos una visita al año del nivel jurisdiccional y éste, dos por parte del nivel estatal. La supervisión consta de tres partes: la planeación y elaboración de la cédula, la visita y el informe al supervisado sobre el resultado de esta acción. Las visitas de asesoría deben realizarse de acuerdo a las necesidades que surjan de la supervisión.

Tanto la supervisión como la asesoría son capacitantes y deben tener como resultado la modificación de métodos de trabajo, el cumplimiento de metas y el mejoramiento de las actividades que realiza el personal de salud.

- Las estrategias operativas: la planeación de actividades y establecimiento de metas; la coordinación con el sector educativo, otras instituciones, grupos y autoridades municipales; la capacitación del personal operativo y la distribución de materiales de apoyo; las formas de difusión para promover la participación en el programa y las actividades de seguimiento y evaluación de un nivel a otro.









- El desarrollo de las cuatro vertientes de acción en las escuelas preescolares, primarias y secundarias
- La formación de promotores adolescentes
- La formación y desarrollo de escuelas promotoras de la salud







Una base para el seguimiento es el Sistema de Información de Salud para Población Abierta (SISPA) donde se registran las actividades realizadas en el primero y segundo nivel. A cada componente de Promoción de la Salud le corresponde un formato. El de salud escolar comprende los siguientes indicadores:


Registro diario

- Número de revisiones y detecciones realizadas en los escolares sobre su estado nutricional, agudeza visual, agudeza auditiva, salud bucal, defectos posturales y los esquemas de vacunación.
- Número de referencias a la unidad de salud respecto a problemas de nutrición, agudeza visual y auditiva, salud bucal, defectos posturales, esquemas de vacunación y otros problemas de salud frecuentes que fueron detectados, como enfermedades respiratorias y gastrointestinales.

-  Número de atenciones recibidas por los escolares en la unidad de salud, en relación a los problemas mencionados.
-  Total de detecciones que se practicaron a los alumnos. Se suman las 6 columnas de detecciones.
-  Número de vistas a las escuelas.
-  Sesiones de educación para la salud en el que se registran el número de sesiones y el número de docentes, padres de familia y alumnos que participaron.

Registro mensual

-  Número de escuelas en programa, que corresponde a las escuelas activas en el mes.
-  Total de detecciones en el mes.
-  Número de alumnos detectados. Corresponde al total de alumnos a los que se les practicaron las detecciones establecidas en el plan de trabajo.
-  Número de alumnos referidos.
-  Número de alumnos atendidos.
-  Número de alumnos contrarreferidos.
Número de cursos de capacitación y número de


 docentes, padres de familia e instructores (de promotores adolescentes) que participaron.


Número de acciones de participación social.




Número de trípticos distribuidos.

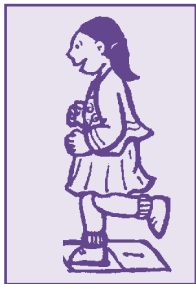


 Número de tarjetas “Para Jóvenes como Yo” distribuidas

 Total de sesiones de educación y de asistentes



 Número de promotores adolescentes capacitados y número de promotores activos. En este indicador sólo se incluyen los promotores formados en las secundarias.



A través de estos indicadores cuantitativos se registran acciones de las cuatro vertientes

De educación para la salud a través de las sesiones de educación, los materiales distribuidos y la capacitación.

De prevención y detección de riesgos y problemas mediante las acciones de detección, referencia y atención.



Del cuidado del ambiente a través de las acciones de participación social que se refieren a las actividades para cuidar el edificio y otras a promover la salud física y mental.

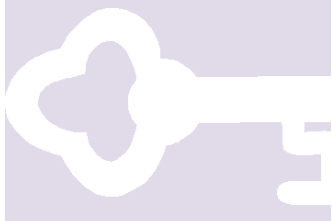
De participación social que se observa indirectamente a través de las acciones de participación social; la formación de promotores

LAS ACCIONES DE SALUD QUE SE REALIZAN EN LAS ESCUELAS PROMOTORAS SE REGISTRAN EN EL SISPA DE MANERA REGULAR.

El personal de salud obtiene la información diaria y mensual a través de su propia actividad como por ejemplo, sesiones educativas, capacitación a instructores que forman a los promotores adolescentes y en general, de las actividades que se generan en las escuelas, como por ejemplo, obras de saneamiento, eventos diversos, detecciones, campañas de baños y letrinas limpias, entre otras. Muchas escuelas cuentan con la cartilla escolar,

Evaluación

¿Qué debemos saber ?



La evaluación es un proceso metodológico que facilita la medición de los diversos aspectos de un proyecto o programa con el propósito de mejorar su desarrollo y resultados. Respecto a la salud escolar cumple



- Identificar los factores que impulsan o retrasan el programa, para reorientar sus acciones y estrategias y mejorar su desarrollo
- Reorientar métodos y estrategias operativas que mejoren el proceso de la salud escolar
- Utilizar los resultados obtenidos para mejorar la programación de las acciones de salud escolar en los tres niveles
- Hacer mejor uso de los recursos disponibles
- Facilitar la toma de decisiones mediante elementos fundamentados

Existen tres categorías de evaluación: **la diagnóstica** que se aplica antes de desarrollar un programa para identificar necesidades y conocer las condiciones que prevalecen; **la formativa** que permite recopilar información acerca del desarrollo del programa y posibilitar su reorientación y mejoramiento; **la sumativa** que se aplica cuando el programa está completo o se haya terminado una etapa o ciclo.

En salud escolar la evaluación se orienta a comparar los resultados obtenidos respecto a los objetivos, estrategias, actividades y metas. Para ello se elaboran indicadores que de acuerdo a la metodología de evaluación pueden ser de proceso, de impacto y de resultado.

Las estrategias, actividades y metas se evalúan mediante indicadores de proceso que responden a la pregunta ¿qué tan bien se ha ejecutado el programa?.

Los objetivos se evalúan mediante indicadores de impacto y resultado que responden respectivamente a las preguntas ¿qué cambios se han producido?; ¿se produjo un mejoramiento en las condiciones de salud y educación?.

A CONTINUACIÓN SE PROPONEN ALGUNOS INDICADORES DE CARÁCTER GENERAL:



DE PROCESO

Estrategias Operativas

- ☞ Planeación
- ☞ Coordinación
- ☞ Capacitación
- ☞ Comunicación
- ☞ Seguimiento

Vertientes de Acción

- ☞ Educación para la Salud
- ☞ Prevención y detección oportuna de riesgos y problemas
- ☞ Promoción de ambientes escolares saludables
- ☞ Participación Social

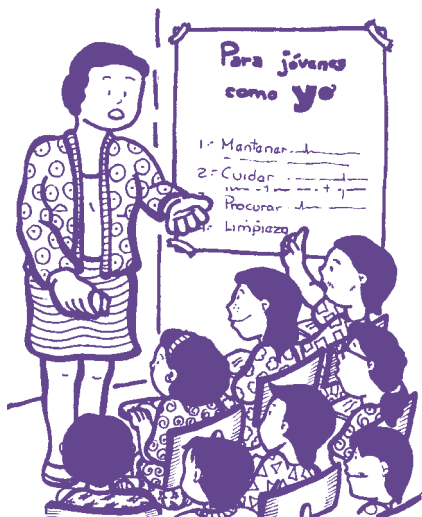
Para describir, formular subindicadores o elaborar preguntas, debe partirse de la información contenida en este manual.

Cumplimiento programático








- ☞ Escuelas a trabajar
- ☞ Visitas a escuelas
- ☞ Sesiones de educación para la salud
- ☞ Cursos de capacitación
- ☞ Alumnos a detectar y atender (diversos problemas)
- ☞ Acciones de participación social
- ☞ Material a distribuir (trípticos, tarjeteros)
- ☞ Promotores adolescentes (en el caso de secundaria)






DE IMPACTO Y RESULTADO






Participación (quiénes y cómo participan)

-  ONG's
-  Asociaciones, otros grupos
-  Autoridades de gobierno
-  Comunidad educativa
-  Comités locales y municipales
-  Instituciones
-  Promotores adolescentes








Ambiente






-  Obras de mejoramiento sanitario
-  Ambiente social libre de agresiones
-  Alumnos que mejoraron su comportamiento

Alimentación




-  Mejoramiento de la oferta de alimentos en la cooperativa escolar
-  Incremento del consumo de frutas por los escolares
-  Huertos escolares

Educación

-  Índices de ausentismo, deserción y aprovechamiento escolar
-  Conocimientos adquiridos sobre
 -  el cuerpo humano
 -  el ambiente
 -  los valores
 -  los derechos
 -  los riesgos y cómo prevenirlos

- 
 Adquisición de actitudes y conductas:
 -  trabajo en equipo
 -  higiene personal
 -  solidaridad
 -  participación

Salud

- 
 Índices de desnutrición, obesidad, accidentes, embarazos en adolescentes
- 
 Índice de alumnos que se rehabilitaron (se resolvió su problema mediante prótesis o tratamiento)
- 
 Disminución del maltrato infantil



La evaluación puede ser cualitativa y así utilizar cuestionarios y una guía de evaluación; puede ser cuantitativa y basarse en indicadores de medición, por ejemplo:

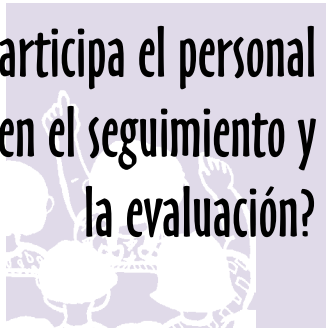
Alumnos atendidos en las unidades de salud

$$\frac{\text{Número de escolares atendidos}}{\text{Total de escolares referidos a las unidades de salud}} \times 100$$

Instalaciones sanitarias en la escuela

$$\frac{\text{Número de escuelas donde se han mejorado las instalaciones sanitarias}}{\text{Total de escuelas inscritas al programa}} \times 100$$

¿Cómo participa el personal de salud en el seguimiento y la evaluación?



Estado nutricional de los escolares

Número de escolares con estado nutricional adecuado

_____ X
100 Total de escolares revisados

Embarazo en la población escolar

Número de escuelas secundarias con ausencia de embarazos

_____ X
100 Total de escuelas inscritas en el programa







El nivel estatal

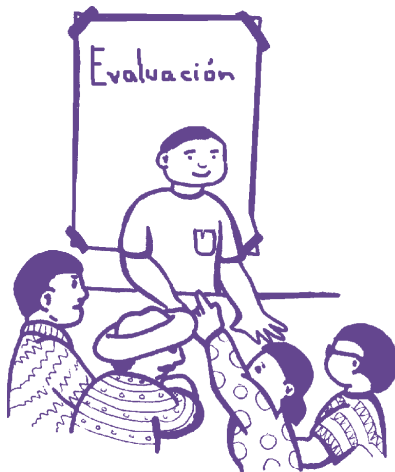


Establece un programa de supervisión y una cédula. Realiza al menos dos visitas al año a cada jurisdicción










Mantiene una comunicación sistemática y permanente con los coordinadores de participación social para identificar necesidades de apoyo, capacitación y asesoría, así como informar sobre aspectos novedosos y acuerdos con otras instituciones, entre otros

- 
 Establece un plan de asesoría y facilita la entrega de documentos básicos sobre la salud escolar y las escuelas promotoras de la salud
- 
 Establece una estrategia para mantener actualizada la situación sobre las escuelas promotoras de la salud en su estado, así como un plan para su seguimiento
- 
 Revisa y valida, en su caso, los concentrados del SISPA que le entrega el personal de estadística. Aclara con el nivel jurisdiccional los errores o incongruencias, e identifica necesidades de asesoría sobre el manejo del SISPA
- 
 Realiza la evaluación con base en el SISPA mediante tres cortes al año y establece las medidas pertinentes
- 
 Realiza con personal de educación una evaluación al término del ciclo escolar orientada a evaluar las actividades desarrolladas en el ámbito escolar y el trabajo coordinado entre personal de salud y educación
- 
 Realiza con personal de educación y los coordinadores de participación social la evaluación anual (cuantitativa y cualitativa), que servirá de base a la programación del siguiente año o ciclo. Se toman en cuenta indicadores de educación y salud. Se diseña una estrategia para dar a conocer los resultados





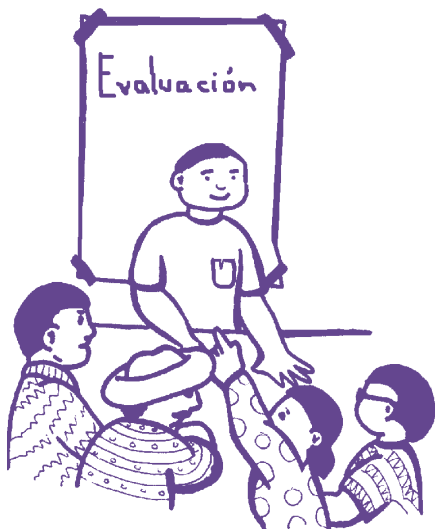
Nivel jurisdiccional

-  Establece un plan de supervisión para realizar al menos una visita a cada unidad de salud
-  Recibe la visita de supervisión del nivel estatal y en su caso la supervisión integral del nivel nacional
-  Aprovecha reuniones y otros eventos para mantener comunicación con el nivel local
-  Valida los concentrados mensuales de salud escolar que le presenta el personal de estadística y aclara errores e incongruencias con el nivel local
-  Establece un plan para asesorar al nivel local en los aspectos identificados a través de la supervisión y del SISPA; entrega los documentos básicos de salud escolar
-  Asesora al nivel local respecto a la formación de escuelas promotoras de la salud y mantiene actualizada la información sobre las acciones realizadas. Desarrolla un plan de seguimiento
-  Evalúa con base en el SISPA mediante tres cortes al año y establece las medidas pertinentes

- Realiza con personal de educación y local de salud, una evaluación anual (cuantitativa y evaluativa), que servirá de base a la siguiente programación. Se toman en cuenta indicadores de educación y salud. Se diseña una estrategia para dar a conocer los resultados de la evaluación

Nivel local

- Mantiene comunicación permanente con las escuelas del programa, asesora y apoya
- Recibe la visita de supervisión del nivel jurisdiccional y en su caso, del nivel nacional
- Revisa los resultados del SISPA y los compara mes a mes. Analiza la situación de las actividades en relación con lo planeado y hace los ajustes que considere pertinentes
- Realiza al menos una sesión de evaluación al año junto con los maestros, las maestras, madres y padres de familia sobre las acciones realizadas y los logros obtenidos, recursos y necesidades. Se diseña una estrategia para dar a conocer los resultados de la evaluación



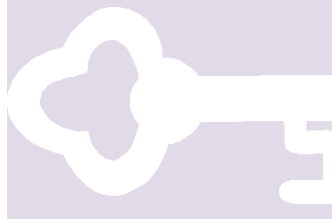
8

La salud de las maestras, los maestros, las madres y los padres de familia



“La salud es el resultado de los cuidados que se dispensa

¿Qué debemos saber ?

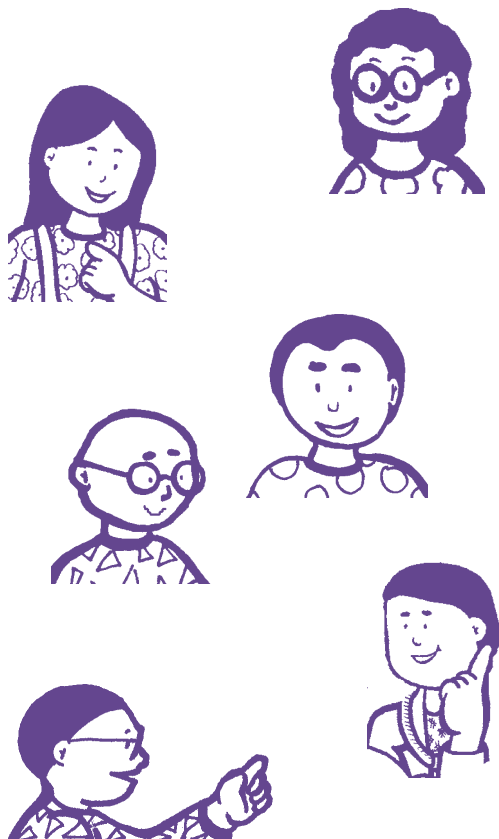


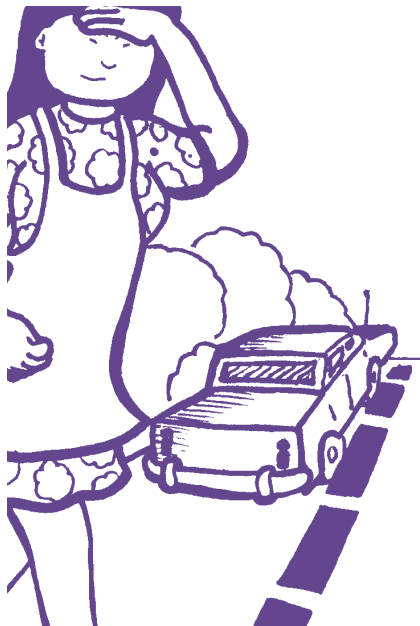
Las maestras, los maestros, las madres y los padres de familia constituyen una parte muy importante de la comunidad escolar por su relación con los escolares y por las tareas de conducción y orientación que les corresponden. Es por ello que cuidar su salud es participar activamente tanto en su propio mejoramiento como en el de los alumnos.

El espacio escolar es un lugar de encuentro y cualquier problema que se presente, especialmente entre los escolares y los docentes, afecta la salud integral de la comunidad educativa.

Al igual que los alumnos, las maestras y los maestros deben recibir orientación sobre cómo cuidar su salud y llevar a cabo ciertos exámenes médicos; además de propiciar un ambiente agradable de trabajo en el que priven relaciones de respeto y solidaridad. Para cumplir con su trabajo es necesario que se sientan bien con ellos mismos y con los demás.

La escuela es un buen espacio para que las madres y los padres de familia reciban orientación sobre su salud para beneficio de ellos mismos, y para establecer relaciones saludables, armónicas y de respeto con sus hijos e hijas.





Entre otros problemas que pueden afectar a las maestras, los maestros, las madres y los padres de familia están los siguientes:

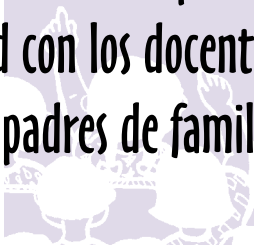
- ✔ Accidentes
- ✔ Problemas gastrointestinales y respiratorios
- ✔ Caries y otras enfermedades bucodentales
- ✔ Tabaquismo y alcoholismo
- ✔ Obesidad
- ✔ Depresión
- ✔ Afecciones crónicas como hipertensión arterial, diabetes, cirrosis, osteoporosis, arteroesclerosis, cáncer mamario y cervicouterino en las mujeres y el de próstata en los hombres, infartos cerebrales y cardíacos
- ✔ Enfermedades de transmisión sexual



Los factores que influyen son también de diversa índole, pero en su mayoría tienen que ver con los estilos de vida, los cuales afortunadamente, pueden modificarse para mejorar la calidad de vida, aunque se padezca algún problema crónico.

Estos problemas no van a resolverse en las escuelas, pero sí es posible sensibilizar a docentes y padres de familia para que cuiden su propia salud, lleven a cabo acciones que los benefician, modifiquen sus estilos de vida y revisen como se relacionan con sus hijos e hijas.

¿Cómo colabora el personal de salud con los docentes y los padres de familia?



👤 El personal de salud puede aprovechar las reuniones y jornadas de trabajo que realizan los docentes y los padres de familia para orientarlos sobre:

Comer bien

- * Consumir alimentos que proporcionen los nutrimentos que se necesitan de acuerdo a la edad, actividad física, sexo y estado de salud.
- * Hacer las tres comidas principales
- * Evitar alimentos de poco valor nutricional y que engordan

Hacer ejercicio

- * Para mantenerse saludable
- * Para prevenir enfermedades
- * Para mejorar la función cardiovascular
- * Para combatir el estrés

No fumar

- * Si yo lo hace disminuir el consumo de cigarros



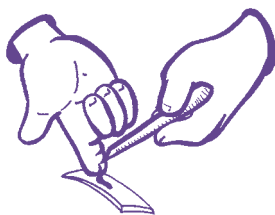


Vivir con seguridad

- * Evitar riesgos que puedan causar daño
- * No dejarse llevar por la violencia
- * Establecer relaciones interpersonales positivas
- * Usar el cinturón de seguridad

Acudir al médico al menos una vez al año para

- * Practicarse un examen completo
- * Medir la presión arterial
- * Practicarse un examen de glucosa
- * Las mujeres de 35 años en adelante, practicarse el Papanicolaou y cada mes hacerse la autoexploración de mamas



Acudir al dentista cada 6 meses

Cuidar su presencia e higiene

- * Nuestra imagen refleja que nos sentimos bien y queremos agradar a los demás



🗨 También puede hacer uso de los recados escolares que incorporen alguna orientación y la invitación a realizarse exámenes tan importantes como el Papanicolaou o la toma de presión arterial

🗨 Una actividad importante es la realización de talleres o mesas de trabajo, que sirvan de escenario para analizar los cuidados que se dispensan a sí mismo los docentes, los padres de familia y el personal de salud. Para ello invitar a especialistas.



💡 Otra manera de orientar y capacitar al mismo tiempo a madres y padres de familia es mediante el Programa “La Salud Empieza en Casa” para formarlos como procuradoras y procuradores de la Salud.

💡 Es muy conveniente promover algún periódico mural sobre la salud de los adultos con el objetivo de orientar, así como hacer conciencia entre el alumnado sobre la importancia de cuidarse y evitar que los problemas repercutan en la vida adulta.

Entre otras actividades que pueden realizarse están:

- ~ Orientar a los docentes y padres de familia para que se hagan un prueba de esfuerzo
- ~ Organizar caminatas y promover días de bicicleta
- ~ Motivar al maestro de educación física para que organice sesiones de ejercicio
- ~ Dar a conocer y analizar, si es posible, las Guías para Ejercicios de la Dirección General de Promoción de la Salud

“Guía para la prevención de afecciones cardiovasculares e hipertensión arterial en



mas

“Guía para la prevención de padecimientos crónico degenerativos para personas de 51 a 70 años de edad”

“Guía de ejercicios para personas con problema de hipertensión y diabetes.”



Directorio

Secretaría de Salud

Juan Ramón de la Fuente
Secretario

José Ignacio Campillo García
**Subsecretario de Regulación
y Fomento Sanitario**

José Narro Robles
**Subsecretario de
Coordinación Sectorial**

Jorge Tamayo
Oficial Mayor

Roberto Tapia Conyer
**Subsecretario de Prevención
y Control de Enfermedades**

Javier Urbina Soria
**Director General de
Promoción de la Salud**

Personal de la Dirección General de Promoción de la Salud que participó en la actualización de este manual:

Lucero Rodríguez Cabrera
Margarita Valverde Armendáriz
Rebeca V. Cruz Pelcastre
Bertha Sola Valdés
Judith Galarza Suárez
Julieta Ortíz Castillo
Emma Robles Villegas

Apoyo Secretarial
Irma M. Arellano Benítez
Diseño

Se agradecen los comentarios y observaciones que hicieron a este Manual responsables estatales, jurisdiccionales y locales de los Programas de Salud Integral del Escolar y del Adolescente de las Secretarías de Salud en los estados, la Coordinación de Vinculación, Planeación y Desarrollo de la Dirección General de Promoción de la Salud y el Grupo Consenso-Acción en Educación para la Salud coordinado por