

■ Editorial

Enseñanzas sobre prevención tras la pandemia.

■ Se trata de...

Enfermedades infecciosas.

■ Seguridad en la escuela

Enfermedades infecciosas en los centros escolares.

■ Ejercicios Prácticos

Primer ciclo / Segundo ciclo / Tercer ciclo.

■ Caso práctico transversal

- Una enfermedad infecciosa.
- Actividades de ayuda para el profesorado.

■ Opinión

La voz. Herramienta de trabajo de los docentes.

■ Noticias

- Enfermedades infecciosas.
- La importancia del lavado de las manos.
- Cuento infantil sobre el coronavirus.
- Programa europeo sobre microbios.
- Guía para la prevención de la COVID-19 en las escuelas.
- Recomendaciones del Ministerio de Sanidad para la recuperación de las actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil.
- Napo, un personaje de animación en «Detener la pandemia».

■ Informaciones útiles

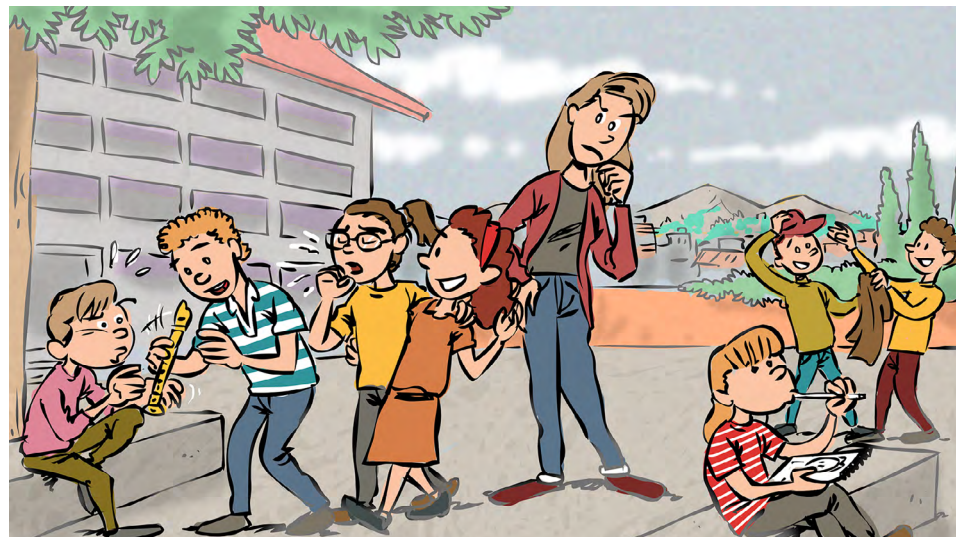
- La escuela de primaria de un cantautor.
- Reducir el tiempo en actitud sedentaria durante la jornada escolar.
- Salud en la escuela.
- Campaña «Crece en seguridad».
- Prevención de riesgos laborales para profesorado de educación infantil y primaria.

■ Publicaciones de interés / Legislación

¿Qué es ERGA-Primaria Transversal?

ERGA-Primaria Transversal es una publicación digital, editada por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P., de carácter pedagógico e informativo sobre la educación en valores y las condiciones de salud y seguridad en el entorno escolar. Está dirigida al profesorado de Enseñanza Primaria y su principal objetivo es que sirva como material de apoyo en la enseñanza de dichos temas.

Las referencias sobre los aspectos legales que corresponden a cada tema se pueden encontrar en el apartado de *Normativa* de la página principal del INSST. Se publican dos números al año.



Título: Erga Primaria Transversal.

Autor: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.

Elaborado por: Montserrat Solórzano (Directora). Cristina Araújo (Redacción).

Ilustración: David Revilla.

Edita: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.

C/ Torrelaguna, 73. 20027 Madrid. Tel. 91 363 41 00, fax 91 363 43 27. <http://www.insst.es>

Composición: Servicio de Ediciones y Publicaciones del INSST.

Edición: Barcelona, junio 2020. **NIPO (en línea):** 871-19-020-9.

Enseñanzas sobre prevención tras la pandemia

En los centros educativos, la actual situación de alerta producida por la pandemia de COVID-19 ha alterado el día a día de los estudiantes, del profesorado y de sus familias. El pasado mes de marzo se suspendieron las clases presenciales en las escuelas y, en algunas Comunidades Autónomas, se retomaron a principios de junio, con limitaciones y cumpliendo estrictas medidas de higiene y de prevención. Todo este proceso ha requerido un gran esfuerzo por parte de la comunidad educativa que, lógicamente, ante una situación extraordinaria, ha necesitado un tiempo para entenderla, asimilarla y adaptarse a ella.

Pero esta crisis también puede haber contribuido a crear oportunidades para introducir o mejorar en las escuelas nuevos modos de aprendizaje y conceptos básicos sobre determinadas materias, como la prevención y la promoción de la salud. La escuela puede ser una valiosa fuente de aprendizaje sobre salud y prevención de riesgos, si se incide en conductas de protección, si se refuerzan campañas de prácticas de higiene, si se enseña al alumnado a cuidarse y a cuidar de los demás y, en definitiva, si se les prepara para ser responsables de su salud y de la de otras personas a lo largo de su vida.

El profesorado puede llevar a cabo en el próximo curso escolar actividades preventivas que se pueden incorporar a los temas ya existentes, haciendo especial hincapié en temas de seguridad y de protección, como: la promoción y la adquisición del hábito del lavado regular de las manos con

agua y jabón; los beneficios de cubrirse con un pañuelo o con el codo al toser para evitar contagios; la utilización de la mascarilla en lugares públicos; el uso de pañuelos y servilletas; la inconveniencia de compartir cubiertos, vasos u otros objetos con compañeros; la actualización o realización de planes de emergencia; el análisis de situaciones determinadas para identificar comportamientos de riesgo en relación con la salud, indicando medidas preventivas; la realización de ejercicios prácticos que demuestren cómo se pueden propagar los gérmenes, etc.

Otro tema que no habrá que olvidar en los centros educativos es el de la protección del bienestar emocional del alumnado. Es importante detectar posibles prejuicios y actitudes contra determinados niños y niñas debido a la COVID-19. Los prejuicios frente al coronavirus generan discriminación, por lo que determinadas situaciones violentas hay que abordarlas cuanto antes, actuando con rapidez y transparencia. Si se forman percepciones erróneas sobre determinadas personas o colectivos, existe el peligro de que estas permanezcan en el tiempo y de que puedan causar conflictos.

Y, por último, es importante también que el alumnado proteja la naturaleza y que respete el entorno, que adquiera el hábito de tirar los residuos domésticos en los contenedores adecuados y que conozca la importancia de la limpieza y de la desinfección de los locales y de los utensilios que utiliza.

Por último, y tal como se dice en la introduc-

ción de la «[Guía provisional para la prevención y control de la COVID-19 en las escuelas](#)», publicada por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), la Organización Mundial de la Salud

(OMS) y la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR), los centros educativos deben seguir siendo entornos acogedores, respetuosos, inclusivos y soli-

darios para todos. Conseguirlo está en manos de los que formamos el conjunto de la comunidad educativa (alumnado, familias, profesorado e instituciones).



Enfermedades infecciosas

Las enfermedades infecciosas son la respuesta a la invasión y multiplicación de un agente infeccioso (*bacteria*: tuberculosis, *virus*: resfriado común, *hongo*: tiña, o *parásito*: malaria) en un huésped humano o animal susceptible.

Gran parte de las enfermedades infecciosas son transmisibles de un huésped infectado o un reservorio inanimado a un huésped susceptible. La transmisión puede ser de persona a persona, a través de insectos u otros animales, al consumir alimentos o agua contaminados o por contacto con agentes infecciosos presentes en el medio ambiente.

Síntomas

Cada una de estas enfermedades tiene sus síntomas específicos, dependiendo del agente que ha causado la infección. No obstante, existen unos síntomas más frecuentes para la mayoría de ellas y que son: fiebre, diarrea, fatiga, dolores musculares y tos. Las infecciones leves, como el resfriado común, pueden tratarse con reposo y cuidados caseros pero otras pueden requerir hospitalización (neumonía, meningitis).

¿Cómo se contraen?

Existen cuatro principales vías de transmisión de los microorganismos: el contacto, el aire, los vehículos comunes y los vectores.

La más importante y frecuente es la *transmisión por contacto* del huésped susceptible, ya sea por *contacto directo* con la persona o animal infectado o por *contacto indirecto* a través de un objeto contaminado, como utensilios de comer, picaportes, timbres, manillas de puertas, grifos, mandos a distancia, teléfonos, etc. La transmisión directa de persona a persona se puede producir por las gotitas generadas por la tos, el estornudo o el habla o por el intercambio de fluidos corporales por contacto sexual. Puede existir también transmisión directa de la madre al feto a través de la placenta. La *transmisión por aire* se produce por la diseminación de gotitas evaporadas que contienen microorganismos y que se mantienen suspendidas en el aire por largos periodos de tiempo o partículas de polvo que contienen el agente infeccioso. La *transmisión por vehículo común* se produce a través de la comida, el agua o la tierra contaminadas. La *transmisión* también puede ser *por vectores*, como mosquitos, moscas, garrapatas, ratas y otros animales capaces de transmitir los microorganismos.

Prevención

La prevención y control de las enfermedades infecciosas se basa en la adopción de medidas que permitan evitar o disminuir la transmisión. Se debe actuar sobre la fuente de infección y reservorio, los mecanismos de transmisión y el huésped susceptible.

Cada número del periódico ERGA-Primaria está dedicado a un tema concreto sobre salud y seguridad, como por ejemplo: intoxicaciones, caídas, ruido, estrés, primeros auxilios, etc. En este apartado se exponen los conceptos teóricos básicos de cada uno de los temas escogidos. Esta información puede ayudar al profesorado a obtener o a ampliar los conocimientos que tenga sobre salud y prevención de riesgos laborales y, al mismo tiempo, servir como referente en el momento de trabajar la educación en valores a través de todos los ejercicios que se plantean en esta publicación. En este número en concreto tratamos el tema de las enfermedades infecciosas.

Se trata de ...

A nivel individual las principales estrategias preventivas son:

- Manipular y preparar los alimentos.
- Informarse sobre los posibles riesgos sanitarios antes de emprender un viaje al extranjero.
- Vacunarse. Hay enfermedades infecciosas, como el sarampión y la varicela, que se pueden prevenir con una vacuna.
- Lavarse frecuente y minuciosamente las manos.
- Quedarse en casa cuando uno está enfermo.
- Preparar los alimentos de manera segura en superficies limpias y conservándolos en neveras.
- Mantener relaciones sexuales seguras.
- No compartir objetos personales (teléfonos móviles, cepillo de dientes, peines, platos, cubiertos, etc.).
- Viajar al extranjero con prudencia.

Las pandemias

El pasado 11 de marzo, el director general de la Organización Mundial de la Salud (OMS), Tedros Adhanom Ghebreyesus, declaró que [el coronavirus COVID-19 era una pandemia](#).

Según la Real Academia Española, una pandemia es una «enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región».

Las pandemias más letales sufridas hasta ahora a nivel mundial han sido la viruela, el sarampión, la «gripe española», la peste negra y el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA).

Los principales motivos por los que actualmente se puede transmitir una enfermedad a muchos países son el incremento de los viajes aéreos y los cambios ambientales que provocan modificaciones geográficas que, a su vez, favore-

cen la aparición de nuevos parásitos caracterizados por su alta resistencia a los antibióticos.

Las muertes por enfermedades infecciosas se producen en su mayor parte en los países en desarrollo, ya que estos cuentan con pocos recursos para la atención a la salud. El agua insalubre, la pobreza y el movimiento de personas desplazadas o refugiadas también ayudan a difundir las enfermedades en nuevas zonas.

La prevención general de las pandemias radica en invertir en factores como la investigación, nuevos medicamentos, herramientas de diagnóstico, vacunas y otras intervenciones.

Enfermedades infecciosas en los centros escolares

Las personas se infectan al tocar, comer, beber o respirar algo que tenga gérmenes (seres vivos que se encuentran en el aire, en la tierra o en el agua).

Los centros educativos son lugares en los que existe una mayor probabilidad de transmisión de estos gérmenes, ya que para cualquier microorganismo este lugar resulta favorable para su propagación por la gran interacción que existe entre los alumnos, que comparten espacios, superficies y materiales, y porque el alumnado, por su edad, tiene poca experiencia en la protección de su propia salud.

Las enfermedades infecciosas forman parte del desarrollo normal de los niños y de las niñas. La mayoría de la población infantil suele padecer entre 6 y 8 infecciones respiratorias al año, como resfriados, infecciones de oído, sinusitis, bronquitis, etc. Además, las enfermedades infecciosas permiten que se activen las defensas de los más pequeños y que mejore su sistema inmunitario.

Las infecciones respiratorias y la diarrea son las enfermedades infecciosas más frecuentes en los centros escolares, y las secreciones respiratorias y el contacto cutáneo son las vías de transmisión más habituales para la propagación de microorganismos.

No todas las infecciones son contagiosas, por ejemplo, las infecciones de oído y de vejiga no se propagan entre personas, mientras que la diarrea, la conjuntivitis y los resfriados se propagan fácilmente.

El contagio no siempre resulta fácil de controlar, ya que la mayoría de las infecciones tienen un período de incubación o de latencia, que es el tiempo en el que todavía no se han producido síntomas, pero se pueden transmitir. Por ejemplo, el período de incubación para la gripe suele ser de un día o dos, mientras que para la varicela el tiempo es de dos semanas.

Cuanto menor sea un niño, el riesgo de contagio es mayor, ya que su sistema inmunitario es más inmaduro; no ha adquirido unas medidas higiénicas adecuadas, como lavarse las manos o cubrirse la nariz y la boca al toser o al estornudar; suele compartir los juguetes, prendas personales y otros objetos con sus compañeros, y acostumbra a llevarse las manos y los objetos a la boca.

Vías de transmisión

En la escuela, las infecciones suelen tener las siguientes vías de transmisión:

- Vía respiratoria.
- Vía cutáneo-mucosa: por contacto con la piel sana o a través de heridas o con las mucosas nasales, oculares o bucales de forma directa o a través de objetos que se comparten.
- Vía digestiva: por ingestión del microorganismo al llevarse las manos contaminadas a la boca o de alimentos o agua contaminados. Una vía par-

Seguridad en la escuela

ticular es la vía fecal oral, cuando partículas fecales de una persona o animal infectados pasan al huésped susceptible.

- Por inoculación: por herida, mordedura o picadura de un insecto.

Medidas de prevención en la escuela para evitar contagios

- Sensibilizar a los padres acerca de lo importante que es que los alumnos tengan al día el calendario de vacunación, ya que las vacunas son la mejor manera de prevenir algunas enfermedades contagiosas (varicela, paperas, sarampión, meningitis, etc.).
- Aprender las medidas higiénicas básicas (cubrirse la boca al toser o al estornudar, sonarse con pañuelos desechables, lavarse con frecuencia las

manos con agua y jabón, especialmente al salir del baño y antes de comer, etc.).

- Mantener una buena higiene (utensilios, lavabos, comedor, zonas comunes, etc.) y ventilar las instalaciones.
- Lavar a menudo los juguetes y objetos de uso común (colchonetas, mantas, etc.).
- Advertir a los padres y madres de que, si sus hijos están sufriendo un proceso infeccioso, diagnosticado por el pediatra, deben quedarse en casa y recibir el tratamiento adecuado.
- Informar a las familias de aquellas infecciones que ocurran en el colegio (piojos, gastroenteritis, etc.) para que puedan tomar medidas preventivas.
- Llamar a los padres de los alumnos, si estos se ponen enfermos en el colegio, e intentar que tengan el mínimo contacto con el resto del alumnado.

- Limpiar y desinfectar las superficies de lugares comunes.
- Notificar a la escuela por parte de los padres los procesos infecciosos sufridos por los alumnos, como varicela, rubéola, meningitis, piojos, etc. para que el centro escolar adopte las medidas preventivas específicas.
- Enfocar la educación para la salud a los distintos colectivos que componen la población escolar (alumnos, comunidad educativa y familia).
- Elaborar e implementar programas específicos de educación para la salud y medidas preventivas destinadas al alumnado, a la comunidad educativa y a la familia.
- Manipular adecuadamente los alimentos en la cocina, si hay.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia de un buen cepillado de los dientes y un buen mantenimiento de la higiene bucal.



PRIMER CICLO

ACTIVIDAD 1

Los ejercicios que se presentan a continuación están pensados para poder trabajar cuestiones relacionadas con la salud y la seguridad a través de las distintas áreas de cada ciclo formativo de la Enseñanza Primaria; es decir, son una herramienta que tiene como misión ofrecer un apoyo al profesorado en la educación en valores de manera transversal. Para facilitar la aplicación de estos ejercicios se ha diseñado una estructura en la que se indica el ciclo concreto al que van dirigidas las actividades. A continuación, se expone la descripción de la actividad propuesta seguida de los distintos objetivos que se pretenden conseguir, clasificados en: objetivos de conocimientos, procedimientos y actitudes. También se señalan los otros ejes transversales con los que están relacionadas las actividades propuestas, así como las diferentes áreas de conocimiento en las que se pueden aplicar dichas actividades.

Por último, se ha incluido en cada actividad, un apartado dedicado a la evaluación, cuyo objetivo es analizar si el alumno –una vez desarrollada la actividad propuesta– ha sido capaz de integrar las actitudes que aparecen. Este apartado se basa en diversas técnicas de evaluación, ya que cada actitud puede valorarse desde distintos puntos de vista.

Estas propuestas están abiertas a las modificaciones que el docente estime oportunas, en función de las características del grupo y del contexto desde el que se trabaje, enriqueciendo, de esta manera, el resultado de este material.

A partir de la lectura del cuento [Mi heroína eres tú](#), elaborado por el Grupo de Referencia sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Emergencias Humanitarias y Catástrofes del Comité Permanente entre Organismos (IASC) para ayudar a los niños y a las niñas de entre 6 y 11 años a comprender la pandemia de COVID-19, el profesorado hará una breve introducción sobre el tema en general y sobre el contenido del cuento, en particular.

A continuación, seis alumnos voluntarios leerán los diálogos correspondientes a los personajes del cuento y que son: Sara, Salem, Ario, Sasha, Leila y Kim. Otro voluntario leerá el resto del texto, es decir, la descripción que hace el narrador.

Entre todos los alumnos se irán enumerando los consejos que se van dando en el cuento para protegerse del coronavirus. El profesorado los irá anotando en la pizarra.

Objetivos de conocimientos

- Comprender una situación desconocida hasta ahora y aprender a desenvolverse en ella.
- Sintetizar el contenido de un cuento y saber extraer sus enseñanzas, valorando el lenguaje oral como un medio de relación con los demás.

Objetivos de procedimientos

- Dramatizar una situación, compartiendo información, sentimientos y emociones.
- Expresar, a través de las palabras, diferentes tipos de discursos adaptados a las situaciones que se producen en el cuento.

Objetivos de actitudes

- Asumir la importancia de protegerse a sí mismo, a las familias y a los amigos ante una enfermedad contagiosa.
- Aceptar una nueva realidad y saber gestionar las emociones que esta provoca.

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para la igualdad de oportunidades entre los sexos / Educación ambiental / Educación para la salud.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Lengua Extranjera / Religión / Valores Sociales y Cívicos.

EVALUACIÓN

El profesorado valorará el interés de los alumnos en participar en la lectura de un cuento, el respeto entre los alumnos que leen los diálogos al aguardar su turno y la atención que presta el resto del alumnado.

También se valorará que se haya comprendido el texto y cómo se ha reproducido y recreado por los niños y niñas (entonación, gesticulación y expresión facial para reforzar el significado de sus palabras).

ACTIVIDAD 2

Esta actividad se realizará en la asignatura que coincida antes del patio y a su finalización.

Después de visualizar el vídeo [“Así me lavo bien las manos”](#), destinado a la población infantil, editado por el Ministerio de Sanidad y cuya duración es de 1:17 minutos, el profesorado acompañará a los alumnos a los lavabos del centro para que se laven las manos siguiendo los consejos que se dan en el vídeo.

Objetivos de conocimientos

- Reconocer lo importante que es disponer de agua potable en todos los ámbitos.
- Comprender que la higiene es fundamental para evitar cualquier infección, ya que las manos facilitan la transmisión de enfermedades.

Objetivos de procedimientos

- Experimentar por uno mismo cuál es la mejor manera de evitar la propagación de gérmenes.
- Aplicar una buena medida preventiva de hi-

giene en dos ámbitos diferentes: el escolar y el familiar.

Objetivos de actitudes

- Valorar lo importante que es lavarse bien las manos para protegerse de las enfermedades.
- Aceptar el lavado de manos como un hábito regular para todos.

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para el consumidor / Educación ambiental / Educación para la salud.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Matemáticas / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Lengua Extranjera / Educación Física / Religión / Valores Sociales y Cívicos / Educación Artística.

EVALUACIÓN

Se valorará el interés del alumnado en hacer la práctica, la atención en la visualización del vídeo, la adaptación a cambiar el ritmo habitual del aula con la proyección del vídeo y también se tendrá en cuenta si los alumnos han captado la información verbal y corporal del protagonista.

El docente valorará las respuestas de los alumnos ante las preguntas de si les ha resultado divertida la práctica, qué aspectos del vídeo creen que son los centrales, cuál es el significado general y qué cosas de las que han aprendido han sido nuevas para ellos.

SEGUNDO CICLO

ACTIVIDAD 1

El profesorado leerá en alto el Caso Práctico correspondiente al nº 45 de ERGA Primaria Transversal titulado [«Campaña de vacunación en la escuela»](#) (páginas 12 y 13). Les hará notar que tanto la escuela en la que transcurre la historia como el personaje principal (Maribel, tutora de 6º curso) son los mismos que los del Caso Práctico del presente número.

A continuación, les hará una serie de preguntas y, entre todos, intentarán encontrar la mejor respuesta.

Algunos ejemplos de las preguntas que se pueden realizar son los siguientes:

- ¿Os parece positivo que el profesorado de la escuela (en estos casos, Maribel, la tutora de 6º curso) esté interesado en organizar cada año Programas de Salud Escolar y que trate de enfocar los aspectos relacionados con la salud que crea que pueden ser más beneficiosos para el alumnado?, ¿por qué?, ¿en qué aspectos creéis que estos programas os han beneficiado a vosotros personalmente?
- ¿Creéis que las vacunas salvan muchas vidas a nivel mundial?
- ¿Creéis que la vacunación de las personas aumenta la esperanza de vida?
- ¿Tenéis al día vuestro carnet de vacunación?

Ejercicios prácticos

- ¿Os parece que alguna enfermedad se ha erradicado gracias a las vacunas?
- ¿Os parece que hay colectivos laborales de riesgo susceptibles de ser sometidos a vacunación preventiva?, ¿qué profesiones creéis que tienen estas personas?
- ¿Sabéis si vuestros abuelos se vacunan contra la gripe cada año? Si es así,
- ¿sabéis por qué lo hacen?
- ¿Recordáis cuándo fue la última vez que os vacunasteis?, ¿sabéis si fue contra una enfermedad concreta?
- ¿Hasta qué punto creéis que la globalización ha ayudado a extender enfermedades en el mundo?
- ¿Qué os parece que algunos padres sean reticentes a ponerles vacunas a sus hijos?
- ¿Creéis que una mejor nutrición, un número mayor de antibióticos disponibles en el mercado, una mejor medicina en general y una bajada de la natalidad pueden haber contribuido a que algunos padres estén en contra de la vacunación?

Objetivos de conocimientos

- Comprender que las vacunas protegen de enfermedades como la difteria, el tétanos, la tos ferina, la poliomielitis, la meningitis, el sarampión, etc.
- Debatir en clase un tema de interés general.

Objetivos de procedimientos

- Experimentar en uno mismo que al vacunar-

nos quedamos protegidos frente a las enfermedades y, a la vez, no las transmitimos y, por tanto, protegemos a otras personas.

- Observar el hecho de que un viajero infectado y no vacunado podría, sin querer, llevar la enfermedad a otros puntos del mundo, extendiéndola en muy poco tiempo.

Objetivos de actitudes

- Aceptar el hecho de que siempre es peor una enfermedad que los efectos derivados de las vacunas.
- Valorar que sea recomendable poner vacunas a los niños a determinadas edades.

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para el consumidor / Educación ambiental / Educación para la salud.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Lengua Extranjera / Valores Sociales y Cívicos.

EVALUACIÓN

Los profesores tendrán en cuenta la atención que los chicos y las chicas prestan a la lectura del Caso Práctico y observarán si las preguntas realizadas promueven a la reflexión, a la concentración y al diálogo. Evaluarán si las reflexiones realizadas conducen a nuevas ideas, nuevas res-

puestas y nuevas preguntas y si se producen discusiones productivas.

También se valorará el respeto a las intervenciones de los demás, la atención con la que los estudiantes escuchan opiniones diferentes a las suyas, el dominio de los estudiantes sobre determinados conceptos o materias concretas, el lenguaje no verbal (expresión, gestos), el esfuerzo de los alumnos que suelen ser más callados o tímidos en sus intervenciones, etc.

ACTIVIDAD 2

Se dará a cada alumno una mascarilla higiénica o quirúrgica como las que han utilizado al salir a la calle en el período de confinamiento y posteriormente para protegerse de la COVID-19. El profesorado les dirá que se la pongan y, a continuación, les informará de que llevan puesta una "mascarilla solidaria" porque, al limitar la salida de gotas respiratorias de una persona que puede estar infectada, producidas al hablar, estornudar o toser, previene la transmisión del virus a otras personas que están cerca, así como la propagación de una infección, por lo que las está protegiendo.

A continuación, el profesorado comentará el tema de la solidaridad en general con los estudiantes e iniciará un debate en el que se tratará este tema. Los profesores animarán a los chicos a que expliquen algún ejemplo que hayan vivi-

Ejercicios prácticos

do personalmente durante el período de confinamiento debido al coronavirus o que les hayan explicado que demuestre que la ayuda mutua y la solidaridad son fundamentales siempre pero, especialmente, en tiempos difíciles.

Objetivos de conocimientos

- Reconocer que, a pesar de las dificultades, muchas personas se implican en ayudar a otras.
- Comprender que la solidaridad es un valor fundamental y la mejor herramienta contra la adversidad.

Objetivos de procedimientos

- Debatir en clase un tema que nos afecta a todos e incentivar la cooperación y el trabajo en equipo.
- Experimentar en uno mismo que el valor de la solidaridad nos enseña y nos ayuda a afrontar el futuro con optimismo e ilusión.

Objetivos de actitudes

- Ser consciente de que todos podemos ayudar para superar tiempos de crisis.
- Compartir experiencias personales con el resto de compañeros, con el fin de promover el desarrollo humano y social.

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para la salud.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Matemáticas / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Lengua Extranjera / Educación Física / Religión / Valores Sociales y Cívicos / Educación Artística.

EVALUACIÓN

El profesorado valorará las explicaciones personales de los alumnos que voluntariamente han transmitido a los demás, también tendrá en cuenta su implicación en el tema, la manera de contarlo y si sus aportaciones incentivan la reflexión sobre las necesidades propias y las de los demás.

Se evaluará también si el resto de compañeros escucha con atención, si hacen aportaciones a las historias contadas, si se respetan las opiniones de todos y los turnos de cada uno.

TERCER CICLO

ACTIVIDAD 1

El profesorado dividirá la clase en tres grupos. Uno de ellos anotará en un papel las prendas de protección personal que utilizan en el hogar los miembros de sus familias (delantal de cocina, guantes para la jardinería, guantes para limpiar, guantes para tareas de mantenimiento, protectores auditivos para dormir, etc.). El segundo grupo anotará

las protecciones que suelen llevar los deportistas (cascos, rodilleras, coderas, gafas, protectores bucales, muñequeras, calzado, espinilleras, etc.) y, por último, el tercer grupo anotará las prendas de protección utilizadas por diferentes colectivos para evitar ser contagiados por enfermedades infecciosas (mascarillas, guantes, viseras, ropa de protección, gafas protectoras, etc.).

Un representante de cada grupo enumerará en voz alta las prendas de protección seleccionadas para los tres ámbitos citados y, a continuación, entre todo el grupo-clase, se hará una puesta en común sobre la finalidad del uso de las prendas de protección individual, en general, y sobre los riesgos que se quieren evitar con la utilización de cada una de ellas, en particular.

Si este ejercicio se realiza en la asignatura de Educación Artística, el profesorado puede indicar a cada uno de los tres grupos que dibujen en un cartel tres prendas de protección personal que pertenezcan a los tres ámbitos diferentes, posteriormente se pueden exponer en un lugar visible del aula.

Objetivos de conocimientos

- Conocer la utilidad de determinadas prendas de protección personal.
- Distinguir las prendas de protección personal para protegerse en tres ámbitos distintos: en el hogar, al practicar deporte y frente a enfermedades infecciosas.

Ejercicios prácticos

Objetivos de procedimientos

- Comentar en clase un tema común que afecta a la sociedad en general y que permite reflexionar sobre lo que se discute en grupo.
- Observar qué tipos de protección personal son los más utilizados en tres entornos diferentes.

Objetivos de actitudes

- Ser consciente de la importancia del uso de los Equipos de Protección Individual en determinadas profesiones para evitar riesgos.
- Compartir información con un amplio número de alumnos en un período corto de tiempo.

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para la salud / Educación del consumidor.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Matemáticas / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Lengua Extranjera / Educación Física / Religión / Valores Sociales y Cívicos / Educación Artística.

EVALUACIÓN

Se evaluará el interés de los alumnos en la realización de la práctica y en hacerse entender a lo largo de sus intervenciones, la participación activa de cada uno de ellos, el respeto a las intervenciones

e ideas de los demás y el tiempo de espera para tener el uso de la palabra.

Se tendrá en cuenta también los comportamientos de los alumnos en grupo, si cada uno de los tres grupos es un grupo cohesionado, comunicativo, abierto, eficaz y participativo y si los participantes adaptan el tiempo de sus intervenciones a su propio ritmo.

ACTIVIDAD 2

El profesorado comenzará preguntando a los alumnos qué saben sobre el coronavirus y sobre la pandemia de COVID-19. A continuación, les dirá cuándo se descubrió el virus, dónde, qué síntomas tiene la enfermedad que produce, la importancia de protegerse contra el virus y con qué medidas, y que se trata de un virus peligroso porque se contagia con facilidad.

Los profesores responderán todas las preguntas que les hagan los alumnos sobre el tema, las posibles dudas, los temores relacionados con el virus y las informaciones erróneas que han escuchado, de forma sencilla, transmitiendo calma y dando seguridad y confianza. Los docentes continuarán informando de que la mayoría de los casos se recuperan, que las personas mayores son las que más deben cuidarse del virus pero que saben protegerse y cuidarse, que hay muchos profesionales sanitarios para curar a las personas enfermas

y que muy pocos niños enferman y, por tanto, es poco probable que ellos se infecten.

A continuación, formará tres grupos de diez alumnos cada uno para que en unos quince días realicen un cartel informativo sencillo sobre las características principales del coronavirus, sus síntomas, las principales medidas preventivas para protegerse y en qué países ha hecho más daño la enfermedad. Cada trimestre se expondrá uno de los tres carteles en un lugar visible del aula.

Objetivos de conocimientos

- Explicar un tema de actualidad, utilizando un lenguaje adaptado a las edades de los alumnos y a sus conocimientos.
- Expresar en grupo la incertidumbre que pueden provocar ciertas situaciones nuevas para reducir la ansiedad.

Objetivos de procedimientos

- Diseñar un cartel sobre un tema de actualidad, de interés para todos los alumnos.
- Crear un espacio de encuentro seguro y tranquilo para la comunicación sobre la epidemia del coronavirus.

Objetivos de actitudes

- Valorar el trabajo realizado por los profesionales sanitarios.
- Compartir la información de los tres carteles con el resto de la clase.

Ejercicios prácticos

Ejes transversales

Educación moral y cívica / Educación para la paz / Educación para la salud / Educación del consumidor.

Áreas

Lengua Castellana y Literatura / Matemáticas / Ciencias de la Naturaleza / Ciencias Sociales / Len-

gua Extranjera / Educación Física / Religión / Valores Sociales y Cívicos / Educación Artística.

EVALUACIÓN

Los docentes valorarán la manera de expresarse, de escuchar y de preguntar que tienen los alumnos para intentar manejar sus sentimientos y emociones.

También tendrán en cuenta la información de la que disponen los alumnos sobre el tema, la flexibilidad, la solidaridad, el interés y la tolerancia en sus intervenciones, el espíritu de superación, la escucha atenta y crítica, y el interés por escuchar y aprender de los demás.

Una enfermedad infecciosa

Esta sección responde al objetivo de proporcionar al profesorado una serie de actividades útiles para incorporar el concepto de seguridad y salud laboral en el marco escolar a través del método de la transversalidad. En cada número de este periódico se trata un tema concreto relacionado con la seguridad y la salud laboral; en esta ocasión, las enfermedades infecciosas. Este apartado incluye: una narración de una historia corta en la que se describen situaciones relacionadas con la prevención de riesgos laborales en las escuelas; una representación gráfica de la historia y un apartado de "Actividades de ayuda para el profesorado", en el que se incluyen algunas propuestas de actividades relacionadas con la historia anterior. El tema de estas actividades es, principalmente, el de la educación para la salud en la escuela, aunque también se interrelacionan otros valores básicos para la convivencia como son la educación moral y cívica, la educación para la paz, la educación para la igualdad de oportunidades entre los sexos, la educación ambiental, la educación sexual, la educación del consumidor y la educación vial. En cada actividad figura el objetivo que se pretende conseguir, unas propuestas orientativas que pueden adaptarse a las necesidades de cada profesor, los ejes transversales con los que se relaciona, así como las asignaturas que se consideran más adecuadas para su aplicación.

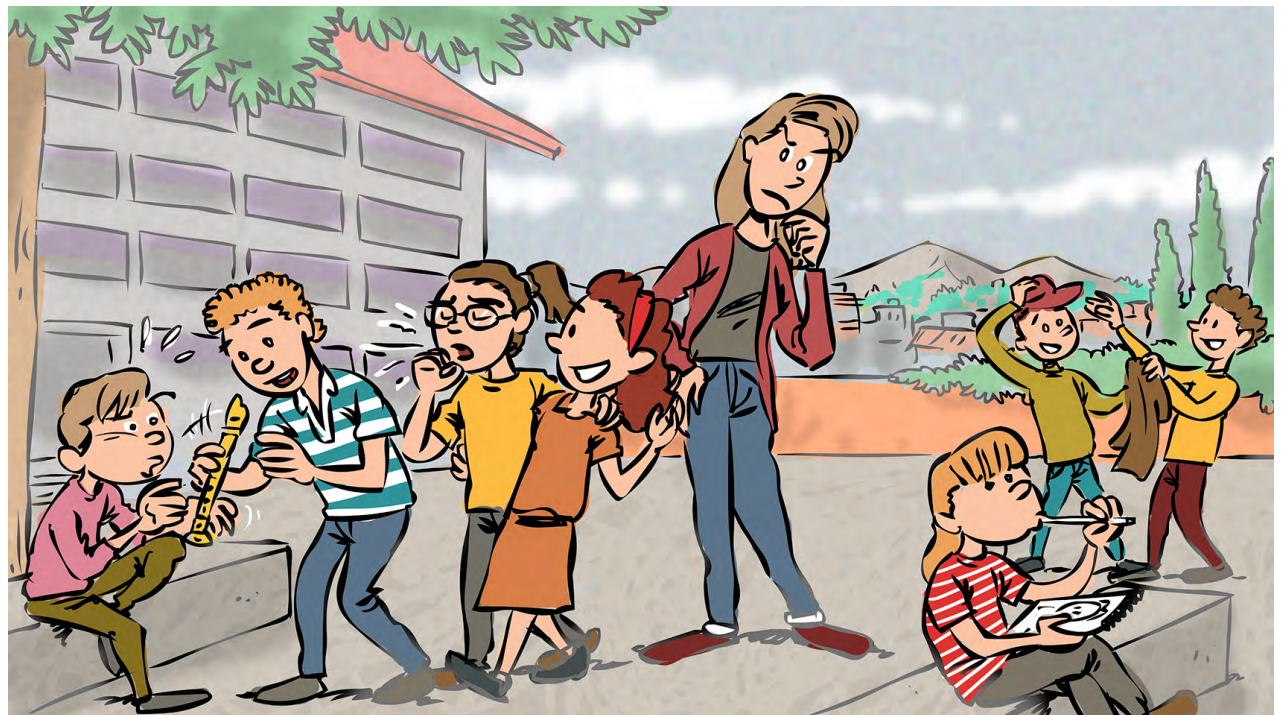
Estamos a finales de noviembre en el aula de 6º curso de Primaria del colegio Miraflores. Mari-bel, la tutora y profesora de Ciencias de la Naturaleza, está preocupada. Viene de la sala de profesores, de consultar la hoja de guardias, y se acaba de enterar de que esta tarde tiene que sustituir a una profesora que está enferma. Otra más, piensa.

Desde hace dos semanas ha tenido que contactar en varias ocasiones con las familias de algunos de sus alumnos para que vinieran a la escuela a recogerlos porque se encontraban mal; la

mayoría no paraba de toser y se quejaba de malestar general. Esta mañana han vuelto a faltar tres alumnos más.

Pregunta al resto de la clase y, tras varios comentarios, risas y lecturas en voz alta de mensajes de whatsapps, parece ser que se trata de la gripe.

Cada año, la escuela Miraflores suele organizar un Programa de Salud Escolar, en el que se realizan una serie de actividades relacionadas con la promoción de la salud. El programa tiene la finalidad de fijar hábitos de vida saludables y establecer modelos de



Caso práctico transversal

conducta en la población infantil; se desarrollan de manera transversal en todas las materias escolares y tratan temas como la salud e higiene bucodental, las vacunas, la ergonomía postural, la prevención de accidentes en el entorno escolar, etc.

Este año, Maribel propondrá a los docentes, a los padres, a todo su alumnado y a los profesionales sanitarios que suelen participar en algunas de sus actividades, que el Programa de Salud Escolar trate el tema de las enfermedades infecciosas en la escuela.

La profesora está cansada de ver cómo los alumnos comparten bocadillos, bebidas y cubiertos sin ningún reparo en el comedor; otros comparten golosinas, pipas o patatas fritas de una misma bolsa; algunas alumnas aprovechan la hora del patio para peinar sus melenas con cepillos de otras compañeras. Muchos comparten gorras y otras prendas de

ropa. Está cansada de repetir a sus alumnos que se laven frecuentemente las manos, sobre todo antes de comer y después de ir al lavabo, pero ha comprobado que se olvidan muchas veces de hacerlo.

En las actividades extraescolares, Maribel ha visto a sus alumnos compartir flautas en las clases de música, y cintas y gomas para el pelo en las clases de ballet. En general, todos tosen y estornudan cerca de otros compañeros sin tomar ninguna precaución; se suelen llevar a la boca lápices y bolígrafos y, capítulo aparte, merece el grupo de alumnos que utilizan poco el jabón.

¡Decidido! -piensa Maribel-, voy a proponer que el Programa de Salud Escolar de este año trate el tema de las enfermedades infecciosas y, a poder ser, que se haga a finales del invierno, para garantizar que pueda asistir el mayor número posible de alumnos y profesores.



1 **1.- Objetivo:** Conocer las características principales de una enfermedad respiratoria infecciosa como la gripe, sus síntomas, formas de transmisión, medidas de prevención, etc.

Propuesta: Los alumnos consultarán el [enlace](#) del Portal de Salud, de la Junta de Castilla y León, apartado «Preguntas y respuestas sobre la gripe». A continuación, en voz alta, compañeros voluntarios que hayan pasado la enfermedad, comentarán su experiencia con los demás, explicarán los síntomas que han tenido, la duración de la enfermedad, las medidas preventivas que tomaron, etc.

Para acabar la actividad, los alumnos imprimirán la imagen con ilustraciones que figura al final de la anterior página web, en la que se ofrece una serie de recomendaciones para evitar contagiar la gripe o ser contagiado por la enfermedad, así como una serie de recomendaciones para llevar a cabo en el caso de haber adquirido la enfermedad. La imagen se expondrá en un lugar visible del aula. Si los alumnos lo prefieren, pueden elaborar su propio cartel, partiendo de la misma información que se ofrece, pero cambiando las ilustraciones, el formato, el tamaño, los colores, etc. Si la actividad se realiza en la asignatura de Lengua Extranjera, los alumnos pueden traducir la información del cartel a la lengua que están estudiando.

(Educación moral y cívica, Educación para la salud).

Lengua Castellana y Literatura, Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Lengua Extranjera, Religión, Valores Sociales y Cívicos, Educación Artística.

2 **2.- Objetivo:** Valorar la eficacia de las campañas sobre salud que se realizan en la escuela, así como la de los Programas de Salud Escolar.

Propuesta: El profesorado realizará una breve introducción sobre los objetivos de las Campañas de Salud y de los Programas de Salud Es-

2 colar que se suelen llevar a cabo en las escuelas en general y en la escuela Miraflores, en particular.

A continuación, se iniciará un debate en el que el alumnado indicará si cree que estas actividades son efectivas, si consideran que promueven actitudes saludables, si les parece que las campañas influyen en el entorno familiar o si fomentan la implicación de los miembros de la familia en el tema, si creen que a largo plazo los beneficios de estas campañas son útiles para el conjunto de la sociedad, si creen que estas actividades mejoran el bienestar social, etc.

Por último, los profesores preguntarán a los alumnos qué temas relacionados con la salud les gustaría que se trataran en los próximos cursos en la escuela.

(Educación moral y cívica, Educación para la paz, Educación para la salud y Educación ambiental).

Lengua Castellana y Literatura, Matemáticas, Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Lengua Extranjera, Religión, Valores Sociales y Cívicos.

3 **3.- Objetivo:** Conocer las principales enfermedades contagiosas que se pueden contraer en los centros escolares.

Propuesta: El profesorado enumerará las principales enfermedades que se pueden contraer en la escuela y que se pueden contagiar con facilidad, como el catarro, la conjuntivitis, la gastroenteritis, la varicela, la gripe, la rubéola, la meningitis, el sarampión, las paperas y la otitis. Dará unas breves explicaciones sobre cada una de ellas y también tratará el tema de los piojos y su facilidad de contagio.

Por último, y tras la lectura del apartado «Seguridad en la escuela», de esta misma publicación, preguntará al alumnado cuáles creen

3

que son las vías de contagio de cada una de las anteriores enfermedades citadas.

(Educación moral y cívica, Educación para la paz, Educación para la salud y Educación ambiental).

Lengua Castellana y Literatura, Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Lengua Extranjera, Religión, Valores Sociales y Cívicos.

4

4.- Objetivo: Aprender el significado de las palabras «epidemia» y «pandemia» y conocer algunas de las que se han producido a lo largo de la historia.

Propuesta: El profesorado indicará a los alumnos que consulten el significado de las palabras «epidemia» y «pandemia» en el diccionario de la Real Academia Española. A continuación, entre todo el grupo-clase, establecerán sus diferencias.

Por último, y ateniéndose a la edad del alumnado, los profesores les indicarán que durante un período de unos quince días busquen información en la prensa, internet, revistas especializadas, libros, etc. sobre algunas de las epidemias o pandemias que hemos sufrido a lo largo de la historia, como la peste negra, la viruela, el sarampión,

4

la «gripe española», el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, el coronavirus, etc.

Los alumnos más pequeños enumerarán algunas de estas epidemias o pandemias, explicando las causas de su origen, si las conocen, los síntomas y las consecuencias que creen que han tenido en la población en general.

Los mayores pueden hacer un estudio más extenso, analizando los cambios que se han producido en los lugares y en las personas afectadas por las epidemias y las pandemias, cuántas de ellas creen que se han erradicado con las vacunas, qué papel creen que ha tenido la globalización en la propagación de enfermedades, si creen que se pueden producir más epidemias y por qué y qué medidas creen que deberían adoptar los gobiernos para evitarlas o mitigarlas.

En la asignatura de Matemáticas, se pueden hacer estadísticas y cálculos de las poblaciones afectadas por pandemias en el mundo a lo largo de la historia.

(Educación moral y cívica, Educación para la paz, Educación para la salud y Educación ambiental).

Lengua Castellana y Literatura, Matemáticas, Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Lengua Extranjera, Religión, Valores Sociales y Cívicos.

La voz. Herramienta de trabajo de los docentes.

La voz es el componente nuclear de la comunicación humana. Cualquier alteración o patología comunicativa/vocal provocará situaciones negativas en el ámbito laboral, dado que para un gran colectivo de personas, entre los que se encuentra el personal docente, la voz constituye el instrumento fundamental de su trabajo. Los docentes en el ejercicio de su profesión han de hablar durante periodos de tiempo prolongados en contextos no siempre óptimos para la emisión vocal.

Factores como hablar a una intensidad elevada, superando el ruido ambiental y adoptando posturas que no siempre son las idóneas para favorecer una emisión de voz correcta, desencadenan una tensión emocional y muscular que provocan la aparición de sensaciones subjetivas tales como:

- Impresión de falta de eficacia en el habla, por ello se vuelve indispensable esforzarse al hablar.
- Fatiga durante la fonación.
- Molestias en la zona faringo-laríngea: picores, sensación de «nudo» en la garganta, dolores, tos. Especialmente la traqueitis puede provocar irritación de la mucosa laríngea.

Esther López
Coordinadora de Logopedia en
Corporación Fisiogestión



- Opresión respiratoria, a veces incluso hiper-ventilación, que puede provocar mareos.
- Ausencia de percepción del sobreesfuerzo laríngeo que se está realizando.
- Alteraciones laríngeas y peri laríngeas como irritación de la mucosa vocal y fenómenos congestivos.

Estos factores desencadenarán alteraciones en las cualidades acústicas de la voz que fácilmente pueden acabar en una disfonía.

La «disfonía» es una alteración de la voz, momentánea o persistente, que afecta a las cualidades acústicas, a la intensidad, al tono, al timbre y a la duración. La afonía es la pérdida de la voz.

La falta de un entrenamiento adecuado puede provocar dificultades y lesiones persistentes, con una sintomatología que puede afectar al rendimiento laboral de los docentes, por ello es imprescindible la consulta a un logopeda, ya que el tratamiento precoz o preventivo evita la aparición de una lesión orgánica.

Evidencia científica y prevalencia de la disfonía

Desde el año 1966, la Organización Mundial de la Salud ha estado haciendo recomendacio-

nes en relación con la salud laboral de los docentes. En nuestro país, también se han realizado diferentes estudios, la mayoría han sido en el ámbito de la enseñanza pública, que han sido trasladados al ámbito legislativo. Así, la [Recomendación de la Comisión Europea 2003/670/CE](#), de 19 de septiembre de 2003, sobre enfermedades profesionales, recoge en el anexo II, como enfermedades de posible origen laboral, los nódulos de cuerdas vocales del profesorado. Se estima que un 8,5% de la población europea sufre algún trastorno de la comunicación y, en España, por cada 10.000 habitantes, 20 tendrían una patología foniatría. La prevalencia de estos trastornos entre los profesores se sitúa entre un 17,5% y un 57%, según diferentes estudios, dependiendo de las variaciones en el tiempo de exposición y de las características de cada individuo, siendo una de las causas más frecuentes de baja laboral.

Clasificación de la Disfonía

Podemos distinguir dos tipos de disfonía:

- Disfonía funcional hipercinética o hipocinética.
- Disfonía orgánica por lesión adquirida o congénita.

La *Disfonía funcional hipercinética* es la alteración de los parámetros de la voz, provocada fundamentalmente por el sobreesfuerzo y por el uso inadecuado de la voz.

La *Disfonía orgánica* es la alteración de la voz

producida por una lesión en los órganos de la fonación. Las lesiones más frecuentes son los nódulos vocales, los pólipos, el edema de Reinke y el quiste intracordal.

- **Nódulos:** Patología de origen funcional que acaba derivando en una lesión benigna en las cuerdas vocales. Es uno de los trastornos más comunes en las personas que abusan de la voz. Se puede presentar a cualquier edad, siendo más frecuente entre los niños varones y las mujeres adultas, así como en determinadas profesiones: actores, cantantes, profesores, etc. Se forman en los dos tercios anteriores de las cuerdas vocales y siempre son bilaterales. La causa es el traumatismo vocal por sobreesfuerzo vocal. El síntoma más común es la disfonía, la ronquera con voz áspera, la tendencia a tono grave y la fatiga vocal.
- **Pólipos unilaterales:** Patología más frecuente en hombres. La etiología no es del todo conocida, pero se observa en personas que hacen un mal uso de la voz o también pueden ser de origen inflamatorio, alérgico o traumático. Existe una incidencia de un 80% de pólipos en personas fumadoras. Los pacientes presentan disminución de la extensión tonal (tono bajo) y ronquera crónica. La voz puede presentar insonorizaciones y diplofonía.
- **Edema de Reinke:** Es una patología asociada a personas fumadoras. La lesión es bilateral y es más usual en hombres mayores de

40 años. El paciente refiere disfonía crónica, voz con tono grave, tanto en hombres como en mujeres.

- **Quiste intracordal:** Son pequeños sacos llenos de líquido que se encuentran en la laringe, principalmente en el espacio de Reinke. Generalmente son unilaterales, pero casi siempre se observa un edema asociado a la cuerda vocal opuesta. Los pacientes presentan ronquera y, a medida que crecen, se aprecia diplofonía y disminución de la capacidad vocal.

Orientaciones para evitar una disfonía

Es importante mantener unos hábitos de higiene vocal para evitar una disfonía y actuar como base de una buena conducta vocal.

Estos hábitos son los siguientes:

- Mantener limpias y descongestionadas las fosas nasales.
- Beber agua frecuentemente.
- Mantener una alimentación equilibrada, rica en verduras y fruta.
- Evitar comidas que provoquen saliva espesa.
- Ingerir bebidas a una temperatura neutra, ni muy calientes, ni muy frías.
- Evitar bebidas alcohólicas (congestionan la mucosa).
- Evitar el tabaco (irrita y congestiona la mucosa).
- Evitar hablar en ambientes cargados de humo.
- Evitar ambientes con polvo, tiza y productos tóxicos.

Opinión

- Evitar gritar.
- Evitar hablar durante periodos de tiempo prolongados, si se acusa cansancio físico.
- Descansar. Se aconseja dormir un mínimo de 7 horas.
- No hablar con voz susurrada (requiere un gran esfuerzo muscular provocando una sobrecarga de la zona faringear laríngea).

- Limitar, en la medida de lo posible, grandes exposiciones orales cuando se está resfriado.
- Evitar carraspear o toser con mucho esfuerzo.
- Mantener un silencio total o parcial después de un esfuerzo vocal.

Los docentes que deseen ampliar información sobre el tema pueden consultar los artícu-

los: «La figura del logopeda», «Alteraciones de la voz», «Respiración y logopedia», «Electroestimulación en logopedia», etc. en el siguiente enlace <https://www.activasalut.com/category/lenguaje-y-habla/>.

ENFERMEDADES INFECCIOSAS

Las enfermedades infecciosas son causadas por microorganismos patógenos como las bacterias, los virus, los parásitos o los hongos. Estas enfermedades pueden transmitirse, directa o indirectamente, de una persona a otra.

En este [enlace](#), la Organización Mundial de la Salud enumera las enfermedades infecciosas, aportando detallada información acerca de cada una de ellas (generalidades, signos y síntomas, epidemiología, diagnóstico, tratamiento, prevención, etc.).

Algunas de estas enfermedades son las siguientes: gripe, hepatitis A, hepatitis E, tuberculosis, poliomielitis, cólera, peste, lepra, etc.



LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE LAS MANOS

Lavarse las manos es la mejor manera de evitar la propagación de gérmenes. Se trata de un hábito sencillo, rápido (de 40 a 60 segundos), económico y eficaz. Realizar el lavado regularmente puede salvar vidas y prevenir resfriados, gripes y otras infecciones y enfermedades.

Destinado al público infantil, el Ministerio de Sanidad ha publicado un vídeo de 1,17 minutos de duración («[Así me lavo bien las manos](#)»), un cartel («[Así me lavo bien las manos](#)») y una Infografía («[Lávate las manos](#)»).



CUENTO INFANTIL SOBRE EL CORONAVIRUS

El Grupo de Referencia sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial en Emergencias Humanitarias y Catástrofes del Comité Permanente entre Organismos (IASC) ha editado un [cuento](#) para ayudar a los niños y a las niñas a comprender la pandemia de COVID-19 y aprender a desenvolverse en esta situación.

El cuento se titula «[Mi heroína eres tú, ¿Cómo pueden los niños luchar contra la COVID-19?](#)»; está destinado al público infantil de entre 6 y 11 años y explica cómo pueden protegerse a sí mismos, a sus familias y a sus amigos del coronavirus,

y gestionar emociones difíciles cuando se enfrentan a esta nueva realidad.



PROGRAMA EUROPEO SOBRE MICROBIOS

El programa [e-Bug](#), elaborado por City. Universidad de Londres y European Public Health Alliance (EPHA), organización internacional sin ánimos de lucro, es un recurso educativo gratuito para practicar en el aula, con actividades y programaciones sobre los microorganismos, así como con información

beneficiosos”, “Microbios perjudiciales”, “Higiene de las manos”, “Higiene respiratoria”, “Prevención de infecciones”, etc.).

En el [apartado correspondiente a la edad de 9 a 11 años](#) se pueden aprender curiosidades sobre algunos científicos y sus descubrimientos, investi-



sobre propagación, prevención y tratamiento de infecciones. Es una manera de jugar y aprender cosas sobre los microbios y el programa está dirigido a profesores y estudiantes. La información que ofrece está dividida en dos apartados, según la edad del alumnado: de 9 a 11 años y de 12 a 15 años.

En este [enlace](#) se puede encontrar numerosa información destinada al alumnado de Educación Primaria (“Introducción a los microbios”, “Microbios

gar los microbios con experimentos en casa, jugar a hacer preguntas y a responder, consultar el apartado “dato de la semana” y el de “foto de la semana” y descargar 114 imágenes sobre el tema.

Algunos títulos del apartado “[Juegos](#)” son: “Los antibióticos”, “Enjabonados”, “Microbiomanía”, “Super estornudos”, “¡Doctor, doctor!”, etc. En este mismo apartado se puede consultar una “Guía para lavarse las manos”.

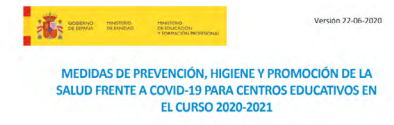
GUÍA PARA LA PREVENCIÓN DE LA COVID-19 EN LAS ESCUELAS

En este [enlace](#) se puede consultar la «Guía provisional para la prevención y control de la COVID-19 en las escuelas». El documento, de 12 páginas, lo han elaborado la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR).

Se trata de una serie de directrices dirigidas a tres colectivos en concreto: administradores, maestros y personal de las escuelas; progenitores, cuidadores y miembros de la comunidad; y estudiantes y niños.

Entre los consejos para todo el colectivo de la Enseñanza Primaria figuran: la incorporación del concepto de distanciamiento social; la adopción de comportamientos saludables, como cubrirse la tos y los estornudos con el codo, y el lavado de las manos.

También incluye una serie de ejercicios con propuestas para practicar en clase, con el fin de ayudar al alumnado a comprender los conceptos básicos de la prevención y el control de las enfermedades.



El Ministerio de Sanidad también ha editado la «[Guía para escuelas y centros educativos frente a casos de COVID-19](#)», de 5 páginas.

El mismo Ministerio, junto con el de Educación y Formación Profesional, ha editado un documento de 26 páginas titulado: [Medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a COVID-19 para centros educativos en el curso 2020-2021](#). (22-06-2020).

RECOMENDACIONES DEL MINISTERIO DE SANIDAD PARA LA RECUPERACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN INFANTIL Y JUVENIL

El Ministerio de Sanidad publicó el 16 de junio un [documento](#) de 11 páginas que recoge las recomendaciones de prevención e higiene frente al SARS-CoV2, señaladas en la Orden SND/458/2020, de 30 de mayo, cuyo seguimiento se considera necesario para el control de la COVID-19 en las actividades de tiempo libre dirigidas a la población infantil y juvenil en la Fase 3 de desescalada.

Incluye aspectos normativos generales, recomendaciones de promoción de la salud, prevención e higiene frente al SARS-CoV2 y un listado de materiales de interés disponibles en la página web del Ministerio de Sanidad.

Sobre el mismo tema, la Presidencia del Gobierno ha publicado la guía de 37 páginas «[Los retos de la infancia en un verano excepcional. Guía práctica para el desarrollo de programas inclusivos de ocio educativo en el verano de 2020](#)».



NAPO, UN PERSONAJE DE ANIMACIÓN EN «DETENER LA PANDEMIA»

Napo es un personaje de dibujos animados que representa a un empleado de cualquier sector o actividad y que protagoniza, junto a otros personajes, distintas historias en las que detecta peligros o riesgos en su puesto de trabajo y ofrece soluciones prácticas.

En este caso, y con un vídeo de 43 segundos de duración titulado [«Detener la pandemia»](#), el protagonista nos ayuda a detener la pandemia del coronavirus mediante el lavado de manos.

Napo es un trabajador que, sin pronunciar palabras (se expresa únicamente con los movimientos de su cuerpo, la expresión del rostro y algún que otro sonido), introduce al espectador en el tema de la salud y la seguridad en el trabajo. La Agencia

Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo reproduce y facilita copias de las películas de Napo a los centros de referencia nacionales de todos los Estados miembros de la Unión Europea, aunque la autoría de las películas es de Vía Storia, productora de Estrasburgo (Francia) y del Consorcio Napo.



Informaciones útiles

LA ESCUELA DE PRIMARIA DE... UN CANTAUTOR



Joan Manel Serrat, con el uniforme de rayas azules y blancas, a los cinco años de edad en el colegio de los Padres Escolapios de San Antón en Barcelona.
[Enlace de la fotografía](#)

Joan Manuel Serrat nació el 27 de diciembre de 1943 en el barrio barcelonés de Pueblo Seco. Su padre, José Serrat, fue electricista y su madre, Ángeles Teresa, costurera.

A los tres años Serrat empezó a ir al colegio de los Padres Escolapios de San Antón, en la Ronda de San Pablo. La maestra, que vivía al lado de su casa, le llevó al colegio el primer día de clase; era la señorita Conchita, musa del tema «Cançó per a

la meva mestra» («Canción para mi maestra»). El cantante dice de ella que es: «Uno de los pocos buenos recuerdos que guardo de mi etapa escolar. De ella aprendí mucho». El cantante estuvo allí hasta los diez años.

El «Noi del Poble Sec» tiene de esa época unos recuerdos extraños y muy poco claros y no demasiado felices. De las paredes del colegio colgaban cuadros que mostraban a un Moisés barbudo o el nacimiento del Niño Jesús. Los profesores solían gritarles: «¡Hablen!» o «¡Cállense!» y todo funcionaba a golpe de reglas o de faltas. Solían organizarse en el colegio concursos de catecismo para comprobar quién lo recitaba mejor de carretilla y, al ser un estudiante becado, tuvo que asistir diariamente durante siete años a una misa diaria, lo que provocó en él una actitud opuesta a la que pretendían en la escuela. Durante esta época, Serrat afirma que no solía suspender las asignaturas pero las aprobaba por los pelos. Recuerda también el olor a humedad del colegio, el olor a zotal, a gas, a naftalina y a estiércol porque en su calle, Poeta Cabanyes, había dos vaquerías.

Al salir del colegio jugaba al fútbol pero, como su calle hace bajada, siempre ganaban los que jugaban cuesta abajo, también jugaba a los bolos, a las chapas o a las peonzas.

De pequeño, su abuela Antonia, la madre de su padre, le compraba unos cancioneros que valían una peseta, él también compraba en esa época escolar libretos de zarzuela, que vendían en los teatros.

REDUCIR EL TIEMPO EN ACTITUD SEDENTARIA DURANTE LA JORNADA ESCOLAR

[DAME 10](#) (Descansos Activos Mediante Ejercicio) es un material didáctico que propone una serie de actividades físicas de entre cinco y diez minutos de duración, diseñadas para desarrollar en el aula por el profesor. Para la realización de estas actividades apenas se necesita material específico y resultan sencillas y divertidas para el alumnado. Su objetivo es el de reducir el tiempo en posición sedentaria durante la jornada escolar. Las actividades abarcan desde el segundo ciclo de Educación Infantil hasta el último curso de Educación Primaria.

En este [enlace](#) se pueden consultar dos vídeos explicativos sobre este material y en este otro [enlace](#) se pueden descargar las actividades por etapas educativas.

Este material fue elaborado en 2014 por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y por el Ministerio de Educación, Cultura y Deportes.

ACTIVIDAD 2: Suma saltos / MINI-RETO

Disposición: De pie junto a la mesa.
Material: Ninguno o una pizarra.
Instrucciones: El profesor dice una operación matemática y los alumnos tienen que dar tantos saltos con los pies juntos como sea el resultado. Por ejemplo, se dice $8 + 4$ y dan 12 saltos.

VARIANTES Y ADAPTACIONES
Si no se pueden realizar saltos, se pueden dar palmadas abriendo y cerrando los brazos de forma amplia u otro movimiento que proponga el profesor.

SALUD EN LA ESCUELA

El Ministerio de Sanidad cuenta en su página web con un apartado titulado «Salud en la escuela», en el que ofrece información para promover y educar en salud al público infantil y juvenil, con el fin de que los hábitos adquiridos en estas etapas persistan y ayuden a obtener un pleno desarrollo académico y personal.

Destacamos dos de estos documentos:

«Ganar salud en la escuela. Guía para conseguirlo», 182 páginas.

El texto incluye un apartado titulado «Seguridad y prevención de riesgos, lesiones no intencionadas y accidentes» (páginas 151-157), con observaciones sobre el tema dirigidas a Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secun-



daria. Otros apartados de interés del documento son: «Actividad física y alimentación saludable», «Bienestar y salud emocional» y «Educación afectivo-sexual».

«El tren de la salud», de 40 páginas, sobre alimentación y actividad física saludable. Cuenta con apartados como: «Promoción de la bicicleta en los centros educativos», «El sedentarismo...un paso hacia la obesidad infantil» o «Un mundo saludable».

CAMPAÑA «CRECE EN SEGURIDAD»

La campaña de dibujo escolar «Crece en seguridad», organizada anualmente por el Instituto de Seguridad y Salud Laboral (ISSL) de la Región de Murcia, en colaboración con la Concejalía de Educación y Deportes, se creó en 2005, con el objetivo de concienciar a todos los alumnos de 5º de Primaria de la Región de Murcia sobre la importancia de la seguridad en todos los ámbitos del día a día, haciendo especial hincapié en la seguridad laboral. A lo largo de estos 14 años se han formado a más de 100.000 alumnos de todos los municipios.

En la edición del año 2019 participaron 2.458 alumnos de 65 centros educativos públicos y concertados, pertenecientes a 21 municipios de la Región de Murcia.

Todos los alumnos recibieron a lo largo del año la visita de técnicos del ISSL, quienes les transmitieron conceptos fundamentales en materia de

prevención de riesgos laborales de forma lúdica y adecuada a su nivel de conocimientos.

Como premios se entregaron tabletas informáticas junto a los diplomas correspondientes.

La campaña de 2020 se presentó e inició en febrero, en el colegio Vicente Aleixandre de la localidad de Fortuna.



Los diez alumnos premiados en la XV edición de la Campaña. 2019.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA PROFESORADO DE EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

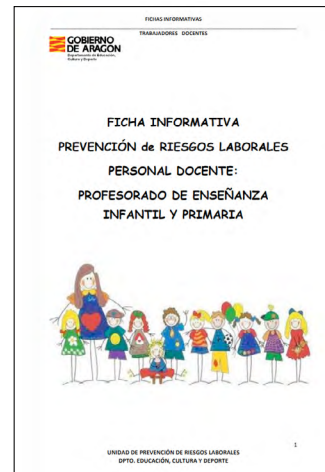
El Departamento de Educación, Cultura y Deporte, del Gobierno de Aragón ha editado una

Informaciones útiles

[Ficha Informativa](#) de 9 páginas sobre prevención de riesgos laborales para el profesorado de enseñanza infantil y primaria.

La ficha incluye riesgos asociados al puesto de trabajo del docente, con las medidas preventivas correspondientes.

Entre los riesgos mencionados figuran: la carga física, el riesgo biológico, el esfuerzo de la voz, la carga mental, el medio ambiente físico del trabajo, las caídas de personas al mismo y a distinto nivel, el choque contra objetos, la caída de objetos, los incendios y las emergencias, el contacto eléctrico y los accidentes de tráfico.



PUBLICACIONES DEL INSST

- ERGA Noticias nº 77. [«El cuidado de la piel en el trabajo»](#). (Apartado «Notas Prácticas»). 2003.
- Nota Técnica de Prevención nº 772. [Ropa de protección contra agentes biológicos](#). 2007.
- ERGA Noticias nº 98. [«Vacunación en el ámbito laboral»](#). (Apartado «Notas Prácticas»). 2007.
- [ERGA Primaria Transversal nº 28](#). Hábitos saludables de higiene personal. 2009.
- ERGA Noticias nº 124. [«La higiene de las manos»](#). (Apartado «Notas Prácticas»). 2012.
- ERGA Noticias nº 138. [«Cómo prevenir la gripe en la oficina»](#). (Apartado «Notas Prácticas»). 2015.
- [ERGA Primaria Transversal nº 45](#). Las vacunas. 2015.
- [ERGA Primaria Transversal nº 48](#). Riesgos biológicos. 2017.
- [Enciclopedia Práctica de Medicina del Trabajo](#). Enfermedades infecciosas laborales. 4.160 páginas. Volumen II. Cuaderno 6, páginas 943 a 1.152. 2018.
- Virus de inmunodeficiencia humana (VIH). [Folleto: "También va contigo"](#).
- [Cartel: "También va contigo. Rompe tus prejuicios"](#).
- [Ficha: "Campaña de promoción de la salud. Tema nº 4 VIH"](#).
- [Prevención de riesgos laborales vs. COVID-19. Compendio no exhaustivo de fuentes de información](#) (53 págs.). 2020.
- [En tus manos está la seguridad. Guante de uso dual](#). (Folleto). 2020.
- Nota Técnica de Prevención nº 1.143. [Guantes de protección frente a microorganismos](#). 2020.
- [Colocación y retirada de EPI](#) (Vídeo). 12 min. 2020.
- [Protección ocular y facial](#) (Vídeo). 12 min. 2020.
- [Mascarillas autofiltrantes frente a partículas](#) (Vídeo). 9 min. 2020.

OTRAS PUBLICACIONES Y HERRAMIENTAS DE INTERÉS

- American Academy of Pediatrics. [healthychildren.org Información general sobre las enfermedades infecciosas](#). (Página web sobre el tema).
- Junta de Castilla y León. [Enfermedades infecciosas](#). (Página web sobre el tema).
- Ministerio de Sanidad y Consumo. [Guía de enfermedades infecciosas importadas](#). 211 páginas. 2008.
- Ministerio de Sanidad. [Infografía "Lavarse las manos para protegerse y proteger a los demás"](#). 2020.
- Ministerio de Sanidad. [Infografía "Cómo debo lavarme las manos"](#). 2020.
- Ministerio de Sanidad. ["Así me lavo bien las manos"](#). (Vídeo) 1:17 minutos. 2020.
- Ministerio de Sanidad y Política Social y Ministerio de Educación. [Criterios generales de actuación frente a la Gripe pandémica A \(H1N1\) en Escuelas Infantiles y otros centros de atención a la primera infancia](#). 14 páginas. 2009.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT). [Lista de enfermedades profesionales de la OIT. Agentes biológicos y enfermedades infecciosas o parasitarias](#). Página 5. 2010.
- Organización Mundial de la Salud. (OMS). [Enfermedades infecciosas](#). (Página web sobre el tema).
- [Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas y Microbiología Clínica](#). (Página web que ofrece noticias, documentos científicos, etc. sobre el tema).
- UNHCR. ACNUR. La Agencia de la ONU para los refugiados. Comité español. [Enfermedades infecciosas: ejemplos más comunes](#). (Página web sobre el tema).

- [Ley Orgánica 3/1986](#), de 14 de abril, de Medidas Especiales en Materia de Salud Pública (última modificación, 11 de marzo de 2020, artículo tercero).
- [Ley 14/1986](#), de 25 de abril, General de Sanidad (art. 39 y Disposición Final Segunda y Quinta, 7).
- [Real Decreto 2210/1995](#), de 28 de diciembre, por el que se crea la Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica.
- [Real Decreto 664/1997](#), de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo.
- [Orden de 18 de diciembre de 2000](#), por la que se crea un fichero con datos de carácter personal, gestionado por el Ministerio de Sanidad y Consumo, relativo al Sistema de Información sobre Nuevas Infecciones (SINIVIH).
- [Orden SCO/1496/2003](#), de 4 de junio, por la que se completan las disposiciones en la Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica, en relación con la declaración obligatoria y urgente del Síndrome Respiratorio Agudo Severo.
- [Real Decreto 1030/2006](#), de 15 de septiembre, por el que se establece la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y el procedimiento para su actualización (Anexo I, b.2, Anexo I, 3., Anexo III, 5.1 y Anexo VII,8).
- [Ley 33/2011](#), de 4 de octubre, General de Salud Pública. (Preámbulo y Título II, capítulo I, art. 12).
- [Real Decreto Legislativo 1/2015](#), de 24 de julio, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley de garantías y uso racional de los medicamentos y productos sanitarios. (Art. 46).
- [Real Decreto-ley 21/2020](#), de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19.

NOTAS:

- *Todos los enlaces indicados han sido verificados en fecha 18 de junio de 2020.*
- *En esta publicación, cada vez que hacemos referencia a personas (alumnos, padres, profesores, etc.), hacemos referencia indistintamente a ambos géneros.*

Hipervínculos:

El INSST no es responsable ni garantiza la exactitud de la información en los sitios web que no son de su propiedad. Asimismo la inclusión de un hipervínculo no implica aprobación por parte del INSST del sitio web, del propietario del mismo o de cualquier contenido específico al que aquel redirija.

Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado:

<http://cpage.mpr.gob.es>

Catálogo de publicaciones del INSST:

<http://www.insst.es/catalogo-de-publicaciones/>

