	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	Proceso: <b>GESTIÓN CURRICULAR</b>	Código	
Nombre del Documento: <b>TAREAS VIRTUALES PARA LA ATENCIÓN DE ESTUDIANTES DE FORMA FLEXIBLE EN CASAS</b>		Versión <b>01</b>	

<b>DOCENTES:</b> Adriana Patricia Gil Monsalve, Ana Cecilia Solano Leal, Erika Indira Osorio, María Cristina Henao Vergara, Ronald Alexis Betancur Lopera.		<b>NUCLEO DE FORMACIÓN: TÉCNICO CIENTÍFICO</b>	
<b>GRADO: PRIMERO</b>	<b>GRUPOS:</b> 1°1,1°2,1°3,1°4,1°5	<b>PERIODO: 3</b>	<b>FECHA:</b>
<b>NÚMERO DE SESIONES: 4</b>	<b>FECHA DE INICIO.</b>	<b>FECHA DE FINALIZACIÓN</b>	
<b>Temas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las enfermedades y los virus.</li> <li>• Consecuencias en el ambiente y en la salud a causa del uso de artefactos tecnológicos.</li> <li>• Prácticas emprendedoras para el manejo de situaciones cotidianas.</li> </ul>		
<b>Propósito de la actividad</b>			
Al finalizar la presente guía de trabajo, el estudiante reconocerá la importancia del autocuidado frente a las diversas enfermedades que pueden poner en riesgo su salud, al mismo tiempo, identificará las principales causas ambientales, tecnologías y domésticas, que conllevan a la aparición de virus que atentan contra la integridad del ser humano.			

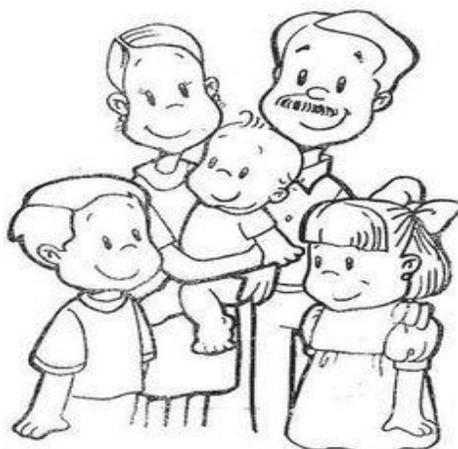
<b>ACTIVIDADES</b>	
<b>ACTIVIDAD DE INDAGACIÓN</b>	
<p>1. Las enfermedades han estado presentes a lo largo de toda la historia de la humanidad, por lo tanto, hacen parte de la vida del hombre. Por eso te invito a que preguntes a tus padres o cuidadores, cuáles enfermedades han padecido los miembros de tu familia incluyéndote también. Escríbelas a continuación.</p>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; width: 500px; height: 150px; margin: 0 20px;"> <hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/> </div>  </div>
<p>2. Sabemos que los aparatos tecnológicos son de gran utilidad en las tareas que realiza el hombre, pero algunos de ellos causan contaminación al medio ambiente, afectan el cuerpo humano por su uso constante y ponen en riesgo la salud de todas las personas. Te propongo que dibujes todos aquellos artefactos tecnológicos que consideres causan algún tipo de daño.</p>	



A large dashed-line rectangular box for writing notes.

3. En compañía de tus padres, piensa en aquellas prácticas, acciones, situaciones o elementos específicos, que están afectando actualmente la salud de tu familia. Escríbelas en los recuadros.

Five empty rectangular boxes for writing notes on the left side.



Five empty rectangular boxes for writing notes on the right side.

### ACTIVIDAD DE CONCEPTUALIZACIÓN.

1. En compañía de tus padres lee la siguiente información, donde podrás conocer las 5 enfermedades más comunes en los niños. Aprende y comenta sobre éstas.

#### BRONQUITIS

Aunque es de corta duración, los niños que la padecen se ven afectados por tos e inflamación de los bronquios. En la mayoría de los casos, se desarrolla por una gripe mal cuidada. Si es más aguda la incomodidad se posicionará en la nariz, senos paranasales y la garganta, luego se trasladará hasta los pulmones

#### FIEBRE

Te pone en alerta sobre alguna alternación del organismo. Cuando la fiebre aparece, algunos padres cometen errores al intentar bajar la fiebre como por ejemplo: ofrecerle aspirina, darle un baño de agua fría y hasta colocar compresas de agua fría en pies y manos. Si tu hijo tiene fiebre, no te alarmes pues es un arma natural contra invasores que amenazan contra su salud

#### DERMATITIS

Se produce durante los primeros meses. El enrojecimiento en las partes íntimas podría estar acompañado de irritación en la urea de la orina, que se transforma en amoniaco por la acción de las bacterias. Lo recomendable es que consultes a su pediatra y hacer el cambio de pañal con más frecuencia.

## DIARREA

La enfermedad celíaca (EC) es una de las causas que producen diarrea en los niños. La intolerancia a alimentos con de trigo, cebada, centeno y probablemente la avena, los predispone. La diarrea también se presenta por no llevar un dieta saludable e higiénica, es decir la ingesta de alimentos contaminados. Los síntomas son deposiciones más frecuentes y líquidas, asociadas a dolor abdominal, ojos hundidos, lengua y nariz seca, cara pálida y disminución en la orina.

## VARICELA

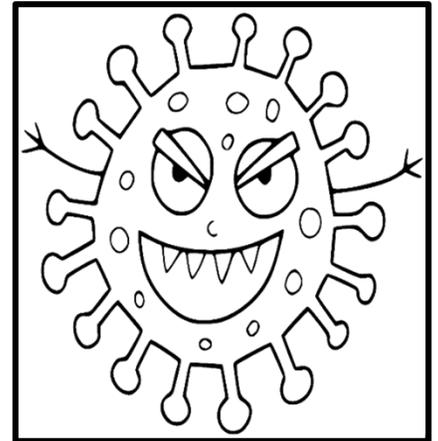
Fiebre y aparición de erupciones en la piel son sus principales señales. Al ser muy contagiosa es de fácil transmisión. El periodo de incubación se da entre el primer contacto con el virus y los primeros síntomas entre 9 a 21 días.

Los malestares se inician incluso antes de la aparición de las ampollas y luego se propagaran por todo el cuerpo y provocando picazón desesperante. Llévalo al médico para que le envíe alguna crema que ayude a sanar más rápido.

2. En la actualidad se habla constantemente de una palabra: "VIRUS". ¿Te has puesto a pensar que es un virus? ¿De qué manera se contagian las personas? ¿Cómo atacan los virus a los niños?. Para responder todas estas inquietudes pídele a tu acompañante que lea contigo la siguiente información

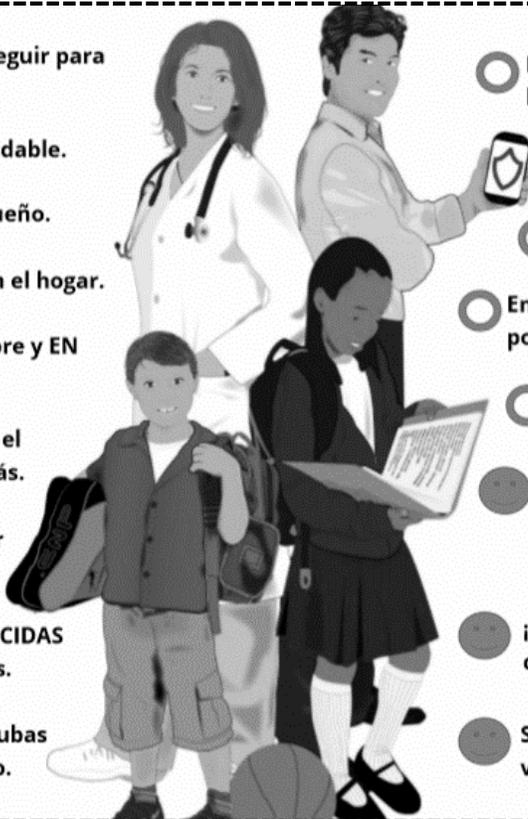
## ¿Qué son los virus?

Los virus son un tipo de germen, microorganismos muy pequeños que viven dentro de las células de los seres humanos. Tienen diferentes formas y tamaños y, cuando se meten en tu cuerpo, pueden enfermarte. Los virus causan los resfriados, la varicela, las paperas, la gripe y muchas otras enfermedades. Se replican, o sea, se dividen, a una gran velocidad y cuando esto sucede, invaden un tejido de un órgano empezando así la infección. Los virus son los principales causantes de los



catarros en los niños, generalmente transmitiéndose a través del aire, cuando se estornuda, se tose o simplemente se habla. Al llegar por el aire a la nariz, a la boca o a la faringe, los virus se reproducen e inflaman estas zonas dando los síntomas típicos del catarro (mucosidad nasal, obstrucción nasal, dolor de garganta, afonía, tos). Para evitar la propagación de los virus, lávate las manos con frecuencia, en especial antes de comer y después de ir al baño.

3. En la actualidad existen algunos aparatos tecnológicos como la Tablet, el celular y el computador, que si no son usados de manera adecuada pueden causar problemas de salud en las personas. Te invito a que lean en familia los siguientes consejos para mantener una buena salud digital.

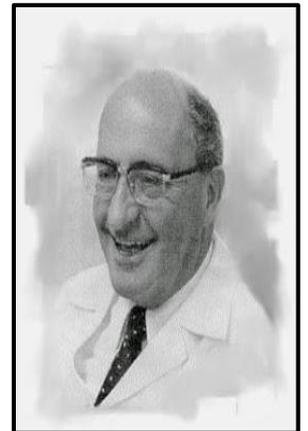


- Recuerda que eres el **EJEMPLO** a seguir para tus hijos.
- Fomenta hábitos de vida saludable.
- Respeta las horas de sueño.
- La igualdad de género empieza en el hogar.
- Fomenta actividades al aire libre y **EN FAMILIA**.
- Fomenta la empatía, la igualdad y el respeto a los derechos de los demás.
- La **SEGURIDAD** empieza por usar **CONTRASEÑAS** complejas.
- NO** aceptes a **PERSONAS DESCONOCIDAS** en tus redes sociales y aplicaciones.
- RESPETA** a los demás y no subas imágenes tuyas sin permiso.
- Pacta normas con tus hij@s sobre el uso de las TIC.
- SUPERVISA** lo que **HACE** tu hij@ cada vez que se conecta a la **RED**.
- Comparte sus **GUSTOS** y **AFICIONES**.
- Enséñale a navegar de forma **RESPONSABLE** por **INTERNET**.
- Sitúa los **DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS** en un lugar de uso común.
- Lo que **SUBES** a la **RED**, se **QUEDA EN LA RED**. No facilites información personal. Protege **TU PRIVACIDAD**.
- ¡**TAPA TU WEBCAM!** Podrían acceder a ella y conseguir imágenes tuyas.
- Si tienes problemas pide ayuda y si eres víctima de un delito ¡**DENUNCIA!**

4. ¿Sabías que Héctor Abad Gómez fue un médico emprendedor que dedicó toda su vida no solo a curar a los enfermos, sino a defender los derechos de las personas? Te invito a que en familia lean y conozcan un poco quién fue este personaje.

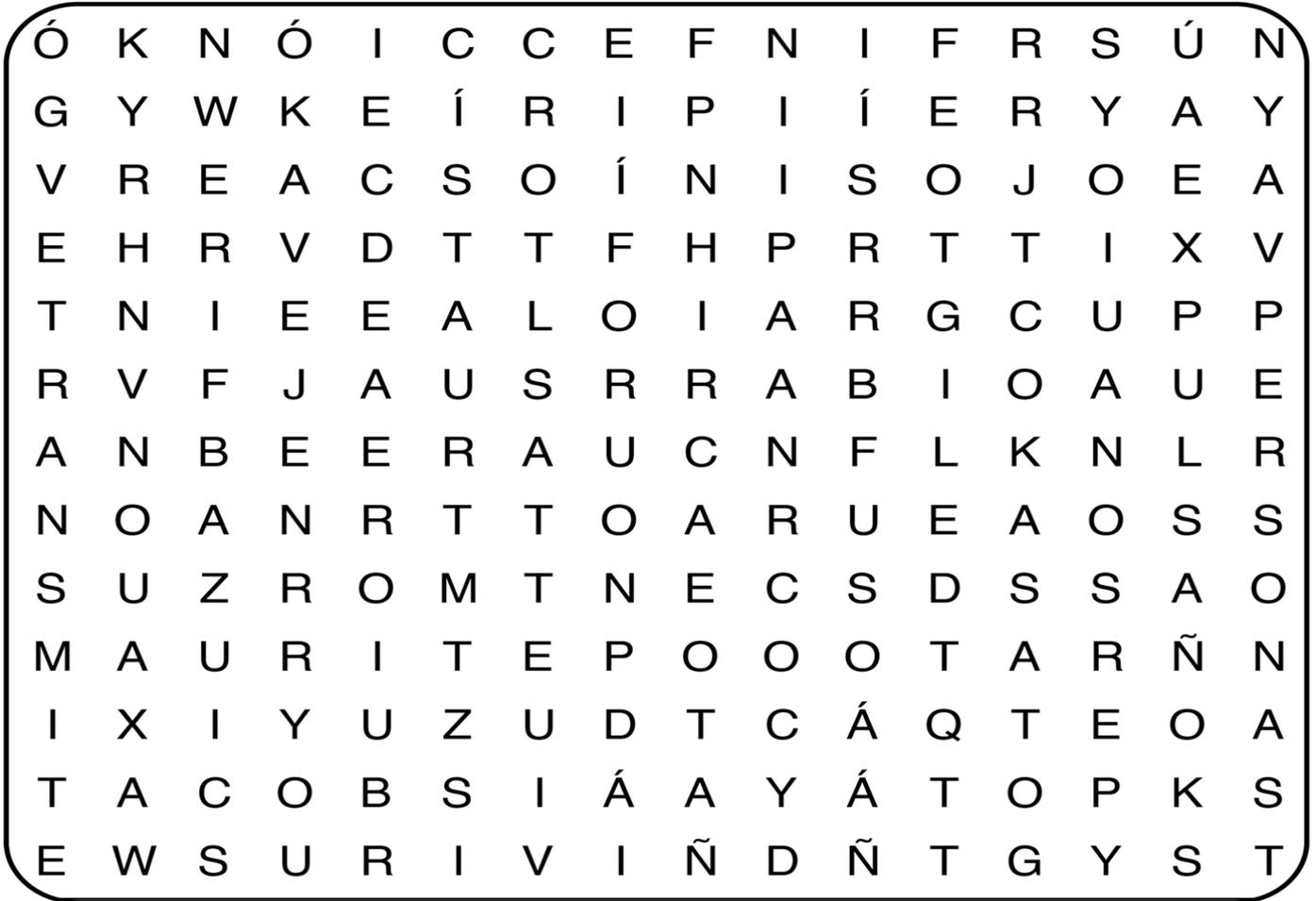
## Conoce la vida y obra de Héctor Abad Gómez

Médico colombiano. Nació en el municipio de Jericó, Antioquia, y murió en Medellín en 1987. Contrajo matrimonio con Cecilia Faciolince de quien tuvo seis hijos. Realizó sus estudios de secundaria en el Colegio General Santander, de Sevilla, Valle. A Héctor Abad Gómez se le identifica en Colombia como el defensor de los derechos humanos. Fue investigador en ciencias de la salud, político, demócrata integral, periodista, escritor y ensayista. Además se expresó como sociólogo y antropólogo. Los estudios de medicina los realizó en la Universidad de Antioquia, graduándose en 1947. Máster en Salud Pública por la Universidad de Minnesota en 1948, se desempeñó como secretario y subsecretario de Salud Pública de Antioquia. En 1950 fue oficial médico de la Oficina Sanitaria Panamericana en Washington. Durante 1954 y 1956, fue asesor de la Organización Mundial de la Salud para Perú, República Dominicana, México, Cuba, Haití y de los ministerios de Salud de Indonesia y Filipinas. En el campo político, llegó a ser diputado a la asamblea de Antioquia y representante a la Cámara. Fue fundador y primer director del periódico estudiantil U-235 en la ciudad de Medellín, en 1945. En 1965 fundó y presidió el Consejo del "Futuro para la niñez". A él se debe también la fundación de la Universidad Autónoma Latinoamericana de la ciudad de Medellín. Murió asesinado en la ciudad de Medellín a la edad de 66 años



## ACTIVIDAD DE APLICACIÓN Y EVALUACIÓN

1. Busca en la sopa de letras, palabras relacionadas con las enfermedades y los virus. Para ello puedes utilizar todos tus colores. Al finalizar dibuja las partes del cuerpo que encontraste en este ejercicio.



- |            |             |                |              |
|------------|-------------|----------------|--------------|
| BOCA       | } EXPULSA   | } NARIZ        | } SUPERFICIE |
| CAER       | } GOTAS     | } OBJETO       | } TOCAR      |
| CAUSADA    | } GRIPE     | } OJOS         | } TOSE       |
| CONTRAER   | } HABLA     | } PERSONA      | } TRANSMITE  |
| ENFERMEDAD | } INFECCIÓN | } PERSONAS     | } VIRUS      |
| ESTORNUDA  | } INFLUENZA | } RESPIRATORIA |              |

¿Cuáles partes del cuerpo encontraste en la sopa de letras? Dibújalas a continuación

--	--	--

2. Pablito se encuentra enfermo en la cama porque últimamente está muy descuidado con su salud. Se alimenta mal, no se preocupa por su aseo personal, sale a jugar bajo la lluvia y es muy desobediente con sus padres. Te invito a que dibujes las actividades que debe realizar Pablito para sentirse mejor y no volverse a enfermar.

A large, irregular shape composed of several connected rectangular sections, all outlined with a dashed line. This shape is intended for the student to draw activities that Pablito should do to get better.

3. Es importante que reconozcas que tu buena salud depende de una excelente alimentación. Escribe los alimentos saludables que puedes comer en cada momento

**Desayuno**

---

---

---

---



**Almuerzo**

---

---

---

---

**Merienda**

---

---

---

---



**Cena**

---

---

---

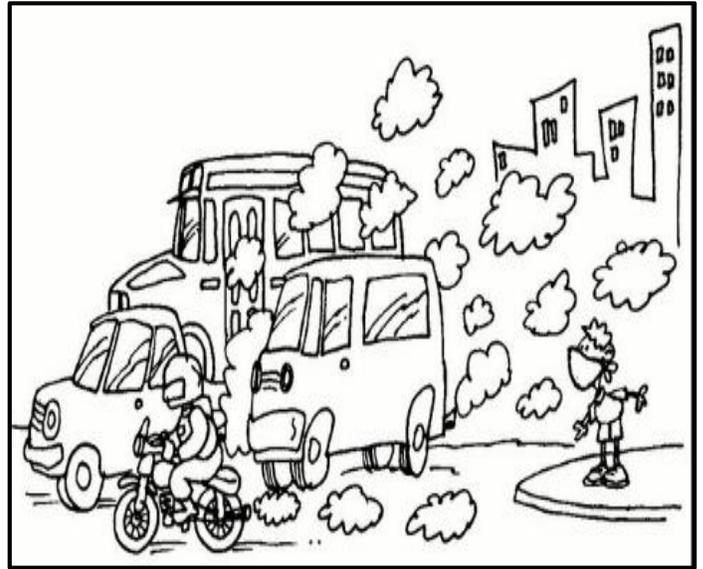
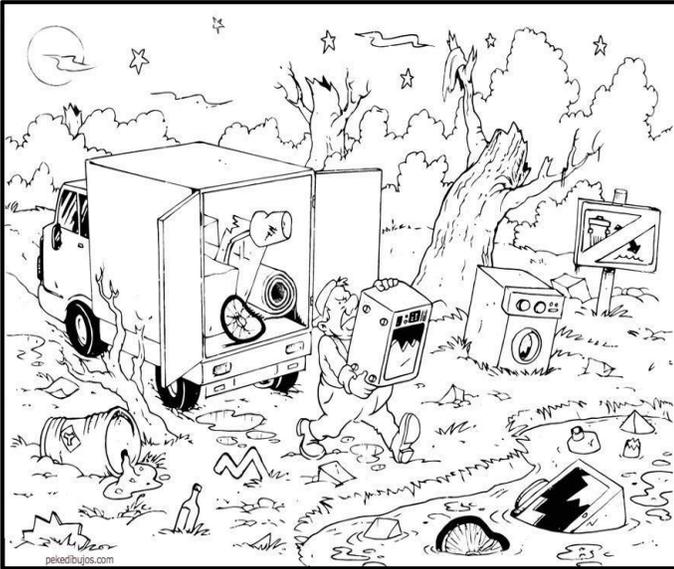
---

Dibuja aquellos alimentos que tu organismo no tolera, es decir lo que te hacen doler el estómago y te generan malestar.





5. Observa las siguientes imágenes de manera detallada, identifica cuáles son aquellos artefactos tecnológicos que están perjudicando el medio ambiente y la salud de las personas. Escribe con la ayuda de tu acompañante cuál sería la solución a esta problemática. (Finalmente colorea)



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

6. Tomando como ejemplo la vida del emprendedor Doctor Héctor Abad Gómez, si tuvieras la oportunidad de crear un invento o una cura a través de la medicina ¿Cuál sería?. ¿Cómo lo harías? ¿Por qué sería importante para el mundo?. Elabora ese invento en casa con los materiales que tengas, todo ello hace parte de tu creatividad. Finalmente dibuja tu creación.



**Soy emprendedor**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Evalúo mis logros

Señalo con una (x) al criterio que corresponda.

<b>EVALÚO MIS LOGROS</b>	 <b>EXCELENTE</b>	 <b>REGULAR</b>	 <b>POR MEJORAR</b>
Participación			
Motivación			
Acompañamiento de mi familia			
Comunicación con mi profe			
¿Cómo me pareció el tema de estudio?			
¿Cómo estoy en lectura?			
¿Cómo estoy en escritura?			
¿Cómo voy en organización de mis trabajos?			

## FUENTES DE CONSULTA

- Plan de área de ciencias naturales, emprendimiento y tecnología e informática de la Institución Educativa Héctor Abad Gómez. Disponible en <https://www.iehectorabadgomez.edu.co/index2.php?id=72533&idmenutipo=6510&tag=>
- [https://enciclopedia.banrepcultural.org/index.php/H%C3%A9ctor\\_Abad\\_G%C3%B3mez](https://enciclopedia.banrepcultural.org/index.php/H%C3%A9ctor_Abad_G%C3%B3mez)
- <http://serpadres.com/ninos/5-enfermedades-mas-comunes-ninos/44201/>