



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**



**ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA**

**PARTICIPACIÓN DEL LICENCIADO EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA EN EL  
FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACION PARA LA SALUD EN LAS  
POBLACIONES DE LA COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO  
TOJTIK, CHALCHIHUITÁN Y CHENALHÓ, CHIAPAS**

**TESINA**

**Que para obtener el título de:**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA**

**Presenta:**

**GRISELDA GUZMAN GIRON**

**No. de Cuenta**

**402117382**

**Directora del trabajo:**

**M.C.E. ZOILA LEÓN MORENO**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS**

*A Dios por permitir que llegará este día y por estar conmigo iluminando cada día de mi vida.*

*A la Maestra. Zoila León Moreno por su asesoría y dedicación en la realización y culminación de este trabajo.*

*A la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia por darme la formación académica a través de los excelentes profesores con los que cuenta.*

*A mis amigas(os) que me acompañaron a lo largo de mi carrera compartiendo momentos de enseñanza y alegría que quedaran enmarcados en mi mente y corazón.*

## **DEDICATORIAS**

*Dedicó este trabajo a mi familia que me ha brindado su apoyo en cada etapa de mi vida.*

*A mis papás por alentarme a seguir adelante y motivarme siempre a prepararme para ser una buena persona. Gracias por sus consejos y esfuerzos para alcanzar uno de los anhelos más grandes de mi vida siendo la mejor herencia que me pueden dar.*

*Con todo mi amor, respeto y admiración.*

*A mis hermanas por demostrarme su cariño y compartir conmigo las mejores alegrías de mi vida. Las quiero.*

## INDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
I. JUSTIFICACIÓN.....	3
II. FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA.....	5
III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
IV. OBJETIVOS.....	11
V. MARCO TEORICO.....	12
5.1. ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD.....	12
5.1.1. Definición.....	12
5.1.2. Contenidos Programáticos de la Atención Primaria en Salud.....	13
5.1.3. Elementos esenciales de la Atención Primaria.....	14
5.1.3.1. Educación para la Salud.....	14
5.1.3.2. Participación Comunitaria.....	15
5.1.3.3. Bases Teóricas de Educación para la Salud.....	16
5.1.3.4. Métodos y medios en Educación para la Salud.....	19
5.1.3.5. Agentes y ámbitos en Educación para la Salud.....	21
5.1.4. Educación para la Salud en la escuela.....	21
5.1.5. Educación para la Salud en el trabajo.....	22
➤ Prevención de riesgos laborales.....	23
5.1.6. La educación desde la Promoción de la Salud.....	23
5.1.7. Promoción de la Salud.....	24
5.1.7.1. Rol del Profesional de Enfermería en la Promoción de la Salud.....	25

5.2. ENFERMERIA COMUNITARIA.....	26
5.2.1. Antecedentes.....	26
5.2.2. Definición.....	27
5.2.3. Ámbitos de actuación de la Enfermería Comunitaria.....	27
5.2.3.1. Comunidad.....	27
5.2.3.2. Centros Educativos.....	28
5.2.3.3. Medio Laboral.....	28
VI. MARCO REFERENCIAL.....	29
6.1. COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO TOJTIK, CHALCHIHUITÁN.....	29
6.1.1. Antecedentes de las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo.....	29
6.1.2. Creación de las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo.....	30
6.2. DESCRIPCIÓN DE LA COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO TOJTIK.....	31
6.2.1. Objetivos.....	31
6.2.2. Visión.....	32
6.2.3. Misión.....	33
6.2.4. Áreas.....	33
6.2.5. Descripción de talleres.....	35
6.3. DESCRIPCIÓN DE LA ESCUELA PRIMARIA “DR.BELISARIO DOMINGUEZ”.....	35

VII. ACTIVIDADES EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD.....	38
7.1. DESARROLLO DE ACTIVIDADES EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD.....	38
7.1.1. Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik.....	38
➤ Metodología de Enseñanza.....	38
➤ Evaluación de actividades.....	39
7.1.2. Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez”.....	42
➤ Metodología de Enseñanza.....	42
➤ Evaluación de actividades.....	43
CONCLUSIONES.....	46
SUGERENCIAS.....	49
BIBLIOGRAFÍA.....	50
ANEXOS	
ANEXO 1: Fotos	
ANEXO 2: Descripción de talleres	
ANEXO 3: Programas de Educación para la Salud	
ANEXO 4: Oficios	

## INTRODUCCIÓN

La Atención Primaria surge como estrategia para alcanzar la meta de “Salud para todos” que tiene como finalidad llegar a las poblaciones marginadas a través de programas de prevención y promoción de la salud permitiendo mejorar sus condiciones de vida.

Chiapas es un estado que está constituido por municipios, donde la población predominante es indígena, pertenecientes a una etnia entre ellos los tsotsiles, tseltales, tojolabales que debido a problemas socioculturales viven en regiones marginadas. La lejanía de las comunidades, costumbres, falta de recursos en la población y su actividad económica que es la agricultura son factores que pueden afectar a su salud, es por ello que el profesional de enfermería a través de la promoción de la salud debe favorecer y brindar los componentes necesarios para mejorar su bienestar teniendo como elemento importante la educación para la salud.

En la presente tesina se describe una de las participaciones que puede tener el Licenciado en Enfermería y Obstetricia en el fortalecimiento de la Educación para la Salud en la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik, Chalchihuitán, Chiapas y en la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez” ubicado en la comunidad de Chenalhó.

Las acciones realizadas en educación para la salud dirigidas a la población operativa de la Comunidad Tojtik y la población escolar fueron en fomento y promoción de estilos de vida sanos a través de programas de salud.



La tesina está compuesta por un marco teórico, dando sustento a las acciones en promoción de la salud; un marco referencial que muestra la organización de la Comunidad de Aprendizaje, asimismo cuenta con un apartado donde se describe y analiza las actividades de enfermería en educación para la salud.

El servicio social le permite al pasante poner en práctica los conocimientos adquiridos durante su formación académica llevándole a adquirir la seguridad y autonomía necesarias por medio de acciones educativas orientadas a promocionar estilos de vida sanos en beneficio de la población.

## I. JUSTIFICACIÓN

La participación como pasante de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia en la comunidad es de gran relevancia, es por ello que debe conocer el entorno en el que trabaja, para determinar las condiciones que puedan alterar el bienestar del individuo, la familia y del entorno en el que vive.

La educación para la salud es un componente importante para la promoción de la salud que le permite al profesional de Enfermería dar a conocer comportamientos y conductas saludables al individuo, familia y la comunidad que conlleven a su bienestar. Esto implica que la persona no sólo tenga los conocimientos si no que adopte acciones en beneficio de su cuidado, con la finalidad de mejorar los estilos de vida que ayuden a prevenir problemas derivados de una mala conducta y asimismo disminuir los costos que se puedan generar.

Durante el servicio social realizado en la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik teniendo como enlace a la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez”, se observaron factores de riesgo que han afectado de cierta manera al bienestar de las personas por lo que se enfatizó en tener una mayor participación en la generación de conductas y comportamientos sanos mediante la educación para la salud. La presente tesina tiene como función dar a conocer las acciones educativas realizadas por la pasante de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia en promoción de estilos de vida sanos.

La seguridad laboral de los trabajadores es de gran importancia ya que es la principal mano de obra que contribuye al funcionamiento de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik, Chalchihuitán; es por ello que de acuerdo a los factores de riesgo identificados en la monitorización de talleres se llevó a cabo un programa en educación para la salud en la prevención de accidentes que tiene como propósito disminuir y prevenir los riesgos que pueden ocasionar algún daño y asimismo contribuir al mejoramiento de las condiciones de las áreas de trabajo.

El ámbito escolar es el lugar donde los niños comienzan su etapa formativa y en ella el profesional de enfermería puede participar en su formación dando a conocer estilos de vida saludables, por ello es importante dar a conocer las acciones realizadas en el fomento a la educación para la Salud en la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez” de la comunidad de Chenalhó, Chiapas a través de programas desarrollados con base a los factores de riesgo identificados.

Este trabajo tiene como propósito mostrar a los alumnos, pasantes y público en general la importancia de la intervención en el primer nivel de atención enfocada en la educación para la salud. Generar interés en el fortalecimiento de la educación para la salud es de gran relevancia debido a que muchos de los problemas que afectan nuestro bienestar se pueden prevenir a través de comportamientos y conductas sanas; la función de esta tesina es servir como apoyo y ejemplo de las acciones que se pueden llevar a cabo en las poblaciones de las comunidades marginadas de nuestro país.

## II. FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA

Actualmente la sociedad se encuentra inmersa en cambios sociales que han exigido una mayor atención en la salud principalmente en las comunidades marginadas.

Chiapas es un estado donde la población predominante es indígena. Las poblaciones con las que se trabajo pertenecen al municipio de Chalchihuitán y Chenalhó, donde sus habitantes son indígenas pertenecientes a la etnia tsotsil.

Por toda una serie de políticas discriminatorias la mayoría de las comunidades indígenas no cuentan, o en ocasiones no hacen uso de los servicios de salud debido a la falta de recursos y la lejanía de algunas comunidades lo cual lleva a la agudización y reproducción de enfermedades fácilmente curables.

Los principales problemas de salud identificados en la población son: Enfermedades Respiratorias las cuales aumentan en temporada de lluvia y frío, Enfermedades Gastrointestinales (diarrea, parasitosis) por la falta de información en el consumo y disposición de alimentos; en donde principalmente se ven mas afectados la población infantil, deficiencia en la Higiene personal e Higiene dental, deficiencias en la Alimentación (Desnutrición), Hipertensión Arterial, Diabetes Mellitas, Enfermedades del Hígado debido al consumo excesivo de bebidas embriagantes en la población.

Para dar respuesta a estos problemas el profesional de Enfermería tiene como elemento la educación para la salud que pretende lograr cambios en los estilos de vida de las personas llevándolos a adoptar comportamientos favorables el cual les permita mantener un estado de bienestar óptimo.

Las actividades realizadas por la pasante de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia en fomento a la Educación para la Salud fueron dirigidas hacia los trabajadores de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo “Tojtik”, Chalchihuitán en el período comprendido del 1º de agosto del 2005 al 31 de julio del 2006.

La comunidad Tojtik tiene como objetivo realizar actividades enfocadas al desarrollo social de las comunidades rurales marginales a través de la capacitación de talleres, dirigido a las personas que tienen el deseo de aprender un oficio que les permita ingresar al campo laboral mejorando sus condiciones de vida.

Los talleres que se imparten son: corte y confección, panadería, tortillería, carpintería, hilados y tejidos, piscicultura, porcicultura, avicultura, cunicultura, silvicultura, lombricultura, horticultura y casa de hongos; teniendo diferente periodo de duración las cuales son impartidas por maestros que cuentan con los conocimientos necesarios para su enseñanza. Todos los talleres se encuentran activos por los responsables de los mismos teniendo o no cursantes los cuales ingresan en los meses de marzo y abril.

La población que toma los talleres en su mayoría pertenece al municipio y comunidades aledañas, predominantes de la etnia tsotsil que debido a la lejanía de sus hogares ingresan como cursantes internos en donde se les brinda el servicio de hospedaje y alimentación.

Los trabajadores de la comunidad Tojtik son un pilar importante para su función es por ello que para el desempeño de sus actividades deben contar con los recursos necesarios dentro de un entorno favorable libre de riesgos que dañen su salud.

La Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik cuenta con 30 trabajadores que comprenden adultos jóvenes y de mediana edad de los cuales 11 son mujeres y 19 son

hombres; pertenecen a la etnia tsotsil y en su totalidad hablan y entienden el castellano lo que facilitó la comunicación con ellos.

Los accidentes laborales se pueden presentar en cualquier situación es por ello que la participación en educación para la salud se basa en la prevención de accidentes debido a los factores de riesgo detectados en los talleres los cuales se mencionan a continuación:

- Riesgo de accidentes en el taller de carpintería que se puede ocasionar por sufrir golpes con la madera, herramientas y material punzocortante.
- Riesgo de caídas en el área agropecuaria en tiempo de lluvia debido a la tierra resbalosa.
- Riesgo de accidentes en el área agropecuaria por trabajar con herramientas y material punzocortante como el azadón y machete.
- Riesgo de accidentes en el taller de tortillería como quemaduras por trabajar a elevadas temperaturas, asimismo riesgo de traumatismos por manejar la amasadora y el molino.
- Riesgo de lesiones en el taller de corte y confección por el manejo de material punzocortante (tijeras y agujas)
- Riesgo de quemaduras en el taller de panadería por trabajar a elevadas temperaturas en el horno.
- Riesgo de lesiones por quemaduras en el área de cocina por trabajar a elevadas temperaturas.

Los factores identificados en los talleres pueden ocasionar accidentes es por ello que se diseñó un programa de salud el cual se promovió entre los trabajadores.

En el caso de la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez” ubicado en el municipio de Chenalhó, las acciones en educación para la salud fueron dirigidas a los escolares, donde se identificaron los siguientes factores de riesgo:

- Entorno desordenado por tirar la basura en el piso ya que se observa en el salón envolturas de frituras, papel siendo que en su interior cuenta con un bote de basura.
- Falta de conocimientos en Métodos Anticonceptivos en los escolares de 5º y 6º grado lo cual genera inicio temprano de vida sexual generando embarazos a temprana edad que se detecta al cuestionarles sobre el tema a lo cual mostraron pena.
- Respecto a las conductas alimentarias se detectaron en los escolares que en el recreo comían alimentos chatarra como: chicharrones, congeladas, dulces; las cuales no contienen aportes nutricionales para su salud.
- Exposición a los ácaros de los animales domésticos el cual genera alergias en la piel manifestadas por comezón y presencia de salpullido.
- Alto riesgo de problemas respiratorios por la exposición a ambientes fríos por la falta de uso de ropa abrigadora el cual se observa en temporadas de frío y lluvia.
- Disminución y falta de motivación en los escolares por la higiene personal el cual se observa por la ropa sucia, cabello no peinado, transpiración que causa mal olor, manos y uñas sucias; en cuanto a la higiene dental es importante mencionar la falta de conocimientos que tienen acerca de ella ya que se detectaron caries, presencia de placa dentobacteriana y halitosis.

La población escolar con la que se trabajó habla el tsotsil (su lengua materna) y el castellano, lo cual permitió una mejor comunicación con ellos sin la ayuda de un traductor. El periodo que se trabajó con la escuela fue de 5 meses, a partir del mes de Febrero del 2006 hasta terminar el ciclo escolar.

De acuerdo a los factores identificados se desarrollaron programas de salud que tienen como finalidad dar a conocer estilos de vida sanos para que los escolares los integren y adopten a su vida.



### **III. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Cual es la participación del Licenciado en Enfermería y Obstetricia en el fortalecimiento de la Educación para la Salud en:

- La población operativa que labora en los talleres de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik.
- La población escolar de la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez”.

#### **IV. OBJETIVOS**

- Presentar las actividades en Educación para la Salud en promoción de estilos de vida sanos dirigido a la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik y a la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez”.
- Promover comportamientos y estilos de vida sanos que le permitan a la población intervenir ante la presencia de riesgos que afecten a su bienestar.

## V MARCO TEORICO

### 5.1. ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD (APS)

#### 5.1.1. Definición

La atención primaria en salud (APS) forma parte de la estrategia global de atención en salud para alcanzar la meta de Salud para todos en el 2000, dada a conocer y llevada a cabo en 1978 en Alma Ata, que orienta la organización y el contenido de los servicios de salud en la Organización Mundial de la Salud (OMS), que tiene como objetivo alcanzar para todos los habitantes del mundo un estado de salud que les permita llevar una vida social y económicamente productiva.

La atención primaria en salud se define en ese entonces como: “La asistencia sanitaria basada en métodos y tecnologías prácticas, científicamente fundados y socialmente aceptables puesta al alcance de los individuos, la familia y la comunidad, llevándola lo más cerca posible al lugar donde viven y trabajan las personas; mediante la participación y a un costo que la comunidad y el país puedan soportar, en todas y cada una de las etapas de su desarrollo con un espíritu de autorresponsabilidad y autodeterminación”.<sup>1</sup>

Para alcanzar un estado de completo bienestar en la población es importante renovar e implementar nuevas políticas de salud sustentadas en la Atención Primaria de Salud; desarrollando nuevos sistemas de atención que respondan a los complejos retos de salud presentes. En el 2000 durante la cumbre del milenio se dio a conocer el Desarrollo del Milenio aprobado por las Naciones Unidas donde se fijaron metas para

---

<sup>1</sup> Blanco Restrepo Jorge, Fundamentos de Salud Pública, Tomo I, pp. 81,82

reducir la pobreza en el 2015, teniendo como tema principal la salud, en el cual se acordaron los Objetivos del Desarrollo del Milenio.

La OPS/OMS reconoce que la Atención Primaria de Salud constituye la estrategia principal del sector salud para que los países alcancen las Objetivos de Desarrollo del Milenio: reducir la pobreza, eliminar la desnutrición aguda y crónica y reducir la mortalidad infantil y materna, mediante el acceso universal a servicios básicos integrales de salud, agua segura y disposición sanitaria de excretas y la prevención y control de las enfermedades, con la activa participación de las comunidades organizadas.<sup>2</sup>

### **5.1.2. Contenidos programáticos de la Atención Primaria en Salud**

El contenido de los programas establecidos por la OMS reconocidos como prioridades de la estrategia de atención primaria en salud para alcanzar el bienestar y la salud para todos son:

- Salud materno infantil
- Inmunizaciones
- Control de enfermedades diarreicas
- Control de enfermedades respiratorias agudas
- Control de enfermedades de transmisión sexual
- Salud mental
- Prevención, control y rehabilitación de enfermedades cardiovasculares, degenerativas y cáncer

---

<sup>2</sup> Objetivos del Desarrollo del Milenio. Disponible en: URL:  
[http://www.cinu.org.mx/eventos/concurso\\_foto/foto/objetivos.htm](http://www.cinu.org.mx/eventos/concurso_foto/foto/objetivos.htm)

- Enfermedades ocupacionales e higiene del trabajo
- Prevención de accidentes
- Malaria
- Control de enfermedades parasitarias
- Control del vector de fiebre amarilla
- Alimentación y nutrición
- Agua potable y saneamiento básico
- Salud pública veterinaria

Para el desarrollo de los programas se debe tomar en cuenta en cada país las características demográficas y epidemiológicas, así como determinantes sociales, económicas y culturales.<sup>3</sup>

### **5.1.3. Elementos esenciales de la Atención Primaria**

La educación para la salud y la participación comunitaria son considerados elementos esenciales de la atención primaria de la salud.

#### **5.1.3.1. Educación para la Salud**

La educación para la salud constituye un componente esencial de la atención primaria que da a conocer las estrategias dirigidas a conseguir cambios en la conducta de las personas, que conjuntamente con el componente de participación de la comunidad se proponen como claves para el cumplimiento de los principios de igualdad, equidad, universalidad y eficiencia.

Es así como se define a la Educación para la Salud, como un proceso que desarrolla en el individuo la capacidad de pensar, comparar, seleccionar y utilizar información y

---

<sup>3</sup> Blanco Restrepo Jorge, op.cit, pp. 85,86,87

técnicas en salud adecuadas a sus necesidades dándole la capacidad de enfrentarse, individual y colectivamente, a comportamientos, estilos de vida y medio ambiente en un sentido participativo y amplio.

La educación para la salud contempla un amplio conjunto de pensamientos y acciones programadas que a través del proceso educativo permita conseguir hábitos sanos en las personas, familia y comunidad dándoles la capacidad de ejercer su propia voluntad en la adquisición de conductas saludables en donde estas experiencias de aprendizaje se encuentren destinadas a modificar los estilos de vida.

La educación para la salud no solo lleva a cabo la transmisión de información, sino que fomenta la motivación, las habilidades personales y la autoestima en los individuos que se consideran necesarias para adoptar medidas destinadas a mejorar la salud.

#### **5.1.3.2. Participación Comunitaria**

Se entiende como un proceso que requiere la participación de las personas y grupos para lograr el desarrollo de la comunidad, el desarrollo cultural y humano que tiene como fin obtener un estado de bienestar.

El proceso de participación comunitaria requiere de cambio y conciencia; en donde el cambio se da mediante el deseo y la necesidad de cambiar algo que requiere participar, donde incluso mejorando se está cambiando por lo que la participación modifica la calidad de las cosas.

La conciencia está unido al cambio porque la participación requiere la toma de conciencia esto quiere decir que sólo participa quién es consciente de la necesidad de hacerlo. <sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> García Suso, Enfermería Comunitaria: Bases Teóricas, pp.221

La estrategia de atención primaria de la salud toma importancia cuando se examinan las relaciones que hay entre la comunidad y la institución de servicios en donde los individuos deben ser actores que conozcan, participen y tomen decisiones en relación a su salud.

La organización de los servicios de salud es muy importante para su utilización en la comunidad por lo que se debe destacar aspectos de su ubicación geográfica, horario de servicio, tecnologías utilizadas para ser puesta al alcance de las necesidades de los grupos de población más vulnerables.

La participación de la comunidad es importante ya que a través de ella y en la misma se lleva a cabo actividades de autocuidado, coordinación intersectorial que va encaminada a la reducción de riesgos y a la promoción de la salud donde la atención debe ser llevada a los domicilios, escuelas, sitios de trabajo mediante acciones educativas.<sup>5</sup>

### **5.1.3.3. Bases Teóricas de Educación para la Salud**

Es importante conocer los fundamentos teóricos que orientan las intervenciones de las acciones en educación para la salud, así como la forma en que se dan los comportamientos de los individuos, la forma en que se comunican y cómo se produce el aprendizaje.

- **Comportamientos y Estilos de Vida (EV):** Los estilos de vida de una persona se basan en patrones de comportamiento, el cual se encuentra determinado por la interacción de sus características individuales, las interacciones sociales y sus condiciones de vida.

---

<sup>5</sup> Kroeger, Atención Primaria de Salud: principios y métodos, pp. 10,11

Los comportamientos se producen sobre las experiencias, las relaciones sociales, el conocimiento que influyen en el bienestar de las personas que se ven afectados por los estilos de vida.

Conseguir hábitos sanos requiere de la práctica de un estilo de vida el cual da lugar a los comportamientos que de acuerdo en la manera en que se repitan e interioricen serán saludables.

Los estilos de vida (EV) hacen referencia a conductas y comportamientos humanos que el hombre puede decidir, hasta cierto punto, adoptarlos o rechazarlos. La OMS define los estilos de vida como: “Una forma de vida que se basa en patrones de comportamiento identificables, determinadas por la interacción entre las características personales, las interacciones sociales y las condiciones de vida socioeconómica y ambientales”.<sup>6</sup>

La adopción de comportamientos y conductas sigue un orden determinado en el que unos son consecuencia de otros. Existe una relación entre comportamientos adoptados o prácticas habituales y la realización de actividades de autocuidado que deben ser satisfechas para mantener la vida así como su bienestar.

La definición de la OMS entiende el autocuidado como: “Todas las acciones sanitarias realizadas por las personas a favor de su propia salud y la de sus familias, incluyendo la prevención de enfermedades, el auto-diagnóstico, auto-tratamiento, que esta encaminada a mantener la vida, la salud y el bienestar”.<sup>7</sup>

Las actividades de autocuidado de una persona realizadas de manera correcta conducen a la satisfacción de sus necesidades básicas, por lo tanto, las actividades que

---

<sup>6</sup> García Suso, Enfermería Comunitaria: Bases Teóricas, pp.214

<sup>7</sup> Ibid , pp.89



conllevar a satisfacer las necesidades son entendidas como comportamientos saludables.

Los elementos que influyen en los estilos de vida que adoptamos se enmarcan de manera general en:

- Percepción de la salud y la enfermedad
- Comportamientos: saludables o no saludables
- El nivel cultural familiar
- La disponibilidad económica de la familia
- La cantidad y tipo de factores del entorno familiar y social: presiones.
- La personalidad del individuo en cuestión, donde a partir de cierta edad el hombre comienza a ser consciente del mundo y se inicia en la toma de decisiones que incluyen la adopción o rechazo de ciertas conductas.

De acuerdo a las condiciones del entorno, cada persona adquirirá determinados comportamientos que irán marcando, un modo, una forma de vivir, hasta conferirle un estilo de vida particular y propio. Las características de los comportamientos que se integren en el estilo de vida determinan si son saludables o no y para determinarlo se debe conseguir una satisfacción en los requisitos de autocuidado de cada persona. Se considera el estilo de vida como un conjunto de comportamientos y prácticas habituales que confieren un estilo determinado de vivir.

La adquisición de comportamientos que sustentan un estilo de vida está condicionada por el conocimiento, la voluntad y la capacidad que se tiene en relación a la adopción de una conducta.

- **Comunicación:** Etimológicamente “comunicar” proviene del latín communis, a través de la comunicación se establece una relación en donde se comparten ideas, sentimientos y actitudes.

La comunicación en educación para la salud es un proceso en donde se transmite la información para desarrollar actitudes y adquirir comportamientos. En la comunicación están involucrados tres elementos: el emisor, receptor y el mensaje que se desea compartir.

El emisor es aquel que desea comunicar algo y para llevarlo a cabo necesita elaborar un mensaje con el contenido de la información, de tal forma que pueda ser emitido y codificado hacia el receptor en donde este mismo ha de recibirlo, decodificarlo, o lo que es lo mismo interpretar el mensaje en algo que le beneficie.

- **El aprendizaje:** Forma parte del proceso educativo que reposa en las experiencias, la motivación y la comprensión de cada persona por lo que requiere el uso y aplicación de programas adaptados a las necesidades de la población.<sup>8</sup>

#### **5.1.3.4. Métodos y medios en Educación para la Salud**

Son instrumentos que forman parte del programa de educación para la salud que responde a objetivos previamente establecidos. Los métodos se clasifican en unidireccionales y bidireccionales basándose en la relación que se establece entre el emisor y el receptor de un mensaje, y en directos e indirectos refiriéndose a la capacidad del receptor para hacer llegar al emisor el efecto del mensaje.

---

<sup>8</sup> García Suso, op.cit, pp.213-215

El papel de enfermería se sustenta en una sólida formación y los métodos que mas utiliza en su intervención en la educación para la salud dentro de la comunidad son: el dialogo, la entrevista, la discusión en grupo y la charla.

- **La entrevista:** En el dialogo o la entrevista se persigue conocer la situación de salud del entrevistado en donde se ofrece la formación y colaboración para promover comportamientos saludables y la solución de problemas.
- **La discusión en grupo:** Es un método democrático y participativo en la educación para la salud que permite el análisis, la reflexión de experiencias personales, creencias y actitudes de los que participan, en donde se les posibilita a cada uno darse cuenta de sus errores y limitaciones, al mismo tiempo dar su opinión, ideas y sentimientos.
- **La charla:** Es un método útil para transmitir información a un grupo de personas en un espacio de tiempo corto, en donde se permite debatir a los participantes. Se considera más oportuno que el tema a tratar sea promovido por la comunidad el cual responda a aspectos generales de su interés, asimismo se recomienda que durante la exposición se utilicen frases cortas, evitar expresiones negativas y la facilitación de ejemplos e imágenes que faciliten una mejor comprensión.<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> García Suso, Enfermería Comunitaria, pp. 218,219

#### **5.1.3.5. Agentes y ámbitos en Educación para la Salud**

Existen múltiples ámbitos de aplicación de educación para la salud la cual acompaña a la persona durante toda su vida, en todas las edades, situaciones y grupos sociales.

Se entiende por agente de salud a las personas que tienen especial relevancia en la promoción de la salud dentro ella el campo del profesional de enfermería, asimismo es importante tomar en cuenta la participación de las personas como agentes de su salud ya que se ve condicionada por el ámbito en que se desenvuelven.

El campo de la educación para la salud se desenvuelve en diferentes ámbitos en donde la población forma parte del cuidado de su salud, los cuales son: Escuela, Comunidad, Medios de comunicación, Medio laboral, Consulta y Hospital.

#### **5.1.4. Educación para la Salud en la escuela**

La importancia de la participación en este ámbito se ve reconocida desde tiempo atrás, en donde se tratan temas como: higiene bucodental, alimentación, drogas, enfermedades de transmisión sexual, etc.

El equipo de atención primaria, colegios, los padres y la comunidad tienen un papel que desempeñar a través de procesos participativos. Las razones que explican la importancia de la participación en este ámbito son:

- Su amplia cobertura, debido a que la escolarización es obligatoria hasta los 16 años por lo que es fácil llegar a esta población.
- Las edades tempranas a las que se dirige, en la que es más sencilla la adquisición de hábitos positivos.

En la escuela el niño va asimilando la información que se le proporciona mediante la adquisición de conocimientos, valores y comportamientos elementos que son importantes para la vida en donde la salud debe ocupar un lugar importante ya que es un elemento esencial para el bienestar y el desarrollo humano.

Los comportamientos se encuentran relacionados con los problemas de salud que requieren una prevención desde temprana edad donde a través de la escuela el niño debe aprender a cuidar su salud, su entorno a la vez que se relaciona con los demás

Las acciones educativas intervienen en la modificación y el mejoramiento de los estilos de vida, el cual permite comprender y conocer los factores que determinan la salud, y a través de la capacitación del individuo le permite intervenir en el fomento, mantenimiento y recuperación de su salud.<sup>10</sup>

#### **5.1.5. Educación para la Salud en el trabajo**

El ámbito laboral como espacio educativo para el desarrollo de acciones en fomento de la educación para la salud es de importancia ya que es donde la persona permanece el mayor tiempo y por ello debe contar las condiciones necesarias de seguridad para prevenir daños en el trabajador.

Las acciones del personal de salud en este ámbito requiere la atención en materia de prevención orientadas a la capacitación del trabajador en la identificación de factores que puedan generar un daño debido al aumento de desarrollo tecnológico.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> Frías Osuna Antonio, Salud Pública y Educación para la Salud, pp. 339,400

<sup>11</sup> Perea Quesada, Educación para la Salud: Reto de nuestro tiempo, pp.183-186

## ▪ **Prevención de riesgos laborales**

Dentro de la salud laboral, la seguridad e higiene en el trabajo es de relevancia el cual tiene por objeto promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de medidas y acciones necesarias para la prevención de riesgos derivados del trabajo.

El ámbito laboral debe proveer la seguridad del trabajador y para ello debe contar con el equipo de protección necesario para protegerlo de los riesgos que amenacen su bienestar.

La protección de los trabajadores frente a riesgos laborales requiere la participación del personal de salud a través del desarrollo de un plan de prevención de riesgos en el trabajo, asimismo la información y formación que se les da a los trabajadores en relación a su puesto ayuda a disminuirlos.

Las principales funciones de prevención en el trabajo son:

- Promoción de la salud en el ámbito laboral
- Vigilancia de la salud de los trabajadores
- Identificación de riesgos laborales que produzcan enfermedades en el trabajador
- Asistencia de primeros auxilios y urgencias.

### **5.1.6. La Educación desde la Promoción de la Salud**

Es importante conocer de forma más detallada las relaciones que existen entre los comportamientos individuales, las condiciones del entorno y los riesgos para la salud que existen en una comunidad la cual determina la participación de la educación para la salud.

Las actividades en educación para la salud se encuentran basadas en la provisión de oportunidades de aprendizaje encaminadas a cambiar aquellos comportamientos que dañan la salud. La educación para la salud puede orientarse hacia el individuo o grupo de personas (colectiva).

Las acciones dirigidas a la salud individual orientan en relación a la higiene y salud personal, dando a conocer los riesgos que ocasionan el tabaquismo, el alcohol y la drogadicción. En relación a la salud colectiva, la educación motiva a participar a la comunidad en acciones tendientes a mejorar las condiciones desfavorables del ambiente que dañen su salud como: saneamiento básico (abastecimiento de agua, manejo de la basura), condiciones sanitarias de la vivienda.<sup>12</sup>

La promoción de la salud se dirige a mejorar el estado de salud mediante acciones de provisión de servicios de profilaxis, control del medio ambiente y el desarrollo de políticas de las organizaciones, por lo que requiere la participación de una población que conozca el proceso para lograr el cambio de las condiciones que determinan la salud.<sup>13</sup>

La educación para la salud es una herramienta importante para lograr mejorar y mantener la salud a través de la adquisición de comportamientos y estilos de vida favorables.

### **5.1.7. Promoción de la Salud**

La salud es considerada como uno de los mayores retos que requiere la realización de acciones y la participación de todos en donde la promoción de la salud debe orientarse a mejorar las condiciones de vida y bienestar que ayuden a mantenerla y preservarla.

---

<sup>12</sup> Álvarez Alva, Educación para la Salud, pp. 49,50

<sup>13</sup> Organización Panamericana de la Salud, Promoción de la Salud: una antología, pp. 184

La promoción de la salud interviene en la modificación de comportamientos ya que se refiere al cambio de una conducta debido a que los factores relacionados con los problemas de salud se encuentran ligados a los estilos de vida.

El término Promoción de la Salud fue propuesta por Henry E. Sigerist en 1945 y en 1986 se realizó una conferencia dando a conocer la carta de Ottawa en donde la define como: “La promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud; para alcanzarla el individuo o grupo debe ser capaz de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adoptarse al medio ambiente”.<sup>14</sup>

#### **5.1.7.1 Rol del profesional de Enfermería en la Promoción de la Salud**

La necesidad de las personas por buscar aumentar su responsabilidad ante su salud y el autocuidado requieren de asesoramiento sanitario. La tendencia de la promoción de la salud por mejorar las condiciones de vida de la población permite a los profesionales de enfermería ayudar a las personas y comunidades a adoptar conductas saludables.

La utilización de programas para la promoción de la salud comprende la difusión de la información; estimación del riesgo sanitario y valoración del bienestar; cambio del estilo de vida y conducta; programas de control ambiental.

La difusión es un medio que permite brindar la información a la población sobre el riesgo de determinados estilos de vida y de conductas, así como de dar a conocer los beneficios de cambiar dicha conducta mejorando la calidad de vida. La difusión de la información es una estrategia útil que aumenta el grado de conocimientos y la concienciación de los individuos y grupos sobre los hábitos saludables considerando los factores culturales y grupos de edad.

---

<sup>14</sup> Restrepo Jorge, Salud Pública, pp.92



Los programas de estimación de riesgo sanitario y de valoración del bienestar se utilizan para informar a la población de los factores de riesgo que son inherentes en su vida, para motivarlos a reducir los riesgos así como desarrollar hábitos de salud positivos.

Los programas de cambio de estilo de vida y de conducta requieren la participación de los individuos dirigidos a la mejora de la calidad de vida y la ampliación de la longevidad. Los individuos normalmente consideran cambiar sus estilos de vida después de informarles de la importancia de su modificación a través de programas donde se tratan diversos temas como el estrés, conocimientos sobre nutrición, control de peso, dejar de fumar y el ejercicio.

El papel del profesional enfermero es trabajar con la gente, no para la gente, esto quiere decir actuar como facilitador del proceso de valoración, análisis y comprensión de la salud.<sup>15</sup>

## **5.2. ENFERMERÍA COMUNITARIA**

### **5.2.1. Antecedentes**

El origen de la enfermería comunitaria se sitúa en 1859 en Gran Bretaña bajo la mano del filántropo Rathbon formando la primera organización de enfermeras de salud pública, denominadas enfermeras visitadoras cuyas funciones eran atender a los enfermos pobres en su domicilio proporcionando cuidados, educación y medidas higiénico-sanitarias y sociales.<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> Kozier Barbara, Fundamentos de Enfermería: Conceptos, proceso y práctica, pp.139

<sup>16</sup> Sánchez Moreno, Enfermería Comunitaria 3, pp.107

### **5.2.2. Definición**

La enfermería comunitaria combina conocimientos de las ciencias de la salud pública con teorías de la enfermería profesional, para proteger y aumentar la salud de los individuos de la comunidad.<sup>17</sup>

La enfermera comunitaria toma en cuenta las necesidades de la población llegando a ser una parte activa de la comunidad, conociendo a sus miembros, sus necesidades, recursos y colaborando en planes de promoción de salud y prevención de enfermedades. La base filosófica de la enfermería basada en la comunidad es el modelo ecológico humano que examina al individuo desde la familia, comunidad, cultura y sociedad.

La unidad de atención para la enfermera comunitaria es la familia donde a través de ella puede llegar a todos sus miembros para que alcancen mejores niveles de salud.

Teniendo como medio principal la visita domiciliaria en donde el hogar es el mejor lugar para conocer las interacciones familiares, la adaptación y los estilos de vida.

Además, de mantener contacto con la familia se encuentran los centros de trabajo, la escuela, centros recreativos, donde las personas viven y se relacionan manifestándose las necesidades y factores de riesgo que afectan a su salud.

### **5.2.3. Ámbitos de actuación de la Enfermería Comunitaria**

#### **5.2.3.1. Comunidad**

El término comunidad se da a un grupo de personas, cosas, o un área geográfica que tiene valores, intereses y necesidades comunes.

---

<sup>17</sup> Potter Patricia, Fundamentos de Enfermería, Vol.I, pp.52

La comunidad es el lugar de trabajo del profesional de enfermería y un recurso para promover la salud, lo que requiere conocer a su gente, territorio, cultura y los problemas de salud mas frecuentes de la población.<sup>18</sup>

Para el desempeño de acciones educativas en promoción de la salud la enfermera necesita establecer relaciones cordiales, comunicación positiva favoreciendo un clima de respeto y confianza en la comunidad.

La participación de la comunidad es relevante en la adquisición de comportamientos por lo que se debe trabajar con las personas para mejorar su bienestar.

#### **5.2.3.2. Centros Educativos**

La enfermera comunitaria en la escuela desarrolla una participación activa colaborando en la creación de entornos que facilitan el desarrollo del niño en materia de salud y bienestar.

El niño permanece mucho tiempo en la escuela, jugando, aprendiendo y relacionándose con su entorno y es aquí donde la enfermera funge como enlace entre padres y educadores para asegurar las mejores condiciones para su desarrollo. La presencia de la enfermera en los centros educativos permite la colaboración con los docentes incorporando en su formación temas en educación para la salud.<sup>19</sup>

#### **5.2.3.3 Medio Laboral**

Le enfermera comunitaria en el sector laboral centra su acción en la atención directa de los trabajadores a través de acciones de promoción y prevención, canalizando su participación en las empresas en la identificación de riesgos.

---

<sup>18</sup> Ramos Calero, Enfermería comunitaria: Métodos y Técnicas, pp. 70,71

<sup>19</sup> García Suso, Enfermería Comunitaria: Bases Teóricas, pp.288, 289

## **VI. MARCO REFERENCIAL**

En el marco referencial se hace una descripción de la estructura y función de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik asimismo de la Escuela Primaria “Dr. Belisario Domínguez” lugar donde se llevaron a cabo las acciones en fortalecimiento de la Educación para la Salud en base a los factores de riesgo identificados en la población.

### **6.1. COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO TOJTIK, CHALCHIHUITÁN**

#### **6.1.1. Antecedentes de las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo**

Desde 1984 se concibió el programa de los Centros de Desarrollo Comunitario, instrumento para promover el desarrollo social y económico de las localidades indígenas y marginadas de Chiapas. El programa implicó acciones de capacitación para la práctica de oficios tales como carpintería, herrería, panadería, corte y confección, entre otros, y la construcción de tres centros en los cuales pudieran ejercerse dichas labores, en un concepto que también implica la recreación como aprovechamiento del tiempo libre y la práctica de medidas de higiene para mejorar la salud familiar.<sup>20</sup>

De esta forma, los habitantes de las poblaciones indígenas se han integrado paulatinamente a un proceso de desarrollo social y económico, mejorando su nivel de vida sin perder el arraigo familiar y social.

---

<sup>20</sup> Gobierno de Chiapas, Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo en internet: <http://www.dsosial.chiapas.gob.mx/comunidades/>.

### **6.1.2. Creación de las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo**

A finales de 1984 se crean las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo, denominadas en ese entonces como CEDECOS formando parte de la entonces Subsecretaría de Asuntos Indígenas que para 1989 pasa a la Secretaría de Desarrollo y Fomento Económico y en ese mismo año al Sistema Estatal DIF.

Los Centros de Desarrollo Comunitario se iniciaron con una etapa de construcción de una granja escuela integral que actualmente corresponde al área AGROPECUARIA, área TECNICO-ARTESANAL (talleres de carpintería, herrería, corte y confección, hilados y tejidos), área de SERVICIOS (panadería, tortillería y tecnología de alimentos) y finalmente un área designada para la construcción de los albergues, cocina-comedor, biblioteca, aulas y canchas deportivas en el cual todas estas etapas fueron realizadas para los tres centros.

Con la nueva misión de la Secretaria de Desarrollo Social se trata de consolidar los servicios de las Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo a partir del año 2003, que tiene como objetivo realizar actividades enfocadas hacia el desarrollo social de las comunidades, proporcionando formación, capacitación, asistencias técnicas, producción y servicios de organizaciones sociales, civiles, grupos y personas de la zona urbano marginales, rurales y de los pueblos indígenas, formando capacidades, valores y conocimientos que le permitan mejorar sus condiciones de vida .

A partir del mes de junio del 2004 se hace la validación por la Subsecretaria de Planeación, el cambio de denominación de CEDECOS a Comunidades de Aprendizaje para el Desarrollo ""TOJTIK"" municipio de Chalchihuitán; "Porfirio Encino Hernández La Albarrada" en la Ciudad de San Cristóbal de las Casas y "Jlekilaltik" en el Ejido Saltillo

del Municipio de las Margaritas; esta gestión se funda en la política transversal del nuevo gobierno, que comprende la nueva función con los pueblos indígenas del estado, a través de programas de desarrollo que conlleven al respeto de su cultura promoviendo su ideología y fisiología.

## **6.2. DESCRIPCIÓN DE LA COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO TOJTIK**

**Dependencia:** Secretaría de Desarrollo Social

**Ubicación:** En la entrada de la cabecera municipal, Km 4 +500, Carretera San Cristóbal– Chalchihuitán; Municipio Chalchihuitán

**Límites:** La Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo “TOJTIK “, limita al norte con la comunidad de Cruztón; al este con la comunidad de Phom; y al oeste con la cabecera municipal de Chalchihuitán.

### **6.2.1. OBJETIVOS**

**General:**

Realizar actividades enfocadas hacia el desarrollo social de las comunidades, proporcionando formación, capacitación, asistencia técnica, producción y servicios a organizaciones sociales, civiles, grupos y personas de las zonas urbano marginales, rurales y de los pueblos indígenas, fomentando capacidades, valores y conocimientos que les permita mejorar sus condiciones de vida.

### **Específicos:**

- Proporcionar capacitación a la población interesada en aprender un oficio.
- Brindar cursos dirigidos hacia los prestadores de servicio o capacitadores que ayude a incrementar su preparación.
- Dar seguimiento a la capacitación que se brinda a los cursantes de las comunidades, basada en un proceso de retroalimentación el cual les permita enfrentarse a su realidad.
- Elaborar programas de educación ambiental, educación sexual, planificación familiar, salud, nutrición y alfabetización en coordinación con el DIF regional, el Instituto Nacional para la Educación de los Adultos (INEA) y otras instituciones gubernamentales y privadas.
- Realizar evaluaciones periódicas de los procesos de enseñanza-aprendizaje referentes a contenidos temáticos, metodología de enseñanza en la impartición de los talleres del capacitador hacia el cursante.
- Realizar eventos culturales, deportivos y recreativos, en donde formen parte los cursantes, trabajadores, personas y la población estudiantil de las instituciones educativas cercanas a la comunidad.

### **6.2.2. Visión**

Ser un espacio creativo, de dialogo e intercambio, para el fortalecimiento de las capacidades sociales y humanas sustentadas en la equidad de genero, los derechos humanos, la diversidad cultural y el medio ambiente, en un marco de respeto, honestidad y corresponsabilidad .

### 6.2.3. Misión

Brindar espacios y oportunidades de formación, capacitación, asistencias técnicas, producción y servicios en beneficios de personas, grupos, familias y comunidades de zonas urbano-marginales, rurales e indígenas, mediante la vinculación con organismos sociales y civiles, instituciones y personas que trabajan por el desarrollo sustentable y el mejoramiento de la calidad de vida.

### 6. 2.4. AREAS

Se compone por diferentes áreas las cuales son: artesanal, técnica, agropecuaria, trabajo social y servicios las cuales se describen a continuación:

- **Artesanal:** Se elaboran prendas de vestir, objetos de uso personal y de ornato, cuya fabricación es básicamente manual, con poca intervención de maquinaria y gran creatividad, utilizando materias primas de origen natural primordialmente. Los trabajadores de esta área deben tener la habilidad necesaria para elaborar los artículos con las características requeridas.
- **Técnica:** Se elaboran artículos de madera y fierro, así como reparación y mantenimiento de construcciones. Los trabajadores de esta área deben contar con los conocimientos técnicos requeridos para realizar las actividades de cada taller o sección.
- **Agropecuaria:** Esta área es de explotación y conservación de recursos naturales. Los trabajadores de esta área deben tener los conocimientos técnicos necesarios para realizar las actividades de cada sección.



- **Trabajo Social:** Comprende el conjunto de actividades encaminadas a fortalecer e integrar a grupos de personas a una sociedad, mediante: acceso a la salud, actividades recreativas, culturales y deportivas.

A petición de las personas que viven en comunidades de muy bajos recursos económicos y que no pueden llegar a la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik, se les da un apoyo que consiste en un programa de capacitación denominado asistencia técnica, donde los capacitadores, materias primas y equipo se trasladan hasta las propias comunidades y así ellos puedan capacitarse mejorando sus condiciones de vida.

- **Servicios:** Comprende el conjunto de actividades encaminadas al servicio de los cursantes y de grupos externos: alimentación y hospedaje. Los trabajadores de esta área deben tener actitud de servicio y los conocimientos técnicos requeridos para cumplir sus asignaciones.

El servicio de hospedaje cuenta con albergues para los cursantes internos y externos de los diversos talleres asimismo se proporciona este servicio a los trabajadores de la comunidad que viven alejados de su hogar. Los albergues se dividen para hombres y mujeres.

Otra de las funciones de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo, es la de proporcionar el servicio para uso de instalaciones: auditorio, aulas, albergues, cocina-comedor, áreas deportivas a instituciones educativas, dependencias gubernamentales, enfocadas a la capacitación y al servicio social.

### **6.2.5. Descripción de talleres**

En la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik se imparten los siguientes talleres: carpintería, horticultura, piscicultura, porcicultura, avicultura, cunicultura, silvicultura, lombricultura, casa de hongos, hilados y tejidos, corte y confección, tortillería y panadería. (Ver Anexo 2 para una mayor descripción).

### **6.3. DESCRIPCIÓN DE LA ESCUELA PRIMARIA “DR. BELISARIO DOMÍNGUEZ”**

Las acciones en fomento a la educación para la salud también se dieron a conocer a la población escolar de una institución educativa de nivel primaria, la cual se describe a continuación:

- **Nombre:** Dr. Belisario Domínguez
- **Ubicación:** Chenalhó
- **Dependencia:** Secretaría de Educación Pública
- **Asignaturas que se imparten:**

1º y 2º Grado: Español, Matemáticas, Conocimiento del medio, Lengua indígena.

3º y 4º Grado: Español, Matemáticas, Ciencias Naturales, Historia, Geografía, Civismo y Lengua indígena.

5º y 6º Grado: Español, Matemáticas, Ciencias Naturales, Historia, Civismo, Geografía, Educación Física y Educación Artística

El ciclo escolar tiene una duración de 10 meses y se labora de Lunes a Viernes.

## Infraestructura

La escuela cuenta con: 1 dirección, 1 almacén, 1 sala de juntas y 8 salones:

- **Dirección:** Construida de paredes de tabique, techo de loza y piso de cemento, con ventanas y cristales completos, puerta de metal; en su interior cuenta con 1 escritorio, sillas, 1 computadora e impresora, además, cuenta con un mueble en donde se encuentran libros de consulta bibliográfica.
- **Almacén:** Construida de paredes de tabique, techo de loza y piso de cemento, en su interior se guarda la despensa que le dan a los niños para su alimentación.
- **Sala de Juntas:** Construida de paredes de tabique, techo de lámina, y piso de cemento.
- **Salones:** Construidos de paredes de tabique, con techo de loza y lámina, ventanas de aluminio con cristales completos, puertas de metal, los salones están por lo general sucios ya que no se deposita la basura en su lugar. En su interior cuentan con butacas para los alumnos; escritorios y sillas para los maestros.
- **Recreación:** cuenta con 1 cancha deportiva en donde los niños realizan actividades deportivas y festivos.
- **Eliminación de excretas:** Total 2 sanitarios, está construido de tabique y loza, cuenta con agua potable y drenaje, que por lo general se encuentran sucios ya que los escolares no tienen el hábito de mantenerlos limpios.
- **Eliminación de Basura:** Los salones y el patio de la escuela cuenta con botes de basura pero los niños no tienen la costumbre de ponerla en su lugar.

La basura que se genera en la escuela es llevada al depósito municipal.

- **Nivel Académico.** Los profesores cuentan con preparación académica a nivel licenciatura en educación primaria.

Los profesores son bilingües, ya que tienen que comunicarse en el idioma español y la lengua materna que es el tsotsil para facilitar el aprendizaje en la población estudiantil por lo que las clases las imparten en las dos lenguas.

- **Recursos:** Cuenta con computadora, línea telefónica.

La población total con la que se trabajo son 211 escolares de los cuales 118 son hombres y 93 mujeres. Las edades de los escolares oscilan entre los 6 y 12 años, los grupos con los que se trabajo fueron 8, de diferentes grados los cuales se mencionan a continuación:

1º: con un total de 35 alumnos del cual 17 son mujeres y 18 hombres

2º: con un total de 26 alumnos del cual 14 son mujeres y 12 hombres.

3º A: con un total de 24 alumnos del cual 9 son mujeres y 15 hombres.

3º B: con un total de 23 alumnos del cual 11 son mujeres y 12 hombres.

4º: con un total de 36 alumnos del cual 19 son mujeres y 17 hombres.

5º: con un total de 29 alumnos del cual 14 son mujeres y 15 hombres.

6º A: con un total de 19 alumnos del cual 4 son mujeres y 15 hombres.

6º B: con un total de 19 alumnos del cual 5 son mujeres y 14 hombres.

## **VII. ACTIVIDADES EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

### **7.1. DESARROLLO DE ACTIVIDADES EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

#### **7.1.1. COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO TOJTIK**

**Ubicación:** Chalchihuitán, Chiapas

**Periodo:** 1º de Agosto del 2005 al 31 de Julio del 2006

**Dirigida:** Población Operativa

- **Metodología de Enseñanza:**

La metodología que se llevó a cabo para la impartición de programas en Educación para la Salud fue de acuerdo a los factores de riesgo detectados en los talleres en el cual los trabajadores desempeñan sus actividades impartiendo la enseñanza a los cursantes.

Se llevó a cabo la monitorización de los talleres a través de la entrevista y la observación detectando factores de riesgo que pudieran ocasionar accidentes en los trabajadores en su área de trabajo. De acuerdo a los factores detectados se llevo a cabo un programa de salud en Prevención de Accidentes, el cual tiene como finalidad disminuir y evitar los riegos que puedan originar un accidente dañando el bienestar de los trabajadores.

Asimismo se dieron a conocer temas de educación para la salud a la población el cual se impartían cada 15 días, los días martes. Los temas que se brindaron fueron a través del método de la charla, exposición, apoyada de material didáctico como el rotafolio, periódico mural, que permitiera a los trabajadores tener una mejor comprensión.

Los temas en educación para la salud impartidos fueron los siguientes: nutrición, higiene personal, higiene dental, higiene sexual, medio ambiente (Ver foto1 Anexos), enfermedades respiratorias, enfermedades gastrointestinales, cáncer de mama, autoexploración mamaria, cáncer cervicouterino, cáncer de próstata, hipertensión arterial, diabetes, autoestima, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, alcoholismo, tabaquismo, violencia intrafamiliar.

Debido a la cultura, falta de conocimientos y familiaridad acerca de los temas impartidos los trabajadores mostraban cierto pudor, es por ello que se trato de ganar su confianza e interés ya que eran muy poco participativos en las dinámicas que se realizaban. Los temas que se dieron a conocer se hablaban en términos coloquiales para su fácil comprensión además de que no todos entendían bien el castellano y podían comprender algo equivocado.

Al culminar la impartición del tema se proseguía a la evaluación para ver si se había entendido bien, aclarando las dudas que pudieran haber tenido.

Los temas que se dieron a conocer fueron en beneficio de mejorar los estilos de vida de los trabajadores generando conductas y comportamientos sanos que les permitan mejorar su bienestar haciendo hincapié en la prevención de accidentes.

- **Evaluación de actividades:**

El trabajo realizado en la comunidad en promoción de la educación para la salud nos puso frente a retos grandes uno de ellos comprender los factores culturales y hábitos que tenía la población indígena tsotsil.

De acuerdo a nuestra formación los servicios de salud deben ser otorgados a la población que lo demande sin discriminar sexo, color o raza el cual debe ser con

responsabilidad y ética. Los trabajadores de la comunidad en su mayoría son indígenas y hablan el castellano y el tsotsil que es su lengua materna. Los hombres son jefes de familia y las mujeres además de trabajar desempeñan sus labores en el hogar.

De acuerdo a sus costumbres y creencias las mujeres deben ser sumisas y dedicarse nadamás a las labores del hogar. En temporada de vacaciones los niños ayudan en las actividades del hogar entre ellas la cosecha y siembra de frijol, maíz, café.

La actividad económica de la población se basa en la agricultura y su gastronomía esta compuesta por maíz, frijol, chile, café y la bebida regional es el pozol (masa con agua) la cual toman a medio día.

Analizando los factores que determinan las condiciones de vida y salud de la población se desarrolla acciones en promoción de la salud donde la comunicación fue una herramienta importante para la promoción de la educación para la salud.

El proceso de comunicación entre la enfermera (emisor) y la población (receptor) es importante ya que a través de ella se dieron a conocer los temas en educación para la salud. La comunicación que se tuvo con los trabajadores fue buena ya que ellos en su mayoría hablan y entienden el castellano.

La finalidad de promover la salud es el de generar un bienestar completo que le permita a la persona desempeñar sus actividades en el área laboral y para poder desempeñar sus actividades es necesario tener un entorno favorable es por ello que se llevó a cabo un programa de prevención de accidentes debido a los factores de riesgo detectados.

Se colocaron botiquines (Ver foto 4 Anexos) en cada taller los cuales contenían elementos básicos como: iodine, gasas, curitas, alcohol, vendas, debido a la falta de recursos y presupuesto, asimismo, se habló con el coordinador para disminuir los

riesgos que pudieran ocasionar un accidente entre ellos la pavimentación de escaleras que anteriormente eran de tierra el cual era un riesgo que podía ocasionar caídas en temporada de lluvia.

Se habló con los trabajadores para que utilizaran medidas de protección para evitar accidentes como la utilización de manoplas en panadería y evitar colocar los mangos de los sartenes afuera de la estufa durante la preparación de los alimentos, asimismo se realizaron reglamentos en el área de comedor y cocina.

La relación afectiva con los trabajadores fue buena aunque al principio se mostraban apáticos en la impartición de los temas de educación para la salud pero poco a poco se fue ganando su participación, interés y confianza.

El fomento a la educación para la salud tiene como objetivo contribuir a mantener una vida sana generando y mejorando las condiciones de vida de las personas las cuales se ven influenciadas por aspectos socioeconómicos como el ambiente, la dieta y las prácticas o estilos de vida.

Es importante dar a conocer las conductas de vidas saludables y no saludables; las conductas saludables son actividades relacionadas con el mantenimiento, el logro o la recuperación de la salud donde se encuentran la nutrición, la higiene y el ejercicio, asimismo la prevención de enfermedades. Las conductas de salud negativas incluyen prácticas como el tabaquismo, alcoholismo que perjudican a la salud.

A través de la participación de enfermería en la educación para la salud se debe dar a conocer a la población los riesgos que pueden dañar a su salud asimismo lograr el convencimiento de adquirir conductas que les permita participar en el cuidado de su bienestar.



## **7.1.2. ESCUELA PRIMARIA “DR. BELISARIO DOMÍNGUEZ”**

**Ubicación:** Chenalhó, Chiapas

**Periodo:** 23 de Febrero al 30 de Junio del 2006

**Dirigida:** Población estudiantil

- **Metodología de enseñanza:**

Los programas de educación para la salud que se dieron a conocer en la población estudiantil fueron cada 8 días, los días jueves, a través del método de la charla, el dialogo y la exposición.

Los temas en educación para la salud en los escolares tenían la finalidad de dar a conocer estilos de vida generando hábitos sanos como el baño diario, cepillado dental, cuidado del entorno en que viven favoreciendo su bienestar.

Para facilitar la comprensión de los temas en educación para la salud dirigida a los escolares se desarrolló material didáctico como carteles, rotafolio, periódico mural y modelos de enseñanza, asimismo se llevó acabo la preparación de material lúdico que la hicieran más dinámica como el memorama, rompecabezas, serpientes y escaleras, modelos de hule espuma.

El material didáctico se realizaba en la Casa de Salud de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik mismo que nos proporcionaba para poder desempeñar las actividades en educación para la salud y a pesar de no contar con todo el material solicitado fue aquí donde la creatividad se puso en práctica para poder llevar a cabo nuestro trabajo.

La participación de los escolares fue importante por ello se realizaba una evaluación al término del tema aclarando las dudas que se pudieran haber generado lo cual permitió tener una mejor relación con ellos a través del respeto y la confianza que nos brindaron.

Uno de los temas que los profesores nos pidieron que diéramos a conocer fue el de métodos anticonceptivos debido a que argumentaban que era importante que lo conocieran ya que los niños de los grupos de 5º y 6º pronto pasarían a la secundaria en donde la mayoría de ellos decide casarse debido a su cultura donde la mujer debe casarse entre los 12-15 años generando en algunos casos embarazos a temprana edad y aumento de la morbilidad materno infantil por la falta de información.

La búsqueda de información bibliográfica fue un factor importante para la impartición de temas en educación para la salud, donde se estudiaba el tema realizando un guión y material didáctico.

Los temas que se brindaron fueron diversos basados en los factores de riesgo identificados a través de programas en educación para la salud los cuales se mencionan a continuación:

- Higiene personal: baño, cambio de ropa, corte de uñas, peinado.
- Higiene Dental (Ver foto 2 Anexos)
- Nutrición
- Medio Ambiente: Manejo de la Basura
- Prevención de Enfermedades Respiratorias
- Métodos Anticonceptivos (Ver Foto 3 Anexos)

▪ **Evaluación de actividades:**

El trabajo realizado por el profesional de enfermería dirigido a la población escolar en fomento a la educación para la salud fue en base mejorar las conductas y comportamientos que tenían los escolares en los cuales se observó la falta de

realización de hábitos como el baño, cambio de ropa, cepillado dental y el manejo de la basura ya que tenían la costumbre de tirar la basura en el piso del salón.

Debido a estos factores se tomo la iniciativa de formar parte en el fomento y promoción de la salud a través de conductas que les permitieran cuidar y mejorar su bienestar, la de su familia y comunidad.

Es en esta edad en donde se puede formar parte de conductas generadoras que beneficien la calidad de vida de las personas ya que es en la escuela donde empiezan a tener conocimientos de la vida y es aquí donde la participación de la enfermera en la comunidad en beneficio de la salud se debe ver reflejada.

No fue difícil ganar la confianza de los niños ya que ponían interés y participación en los temas, lo cual nos motivaba a dar las pláticas. En temas como Métodos Anticonceptivos se llevo a cabo la demostración de la colocación del preservativo masculino por lo que genero cierto pudor entre los escolares por ello se trato con respeto debido a su cultura. Fue importante dar a conocer este tema ya que desgraciadamente en su mayoría las más afectadas son las mujeres debido a que se casan a temprana edad concibiendo inmediatamente donde la mayoría de ellas cree que si se niega a tener hijos las deja su cónyuge.

En cuanto a los escolares de grados menores se observaron otras conductas ya mencionadas como la falta de higiene personal y la falta de conocimientos de la prevención de enfermedades respiratorias en temporada de lluvia y frío.

Los factores económicos pueden intervenir para la realización de hábitos sanos como el cepillado dental por no contar con los elementos necesarios para su realización, es por ello que para poder modificar los estilos de vida fue importante otorgar los cepillos dentales así como dar a conocer las alternativas para su realización entre ellas el uso

de bicarbonato de sodio en lugar de pasta dental debido a la falta de recursos económicos para su obtención.

Para poder brindar los programas en educación para la salud se contó con transporte ya que la escuela se encontraba a una distancia de 30 minutos de la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik, Chalchihuitán, la cual era otorgada y facilitada por la misma. En ocasiones hubo dificultad para que se nos proporcionara el transporte pero pese a eso el plan de trabajo que nos habíamos puesto se llevó a cabo.

El trabajo que se realizó en fomento a la educación para la salud fue positivo ya que con el tiempo a pesar de haber estado 5 meses se observó que los niños ya iban con la ropa limpia, peinados y la basura la tiraban en el bote y no en el piso.

Aprender a cuidar la salud de uno mismo es importante ya que solo así se puede evitar padecimientos que pueden generar mayores costos y que debido al lugar en que se encuentran es difícil para ellos acceder a un servicio de salud cercano por la lejanía de ellos y la falta de medios para trasladarse.

## CONCLUSIONES

El servicio social me permitió conocer las necesidades a las cuales la población se encuentra expuesta afectando de manera directa o indirecta a su salud y bienestar, asimismo conocer mis capacidades y aptitudes las cuales fueron importantes ante la toma de una decisión en beneficio de la población.

Para dar a conocer hábitos de salud sanos se requirió el desarrollo de programas de salud dirigidos a los trabajadores de la Comunidad Tojtik y la población escolar de la Primaria de Chenalhó, por lo que fue importante comprender los factores culturales desde su vestimenta, gastronomía, actividad económica así como conocer las creencias y costumbres de la población.

Participar en el fomento y modificación de conductas a través de la Educación para la Salud permite a la población adoptar estilos de vida sanos y para ello se tuvo que dar a conocer temas de salud de su interés de acuerdo a sus necesidades. Fue importante implementar métodos para dar las pláticas debido a su cultura, entre ellos el diálogo para conocer sus costumbres y en base a ello implementar estrategias educativas en la promoción de la salud.

Un elemento importante para desarrollar y dar a conocer los programas en educación para la salud fue la investigación de los temas que se realizó la cual fue documental y vía Internet en la ciudad de San Cristóbal de las Casas Chiapas, debido a que en la comunidad no se contaba con fuentes de información.

El profesional de enfermería participa no solo en dar la información de estilos de vida sanos sino que es importante motivar a la población para que los adopte, dando a conocer los riesgos que conlleva una mala conducta.

Las acciones en promoción de la salud dirigida a los trabajadores fueron en base a los factores de riesgo identificados en las áreas de trabajo llevando a cabo un programa de salud en prevención de accidentes.

Es importante que los trabajadores contaran con un área de trabajo seguro, libre de riesgos que afecten a su bienestar por lo que se implementaron estrategias para reducir la presencia de accidentes, como la colocación de botiquines, elaboración de carteles.

También se dieron a conocer temas de salud a los trabajadores en donde se llevaron a cabo técnicas que no los aburriera ya que la utilización del rotafolio a veces hacía cansada la plática y para mantener su interés se utilizaron otros elementos como el periódico mural, memorama, serpientes y escaleras.

Las actividades educativas dirigidas a los escolares fueron en base a los factores de riesgo identificados y para ello se llevo a cabo un plan de trabajo dado a conocer al Director de la Escuela, el cual fue aceptado debido a que era la primera vez que se habría ese campo para dar pláticas de Educación para la Salud.

A pesar de haber estado 5 meses fue gratificante ver que el trabajo realizado se empezaba a reflejar en su conducta, como el que fueran con la ropa limpia, y que la basura la colocarán en el bote y no la tiraran en el piso, talvez no todos adoptaron conductas y comportamientos sanos pero lo importante es que nosotros formamos parte en la promoción del cuidado de la salud.

La profesión de enfermería tiene diversos campos de actuación entre ellos la comunidad en donde se tiene contacto con el primer nivel de atención mediante la prevención y promoción de la salud, esto significa que no sólo se centra nuestra actuación en el ámbito hospitalario.

Generar en la población la adopción de comportamientos y estilos de vida sanos requiere tomar conciencia del beneficio que brinda el tener un estado óptimo de bienestar por lo que el profesional de enfermería debe dar a conocer los beneficios que tiene adoptar una conducta sana y los riesgos que conlleva una mala conducta.

Es importante aprender a mantener y preservar la salud ya que para la mayoría de la gente que vive en comunidades alejada de los servicios de salud, a través de la promoción y prevención se pueden disminuir padecimientos que afecten a su bienestar.

Formar parte en la adquisición de comportamientos me permitió darme cuenta de que muchas de nuestras conductas pueden modificarse siempre y cuando se concientice a la población de la importancia de mantener un estado de bienestar óptimo.

## **SUGERENCIAS**

El servicio social para el Licenciado en Enfermería y Obstetricia es de gran relevancia ya que forma parte de su desarrollo profesional y personal por lo cual considero importante dar seguimiento a las actividades en educación para la salud realizadas en la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo Tojtik Chalchihuitán, asimismo seguir teniendo enlace con la Escuela Primaria Dr. Belisario Domínguez” ubicado en Chenalhó, Chiapas.

Es importante tener mayor apoyo durante el servicio social por parte de la escuela asignando un tutor académico, asimismo facilitar apoyos económicos para los pasantes ya que esto ayuda a solventar los gastos que se presentan durante nuestra estancia.



## BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez A. Educación para la Salud. 2ª ed. México: El manual moderno; 2005.
- Blanco R. Fundamentos de Salud Pública Tomo 1. 1ª ed. Medellín (Colombia): Corporaciones para investigaciones biológicas; 1997.
- Brizuela G. La participación comunitaria en la atención primaria de Salud. disponible en: URL:[www.enfermeriaconexión.com/comunitaria9.htm](http://www.enfermeriaconexión.com/comunitaria9.htm). Perú; 2006.
- Calvo BS. Educación para la Salud en la escuela. Madrid (España): Ediciones Díaz de Santos; 1992.
- Ehlers V. Saneamiento Urbano y Rural. 6ª ed. México: Interamericana S.A; 1966.
- García S. Enfermería Comunitaria: Bases Teóricas. Madrid: Ediciones DAE; 2000.
- Gernex-Rieux. Medicina Preventiva, Salud Pública e Higiene. 1ª ed. México: Limusa; 1989.
- Gispert CJ. Prevención del embarazo no deseado, 1ª ed. México: Alfil; 2004.
- Gobierno de Chiapas. Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo. Disponible en: URL:<http://www.dsosocial.chiapas.gob.mx/comunidades/>
- Frías OA. Salud Pública y Educación para la Salud. 1ª ed. España: Masson; 2002.
- Hayman S. Guía de los Métodos Anticonceptivos. 1ª ed. España: Ediciones Paidós; 1995.

- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal. Chalchihuitán. Disponible en: URL: <http://www.e-local.gob.mx/work/templates/enciclo/chiapas/municipios/07022a.htm>. Estado de Chiapas: Enciclopedia de los municipios de México; 2005.
- Klainberg M. Enfermería: Salud Comunitaria. 1ª ed. Colombia: Mc-Graw Hill Interamericana; 2000.
- Kozier B. Fundamentos de Enfermería: Conceptos, proceso y práctica. 7ª ed. España: Mc-Graw Hill Interamericana.
- Kroeger A. Atención primaria de Salud: Principios y métodos. 2ª ed. México: Pax; 1992.
- Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud: una antología. Washington: Publicación Científica; 1996.
- Perea QR. Educación para la Salud: Reto de Nuestro Tiempo. Madrid: Díaz de Santos; 2004.
- Potter P. Fundamentos de Enfermería I. 5ª ed. Madrid (España): Harcourt; 2002.
- Ramos CE. Enfermería Comunitaria: Métodos y Técnicas. 1ª ed. Madrid Valencia: Ediciones DAE; 2000.
- Sánchez MA. Enfermería Comunitaria 3. 1ª ed. Madrid (España): Mc-Graw Hill Interamericana; 2000.
- Tamayo y Tamayo M. El proceso de la investigación científica. 4ª ed. México: Limusa; 2001.

**ANEXOS**

## ANEXO 1



**Foto 1**  
**Medio Ambiente (Trabajadores)**



**Foto 2**  
**Higiene Dental (Escuela)**



## ANEXO 2. DESCRIPCIÓN DE TALLERES

- **Carpintería**

Ubicado al oeste de la Comunidad Tojtik, construcción de tabique, techo de lámina y piso de cemento, tiene 7 ventanas y una puerta, con buen estado de las instalaciones eléctricas. Tiene una duración de 24 semanas.

- **Piscicultura, porcicultura, avicultura, cunicultura, silvicultura y lombricultura**

Ubicado al aire libre con buena ventilación, el área de avicultura y lombricultura están hechos de madera con techo de lámina con piso de tierra y el área de cunicultura, porcicultura, con piso de cemento.

El área de piscicultura la conforman 2 estanques y tiene una duración de 2 semanas.

El área de porcicultura cuenta con 9 chiqueros y tiene una duración de 8 semanas.

El área cunícula esta constituido por 22 jaulas y la capacitación dura 8 semanas.

El área de lombricultura cuenta con 11 cajones y la capacitación tiene una duración de 1 semana.

- **Horticultura**

Superficie total 2 hectáreas que se encuentran en desnivel al lado oeste de las oficinas centrales. La capacitación tiene una duración de 8 semanas.

- **Casa de hongos**

Conformada por tres cuartos en los cuales son sala de preparación, sala de incubación y sala de producción. La capacitación tiene una duración de 2 semanas.

- **Hilados y tejidos**

Paredes de tabique, techo de láminas y piso de cemento; cuenta con buena ventilación e iluminación. El taller tiene una duración de 12 semanas.

- **Panadería**

Techo de lámina y teja, pared de concreto y piso de cemento. Cuenta con adecuada ventilación e iluminación. El mobiliario consta de 2 hornos de gas, mesas, bancos de madera y anaqueles para el material en la preparación del pan. El taller tiene una duración de 8 semanas.

### ▪ **Corte y confección**

La construcción es de forma hexagonal con techo de lámina, paredes de concreto y piso de cemento. El mobiliario consta de mesas, maquinas de coser de pedal, plancha eléctrica, sillas de madera, estante, espejo de pie completo. Cuenta con buena ventilación e iluminación. Tiene una duración de 16 semanas.

### ▪ **Tortillería**

La construcción está conformada por paredes de concreto, techo de lámina y teja, piso de cemento. Existe una toma de agua dentro del taller donde el tubo se encuentra por encima del suelo y sobresale. Las instalaciones eléctricas se encuentran en la parte exterior y en buen estado. El mobiliario consta de 1 mesa, 1 molino y 1 máquina para hacer tortillas. Cuenta con buena ventilación e iluminación. El taller dura 8 semanas.

## **FACTORES DE RIESGO**

- Riesgo de accidentes por lesiones en el taller de carpintería que se puede ocasionar por sufrir golpes con la madera, herramientas y material punzocortante.
- Riesgo de accidentes por caídas en el área de agropecuaria en temporada de lluvias por la tierra resbalosa.
- Riesgo de accidentes por lesiones en el área de agropecuaria relacionado con el manejo de herramientas y material punzocortante (azadón y machete).
- Riesgo de accidentes por quemaduras en el taller de tortillería por trabajar a elevadas temperaturas en la tortilladora.
- Riesgo de accidentes por traumatismo en el taller de tortillería ocasionados por manejar la amasadora y el molino.
- Riesgo de accidentes por lesiones en el taller de corte y confección ocasionada por el manejo de material punzocortante (tijeras y agujas)
- Riesgo de accidentes por quemaduras en el taller de corte y confección ocasionada por el manejo y uso de la plancha.
- Riesgo de accidentes por quemaduras en el taller de panadería por trabajar a elevadas temperaturas en el horno.

## **ANEXO 3. PROGRAMAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

### **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

#### **PREVENCIÓN DE ACCIDENTES**

##### **INTRODUCCIÓN**

Un accidente de trabajo es un suceso repentino que sobreviene por causa de las actividades realizadas en área laboral, y que produce en el trabajador una lesión, invalidez e incluso la muerte. Las causas de los accidentes son diversas entre ellos las condiciones del área de trabajo, falta de protección y capacitación.

Los accidentes son la principal causa de morbilidad en la población que puede ser ocasionado por diversos factores los cuales pueden prevenirse si se adoptan medidas de protección que favorezca el bienestar de los trabajadores.

##### **OBJETIVO**

- Favorecer las condiciones de trabajo de la población operativa dando a conocer medidas de prevención, protección y seguridad que ayuden a disminuir los riesgos de sufrir un accidente.

##### **CONTENIDO**

- Accidentes
- Causas de Accidentes
- Consecuencia de los accidentes
- Quemaduras
- Caídas
- Golpes
- Heridas

##### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

- Exposición del tema

##### **RECURSOS DIDACTICOS**

- Rotafolio



## **EVALUACIÓN**

- Lluvia de ideas
- Retroalimentación

## **REFERENCIAS**

Sesma. Accidentes del trabajo. Disponible en:  
URL:[http://www.paritarios.cl/especial\\_accidentes.htm](http://www.paritarios.cl/especial_accidentes.htm).

Morea L. Prevención de accidentes y manejo inicial de lesiones. Disponible en:  
URL:<http://www.monografias.com/trabajos26/prevencion-accidentes/prevencion-accidentes.shtm>; 1997.

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## **HIGIENE PERSONAL**

### **INTRODUCCIÓN**

La piel es uno de los principales mecanismos de protección de nuestro cuerpo, por medio de ella se libera el sudor que se genera al realizar actividades por lo que es necesario limpiar y cuidar nuestra piel a través del aseo.

La higiene personal son un conjunto de acciones que se llevan a cabo para mantener limpio nuestro cuerpo entre ellas el baño diario, cambio de ropa, peinado, lavado de manos, corte de uñas.

### **OBJETIVO**

- Promover en la población escolar la adopción de conductas generadoras de hábitos sanos como la realización de su cuidado y aseo personal integrándolos a sus estilos de vida.

### **CONTENIDO**

- Función de la Piel
- Baño
- Cambio de Ropa
- Lavado de manos
- Corte de Uñas
- Peinado

### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

Exposición del Tema

### **RECURSOS DIDÁCTICOS**

Rotafolio

## **EVALUACIÓN**

Lluvia de Ideas  
Retroalimentación

## **REFERENCIAS**

Kozier B. Fundamentos de Enfermería: Conceptos, Proceso y Práctica. 7ª ed. Edit. España: Mc-Graw Hill Interamericana.

Gernex- Rieux. Medicina Preventiva, Salud Pública e Higiene. 1ª ed. México: Limusa; 1989.

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## **HIGIENE DENTAL**

### **INTRODUCCIÓN**

El cuidado de los dientes es importante ya que por medio de ellos masticamos los alimentos para su fácil digestión asimismo le da la estructura a nuestra expresión facial.

Mantener en buen estado nuestros dientes conlleva a llevar a cabo técnicas para su cuidado entre ellas el cepillado dental. El cepillado dental consiste en limpiar nuestros dientes para eliminar los restos de comida en donde se pueden albergar gérmenes ocasionando problemas, entre ellos la caries dental y la halitosis.

La prevención de problemas como la caries dental puede evitarse a través de acciones como el cepillado dental, baja ingesta de dulces y alimentos con alto contenido de azúcar y la aplicación de fluor.

### **OBJETIVO**

- Promover y fomentar en la población escolar el hábito de mantener sanos los dientes mediante el cepillado dental dando a conocer los riesgos y problemas que pueden manifestarse (caries).

### **CONTENIDO**

- Función de nuestros dientes:
- Técnica de cepillado dental
- Caries Dental
- Importancia de la Aplicación de Fluor

### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

Exposición del tema  
Demostración de técnica de cepillado dental

### **RECURSOS DIDÁCTICOS**

Modelos de Enseñanza: boca, cepillo.  
Rotafolio

## **EVALUACIÓN**

Lluvia de ideas

Demostración de la técnica correcta del cepillado dental.

## **REFERENCIAS**

Calvo B. Educación para la Salud en la escuela. México: Ediciones Díaz de Santos; 1992.

Byrd O. Higiene. 3ª ed. México: Interamericana S.A; 1965.

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## **NUTRICIÓN**

### **INTRODUCCIÓN**

El desempeño de las actividades cotidianas en nuestra vida requiere de una buena alimentación compuesta por alimentos que contengan los nutrientes necesarios para el organismo. Debido a diversos estilos de vida mantener una buena alimentación se ve influenciada por la tecnología llevando a la ingesta de alimentos industrializados que no aportan nutrientes necesarios generando problemas y riesgos que afectan el bienestar.

### **OBJETIVO**

- Fomentar en la población escolar estilos de vida que mejoren sus hábitos alimenticios a través del consumo de alimentos que les aporte los nutrientes necesarios para su bienestar disminuyendo la ingesta de alimentos chatarra.

### **CONTENIDO**

- Alimento y Nutriente.
- Pirámide Nutricional: 4 grupos (carbohidratos, vitaminas y minerales, proteínas, grasas y azúcares)
- Alimentos que componen la pirámide nutricional.
- Importancia de ingerir agua.
- Beneficios de una alimentación balanceada
- Alimentos chatarra.

### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

Exposición del tema

### **RECURSOS DIDÁCTICOS**

Rotafolio.  
Pirámide Nutricional.

## **EVALUACIÓN**

Lluvia de ideas.

Dinámica de colocación de alimentos que componen la pirámide nutricional.

## **REFERENCIAS**

- S/A. Vida Sana y Nutrición. Disponible en:  
URL:<http://www.metrokc.gov/health/espanol/nutricion.htm>. 2006
- Calvo B. Educación para la salud en la escuela. Madrid (España): Ediciones Díaz de Santos; 1992.

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## **MEDIO AMBIENTE**

### **INTRODUCCIÓN**

El medio ambiente esta constituido por los recursos naturales como el agua, la tierra, la fauna y la flora, el cuidado del mismo es de gran relevancia ya que nos provee de material vital para nuestra supervivencia.

Cuidar el entorno en el que vivimos y nos relacionamos favorece un entorno libre de riesgos que ayuda a una mejor calidad de vida en la población.

### **OBJETIVO:**

- Promover y generar en la población escolar la importancia de mantener limpio el entorno en el que viven colocando la basura en su lugar.

### **CONTENIDO**

- Separación de Basura: Orgánica e Inorgánica
- Basura Orgánica: cáscara de fruta, papel, desechos de comida
- Basura Inorgánica: Envases de Vidrio, Latas, Bolsas de Plástico, envolturas de dulce.
- Colocación de la Basura.

### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

Exposición del tema

### **RECURSOS DIDÁCTICOS**

Rotafolio  
Serpientes y Escaleras



## **EVALUACIÓN**

Lluvia de Ideas  
Dinámica Lúdica de Serpientes y Escaleras

## **REFERENCIAS**

Ehlers V. Saneamiento Urbano y Rural. 6ª ed. México: Interamericana S.A; 1966.

Calvo B. Educación para la salud en la escuela. Madrid (España): Ediciones Díaz de Santos; 1992.

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

## **PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS**

### **INTRODUCCIÓN**

Las enfermedades respiratorias afectan principalmente al aparato respiratorio las cuales aumentan más en temporada de frío por lo que se deben conocer medidas que ayuden a disminuir la aparición de estos padecimientos. La aparición de padecimientos como la gripe y la tos se pueden prevenir evitando así la agudización de las mismas a través de medidas como el uso de ropa abrigadora y una alimentación adecuada ingiriendo frutas y líquidos.

### **OBJETIVO**

- Generar en la población escolar el cuidado de su bienestar adoptando medidas de prevención que disminuyan la aparición de padecimientos que afecten su bienestar.

### **CONTENIDO**

- Enfermedades Respiratorias: Tos, Gripe
- Signos y Síntomas
- Complicaciones: Neumonía
- Medidas de Prevención
- Ingesta de frutas con vitamina C

### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

- Exposición del Tema

### **RECURSOS DIDÁCTICOS**

- Rotafolio

### **EVALUACIÓN**

- Lluvia de ideas
- Retroalimentación

### **REFERENCIAS**

- S/A. Prevención de Enfermedades Respiratorias. Disponible en: URL:[http://www.megasalud.cl/consejos/enfermedades\\_comunes/enfermedades\\_respiratorias\\_2.asp](http://www.megasalud.cl/consejos/enfermedades_comunes/enfermedades_respiratorias_2.asp).

## **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

### **MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS**

#### **INTRODUCCIÓN**

Durante la adolescencia se dan diversos cambios en el hombre y la mujer entre ellos físicos y hormonales, dentro de estos cambios se encuentran la atracción física por el sexo opuesto lo que lleva a la curiosidad por querer conocer su cuerpo. La sexualidad responsable debe ser fomentada entre la población juvenil el cual ayude a prevenir embarazos no planeados y la transmisión de enfermedades por vía sexual a través del conocimiento y uso de los métodos anticonceptivos.

#### **OBJETIVO**

- Sensibilizar a la población escolar de la importancia del uso de métodos anticonceptivos ayudando a disminuir embarazos a temprana edad y el contagio de enfermedades de transmisión sexual.

#### **CONTENIDO**

- Método Anticonceptivo
- Anatomía del Aparato Reproductor Masculino
- Anatomía del Aparato Reproductor Femenino
- Dispositivo Intrauterino (DIU)
- Preservativo Masculino
- Pastillas Hormonales
- Vasectomía
- Salpingoclasia

#### **ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE**

Exposición del Tema.

Demostración de la Colocación del preservativo masculino.

#### **RECURSOS DIDACTICOS**

- Modelos de Enseñanza
- Imágenes

## **EVALUACIÓN**

- Lluvia de ideas
- Demostración de la colocación del preservativo por imágenes.

## **REFERENCIAS**

Hayman S. Guía de los Métodos Anticonceptivos. 1ª ed. España: Ediciones Paidós; 1995.

Gispert CJ. Prevención del Embarazo no deseado. 1ª ed. México: Alfil; 2004.

## **ANEXO 4. OFICIOS**



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO  
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA**

**A QUIEN CORRESPONDA:**

Al que suscribe C. Cristóbal Ruiz Gutiérrez, Director de la Escuela Primaria "Dr. Belisario Domínguez" con la clave del centro de trabajo 07DPB1426Z Municipio de Chenalhó; Chiapas.

**HACE CONSTAR**

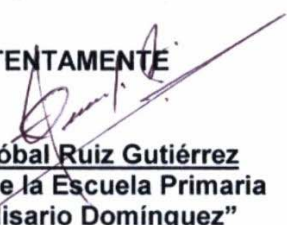
Que las pasantes de la Lic. En Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México: **Valeri Velasco Hernández** y **Griselda Guzmán Girón** que prestan su servicio social en la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo "TOJTIK" perteneciente a la Secretaría de Desarrollo Social del Gobierno del Estado de Chiapas; impartieron pláticas de Educación para la Salud de :

- HIGIENE PERSONAL
- HIGIENE DENTAL
- NUTRICIÓN

En donde los beneficiados fueron los grupos de: 1º, 2º, 3º A, 3º B, 4º, 5º, 6º A y 6º B.

A petición de la parte interesada y para los usos y efectos legales que mejor convenga se extiende la presente en Chalchihuitan; Chiapas a los 23 días del mes de Marzo del 2006.

**ATENTAMENTE**

  
**C. Cristóbal Ruiz Gutiérrez**  
Director de la Escuela Primaria  
"Dr. Belisario Domínguez"

  
ESTADO LIBRE Y SOBERANO DE CHIAPAS  
SERVICIOS EDUCATIVOS PARA CHIAPAS  
ESCUELA PRIMARIA BILINGÜE  
"DR. BELISARIO DOMÍNGUEZ"  
CLAVE: 07DPB1426Z  
USILHUCUM, CHENALHO, CHIAPAS.



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO  
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA**

**A QUIEN CORRESPONDA:**

Al que suscribe C. Cristóbal Ruiz Gutiérrez, Director de la Escuela Primaria "Dr. Belisario Domínguez" con la clave del centro de trabajo 07DPB1426Z Municipio de Chenalhó; Chiapas.

**HACE CONSTAR**

Que las pasantes de la **Lic. En Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México: Valeri Velasco Hernández y Griselda Guzmán Girón** que prestan su servicio social en la Comunidad de Aprendizaje para el Desarrollo "TOJTIK" perteneciente a la Secretaría de Desarrollo Social del Gobierno del Estado de Chiapas; impartieron pláticas de Educación para la Salud de :

- **MEDIO AMBIENTE (1º, 2º, 3º A, 3º B, 4º, 5º, 6º A y 6º B)**
- **DERECHOS DE LOS NIÑOS (1º)**
- **PREVENCIÓN DE ACCIDENTES (1º, 2º, 3º A, 3º B, 4º)**
- **MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS (5º, 6º A y 6º B)**
- **HIGIENE SEXUAL (5º, 6º A y 6º B)**

A petición de la parte interesada y para los usos y efectos legales que mejor convenga se extiende la presente en Chalchihuitan; Chiapas a los 22 días del mes de Junio del 2006.

**ATENTAMENTE**

**C. Cristóbal Ruiz Gutiérrez**  
Director de la Escuela Primaria  
"Dr. Belisario Domínguez"

ESTADO DE CHIAPAS  
SECRETARÍA DE DESARROLLO SOCIAL  
COMUNIDAD DE APRENDIZAJE PARA EL DESARROLLO "TOJTIK"