



PROYECTO ESPECÍFICO

Acompañamiento para lograr hábitos de vida saludable

Profesores responsables: Prof. Partucci, Adriana (profesores de Educación Física de primeros); Lic. Pérez, Erica (Orientadoras de primeros); Méd. Cecilia Licata

Destinatarios: 1°H1, 1°H2; 1°H3; 1° Comunicación y 1° Ciencias Naturales

Breve fundamentación:

Uno de los duelos que se elaboran en la adolescencia es el del cuerpo infantil. El o la adolescente debe acostumbrarse a aceptar un “nuevo” cuerpo. En ocasiones surgen disconformidades con estos cambios que terminan asociadas con desórdenes de la alimentación.

Las consecuencias de no cumplir con una dieta equilibrada en calidad y en cantidad suficiente se denominan malnutrición, y pueden ocurrir por exceso (y llevar, por ejemplo, a un caso de obesidad) o por defecto. En ocasiones, el déficit alimentario puede resultar tal que se observa un nivel de delgadez extrema, una afección generalizada de órganos y sistemas del cuerpo: se habla de desnutrición.

A diferencia del resto de los animales, los seres humanos comemos lo que nos enseñan a comer. Esta enseñanza dependerá de la familia y de sus costumbres; a su vez la familia depende de la cultura del lugar al que pertenece.

Los adolescentes son un mercado consumidor importante: infinidad de productos se destinan a ese sector de la sociedad; el objetivo es atrapar la atención del que está del otro lado (de la pantalla o de la foto).

Los efectos de la malnutrición y la desnutrición suelen ser irreversibles, sobre todo cuando se dan en individuos que están creciendo o desarrollándose: niños y adolescentes.

Los adolescentes son nuestro objeto de educación por tal motivo consideramos sumamente importante trabajar en la prevención del cuidado de la salud. Es así que pretendemos integrar tres departamentos de la escuela para estimular la salud integral de nuestros adolescentes a través de conocer formas de alimentación saludable.

Objetivos

- Comprender la importancia de la **prevención del cuidado de la salud**.
- Identificar conductas de riesgo que atentan contra la salud integral.
- Conocer formas de alimentación saludable.

Actividades y cronograma

- Durante el mes de setiembre se realizarán charlas a cargo de un equipo de alumnos que realizan práctica profesional de la carrera de Nutrición en cada primero. Las mismas estarán coordinadas por la médica de la escuela Cecilia Licata.



- Las charlas se llevarán a cabo en las horas de Orientación.
- Cada profesora de Orientación trabajará una clase, un módulo, retomando la temática vista, realizando afiches de concientización para toda la escuela.
- Profesores de Educación Física realizarán caminata saludable con los primeros el último sábado de setiembre en el lago del parque Gral San Martín.

Recursos

- Retroproyector
- Pizarra
- Afiches, cartulinas, recortes de diarios, revistas y fibrones.

Evaluación

- Producción de afiches

Responsables:

Prof. Érica Pérez

Prof. Adriana Partucci