

**Prueba piloto para generar una cultura de prevención en los niños de 4° de la
Institución Educativa El Bosque mediante la implementación de talleres sobre
Seguridad y Salud**

Fernández Puentes Mónica Bibiana Código: 66392
Sánchez Ortiz Angie Lorena Código: 70301
Sandoval Ruiz Patricia Andrea Código: 74707

Universidad ECCI
Especialización en Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo.
Trabajo de grado
Bogotá D.C, 2019

**Prueba piloto para generar una cultura de prevención en los niños de 4° de la
Institución Educativa El Bosque mediante la implementación de talleres sobre
Seguridad y Salud**

Fernández Puentes Mónica Bibiana Código: 66392

Sánchez Ortiz Angie Lorena Código: 70301

Sandoval Ruiz Patricia Andrea Código: 74707

Asesora: July Patricia Castiblanco

Universidad ECCI
Especialización en Gerencia de la Seguridad y Salud en el Trabajo.
Trabajo de grado
Bogotá D.C, 2019

Capítulo 1 Problema de Investigación	1
1.1 Descripción del Problema	1
1.2. Formulación del problema	3
Capítulo 2 Objetivos de la investigación	4
2.1. Objetivo General.....	4
2.2. Objetivos Específicos.....	4
Capítulo 3 Justificación y Delimitación.....	5
3.1 Justificación	5
3.2 Delimitación.....	8
Capítulo 4 Marco de Referencia	10
4.1 Estado del Arte.....	10
4.2 Marco Teórico.....	16
4.3 Marco legal	23
Capítulo 5 Diseño Metodológico	31
5.1 Paradigma	31
5.2 Método	31
5.3 Tipo de Investigación.....	32
5.4 Población.....	33
5.5 Fuentes de Investigación.....	33
5.6 Fases de Investigación	33
5.7 Instrumentos.....	35
Capítulo 6 Resultados y análisis de los resultados.....	36
Bibliografía	75
Anexos	79

Gráfico 1. Rango de edad de los estudiantes	37
Gráfico 2. Género de la población objetivo	38
Gráfico 3. ¿Qué es higiene?	39
Gráfico 4. Uso del bloqueador solar	40
Gráfico 5. Hábitos de higiene	41
Gráfico 6. Alimentación basada en la lonchera diaria	43
Gráfico 7. Alimentación según los gustos de los niños	44
Gráfico 8. Hábitos de los niños	46
Gráfico 9. Existencia de las normas de tránsito y seguridad vial	47
Gráfico 10. Cruce de peatones	48
Gráfico 11. Utilidad del cinturón de seguridad	49
Gráfico 12. Utilidad del semáforo.	50
Gráfico 13. Significado de las 3 R's.	51
Gráfico 14. Seguridad en la escuela y en la casa	52
Gráfico 15. ¿Qué es higiene?	53
Gráfico 16. Hábitos de higiene diarios	54
Gráfico 17. Lonchera No saludable	55
Gráfico 18. Elementos para mantenerse activo y con energía	56
Gráfico 19. Normas de tránsito y seguridad vial	57
Gráfico 20. Actores viales	58
Gráfico 21. Cinturón de seguridad	59
Gráfico 22. Uso del semáforo	60
Gráfico 23. Significado de las 3 R's	61
Gráfico 24. 5 S's	62
Gráfico 25. Clasificación de alimentos	63
Gráfico 26. Disposición de residuos	64
Gráfico 27. Tipos de Bullying	65

Lista de anexos

Anexo A. Encuesta sobre formación en Seguridad y Salud	79
Anexo B. Pre test	80
Anexo C. Post test.....	84
Anexo D. Taller No. 1.....	86
Anexo E. Taller No. 2.....	91
Anexo F. Taller No. 3.....	95
Anexo G. Taller No. 4.....	100
Anexo H. Taller No. 5.....	103
Anexo I. Taller No. 6.....	107

Capítulo 1

Problema de Investigación

1.1 Descripción del Problema

En la actualidad y gracias a la obligatoriedad del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST), los empleadores deben garantizar unas condiciones dignas de trabajo para todos los trabajadores, que les garantice conservar su salud y evitar accidentes que puedan poner en riesgo su integridad y su vida. Según la Federación de Aseguradores Colombianos (Fasecolda), en el año 2017 hubo 655.570 accidentes de trabajo. Sin embargo, la implementación de dicho sistema trae consigo ciertos retos tales como el cumplimiento de la normatividad vigente, capacitar y entrenar al personal, contar con todos los elementos, herramientas e instalaciones adecuadas, y especialmente implantar una cultura de seguridad y salud en todos los trabajadores que permita el cumplimiento de los objetivos y la política planteada por la alta gerencia, minimizando de esta forma los niveles de accidentalidad dentro de las empresas.

Uno de los componentes que dificulta la creación de una cultura de seguridad y salud en los trabajadores es que no se les ha capacitado en gran parte de sus vidas sobre este tema y más aún cuando existe exceso de confianza al momento de realizar sus actividades diarias. Actualmente, Fasecolda cuenta con el programa de educación financiera “Viva Seguro”, en el que promueven y apoyan que algunas poblaciones conozcan sobre el Sistema de Riesgos Laborales (Fasecolda, 2017), sin embargo no se centran en educar a los niños y niñas de todas las poblaciones sobre la prevención de

accidentes por medio de la seguridad y salud. Por tal motivo, con esta investigación se busca implementar talleres educativos sobre seguridad y salud en los colegios, partiendo de que la educación es la clave fundamental para lograr los cambios que se desean en una sociedad. “Si los niños empiezan a adquirir conocimientos sobre salud y seguridad a medida que aprenden a leer y a escribir, esta materia será una parte natural de cómo trabajan, juegan y viven” (Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, s.f.) De esta manera se creará una cultura de seguridad con la que crecerán los niños e influirá a lo largo de sus vidas personales y profesionales. En 2016 y según la ONG internacional Save The Children, en Colombia murieron 2.570 niños debido a accidentes que pudieron haber sido evitados. (Save The Children, 2016). Por otro lado, algunas estadísticas indican que los accidentes siguen siendo la causa principal de muerte entre niños, adolescentes y adultos jóvenes en la mayoría de los países industrializados (Castro, 1996) . Al no tener conocimiento de cómo prevenir accidentes o como llevar una vida con menos riesgos, los niños realizan actos inseguros que ponen en riesgo su vida y probablemente la de otros.

En ese orden de ideas, se pretende prevenir los riesgos, entendiendo por riesgo “la posibilidad de que una persona sufra un daño a su salud como consecuencia de una actividad realizada” (Cabaleiro Portela, 2010) y esto se hará por medio de la educación sobre seguridad y salud a los niños, de esta manera se fortalecerán sus comportamientos preventivos. Para que esto de resultado, el educar a los niños por medio de talleres no será una obligación de los profesores, sino que será un apoyo que brindaran las responsables de este proyecto para que todo el colegio y sus miembros sean seguros.

Partiendo de lo anterior, surgen algunas preguntas a las cuales se les busca dar respuesta a lo largo del trabajo:

- ✓ ¿Incluir talleres escolares genera una cultura de seguridad y salud en los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque?
- ✓ ¿Cuál es la manera más idónea para que los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque aprendan sobre seguridad y salud?
- ✓ ¿Cuáles son las ventajas de aprender sobre Seguridad y Salud desde la niñez?

1.2. Formulación del problema

¿La implementación de talleres sobre Seguridad y Salud genera cultura de prevención en los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque?

Capítulo 2

Objetivos de la investigación

2.1. Objetivo General

Construir una cultura de seguridad y salud en los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque que disminuya la ocurrencia de accidentes.

2.2. Objetivos Específicos

- Investigar cuál es la situación actual de la Institución Educativa El Bosque en cuanto a formación para los niños en materia de prevención en seguridad y salud, por medio de una encuesta inicial.
- Revisar los talleres sobre seguridad y salud que se han implementado en los colegios de otras regiones de Colombia a los niños de 4° grado y adaptarlos a las necesidades de los niños de la Institución Educativa El Bosque.
- Medir los conocimientos de los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque sobre seguridad y salud antes y después de la implementación de los talleres.
- Emplear y fomentar la participación activa en los talleres sobre seguridad y salud para los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque que permitan crear cultura de prevención.

Capítulo 3

Justificación y Delimitación

3.1 Justificación

Se considera que en la actualidad hace falta cultura en cuanto a seguridad y salud en la población colombiana, lo que conlleva a que el ser humano experimente pérdidas durante todos los ciclos de su vida en el ámbito personal, laboral, social; y que generan un impacto negativo en la sociedad, pues al ponerse en riesgo una sola persona por realizar actos inseguros, también puede llegar a afectar a los demás, según el entorno donde se encuentre.

La presente investigación se centra en confirmar la hipótesis planteada, deduciendo que el problema principal se puede erradicar en su mayoría si desde edades tempranas, el ser humano adquiere hábitos para mantenerse seguro y saludable durante todas las etapas de su vida y en todos los entornos. Como lo refiere la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, “si los niños empiezan a adquirir conocimientos sobre salud y seguridad a medida que aprenden a leer y a escribir, esta materia será una parte natural de cómo trabajan, juegan y viven. Los niños desarrollarán una buena actitud en materia de salud y seguridad que los acompañará a lo largo de sus vidas” (Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, s.f.)

Uno de los principales escenarios que se tiene en cuenta para incentivar la cultura de seguridad y salud está enfocado en el ámbito laboral, ya que al ser adulto lo normal es que un ser humano adquiera un trabajo y viva de ello; por lo tanto, el trabajo se convierte en un estilo de vida en donde el ser humano ocupe la mayoría de su tiempo diariamente y

donde por lo general experimente pérdidas por su falta de cultura en seguridad y salud. Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales representan un problema humano y económico que constituye una grave preocupación para la Organización Internacional del Trabajo (OIT), la cual hace frente a dicho problema refiriendo que es necesario un esfuerzo colectivo de los gobiernos, los empleadores y los trabajadores a fin de crear, poner en práctica y fortalecer continuamente la cultura de prevención en materia de seguridad y salud (OIT, 2013, p.6).

Las diferentes estrategias que se plantean para darle solución al problema están dirigidas a diferentes poblaciones: adultos o niños y jóvenes, sin embargo se reitera que esa promoción y prevención se debe realizar desde edades tempranas, por ejemplo La Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, exhibe un lema “empieza joven, mantente seguro: una formación de éxito en materia de seguridad y salud en el trabajo (SST)” (Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo, s.f.) Planteada como una estrategia para la vida escolar primaria e inclusive universitaria, donde explica que es mejor integrar la SST en las materias singulares en lugar de enseñarla como un tema independiente. Expone que el aprendizaje basado en actividades y en ejemplos de la vida real ayudará a transmitir el mensaje a los niños y a los jóvenes, y que los principales mensajes pueden repetirse de distintas formas para los distintos grupos de edad para el completo entendimiento.

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud cuenta con diferentes estrategias para realizar promoción de estilos de vida saludables desde la niñez, los cuales están enfocados principalmente en su salud, pero no en su seguridad. Se afirma que

“Cada escuela puede convertirse en promotora de la salud y toda escuela promotora de la salud puede responder al reto de mejorar y apoyar la educación y la salud de los estudiantes y la del personal de enseñanza. A través del fomento de la salud y del aprendizaje con todos los medios a su alcance, toda escuela promotora de la salud constituye la base para construir un mundo mejor.” (Hernández Sánchez & UIS, 2006)

Puede ser una estrategia que contenga inmersa la seguridad, pero no se relaciona en ningún documento explícitamente, esta data del año 1996.

En Colombia se encuentran evidencias frente a estrategias para darle solución al problema realizadas por el Ministerio de Protección Social que datan del año 2006 en donde se pretendía realizar guías para el docente para la implementación de la enseñanza desde preescolar hasta once sobre salud ocupacional.

Estas guías refieren explícitamente que “El fomento de una cultura en Salud Ocupacional, se constituye en uno de los ejes fundamentales de la Política Pública y del Plan Nacional de Salud Ocupacional, del Sistema General de Riesgos Profesionales en nuestro país” (Hernández & UIS, Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en el ámbito Escolar, 2006) en el cual también se reitera la importancia de promocionar la seguridad y salud dando a conocer la estrategia refiriendo que “el fomento de la cultura en Salud Ocupacional comprende todas las acciones que apuntan a la formación y creación de hábitos, actitudes y comportamientos de prevención frente a los riesgos ocupacionales, entendiendo como ocupación todas las actividades que desarrollan las personas en sus diferentes etapas del ciclo vital, como son las actividades de tiempo libre, de formación educativa y la actividad laboral. La cultura preventiva debe iniciarse desde

los primeros años de vida y de socialización, por lo cual incluimos el tema de promoción de la salud y prevención del riesgo ocupacional en la formación escolar, con el fin de que niñas y niños incorporen conductas de autocuidado frente a los riesgos reales y potenciales que existen en el espacio escolar, en la calle y en el hogar” (Hernández & UIS, Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en el ámbito Escolar, 2006)

3.2 Delimitación

La Institución Educativa El Bosque, se encuentra ubicada en el municipio de Soacha, Cundinamarca en el barrio San Mateo, en la localidad de San Cristóbal, en la Carrera 19 Este No. 31 - 69

Para la realización de este trabajo de investigación, se tomará como población objetivo los niños y niñas de cuarto grado (4º) pertenecientes al colegio. La mayoría de niños que se encuentran en este grado tienen entre 8 y 12 años aproximadamente; según Jean Piaget, cuando los niños se encuentran en esta etapa tienen la madurez suficiente para comprender la diferencia entre el razonamiento lógico y el operativo (Rice, 1997). Adicionalmente, es en esta etapa en donde “los pensamientos pasan de la imaginación y la fantasía a ser más realistas, y la capacidad imaginativa se centra en articular imágenes como procesos fantásticos” (Renom Plana, 2007). En esta etapa de las operaciones concretas los niños también se encuentran en la capacidad de tomar la iniciativa, de crear estrategias y de experimentar por sí mismos. Ahora bien, según los aportes de Jean Piaget, los niños también se encuentran en una etapa heterónoma o de realismo moral en donde consideran que las reglas son impuestas por figuras de autoridad bien sean sus padres o docentes, y las consideran como sagradas; también, los niños en esta etapa creen

que cualquier acto que se realice de forma indebida tendrá una consecuencia o castigo tarde o temprano. (Penas Castro, 2008). Si se empieza a enseñar a los niños entre 7 y 10 años acerca de seguridad y salud, estarán en la capacidad de saber qué es un riesgo, cuáles son los riesgos a los que están expuestos y cómo pueden evitarlos, ellos tomarán conciencia y seguirán las reglas impuestas por sus docentes; de esta manera se empezará a generar cultura.

Para realizar la prueba piloto de la implementación de los talleres en la Institución Educativa El Bosque, se estima un tiempo aproximado de 6 meses, divididos en 3 etapas. La primera etapa es la medición de los conocimientos sobre seguridad y salud en los niños antes de implementar los talleres, con el fin de saber si existe o no una cultura de prevención. El segundo momento es la implementación de los talleres de forma práctica y dinámica para enseñarles a los niños sobre diversos temas de seguridad y salud y que de esta manera adquieran conocimientos. Por último, se realizará una medición con el fin de evaluar los conocimientos adquiridos y de saber si se creó una cultura que les ayude a tomar conciencia sobre los riesgos a los que están expuestos y que los induzca a lo largo de sus vidas a prevenir posibles accidentes laborales en el futuro.

Capítulo 4

Marco de Referencia

4.1 Estado del Arte

Debido a los cambios que generó la ley 1562 de 2015 en Colombia, todas las empresas se encuentran en la obligación de mejorar la calidad de vida de los trabajadores y de brindar espacios seguros, entrenamiento, capacitaciones, elementos de protección personal, etc. Que logren reducir los índices de accidentalidad dentro de las empresas. Debido a que el proyecto de investigación a realizar es la creación de cultura en los niños de 4° de un colegio específico, la información que se encuentra sobre este tema en particular es muy reducida tanto a nivel internacional, como nacional y local.

No obstante, a nivel internacional se lograron encontrar diversos documentos relacionados con los temas de cultura de prevención en los centros escolares, hábitos alimentarios en escuelas, seguridad y salud en los colegios, seguridad vial, accidentes domésticos y prevención de riesgos en las escuelas.

El primer documento encontrado es una Tesis doctoral indexada elaborada en el año 2007 por el Dr. Antonio Burgos García en la Universidad de Granada (España) sobre “Formación y prevención de riesgos laborales: Bases para la adquisición de una cultura preventiva en los centros educativos”. (Burgos García, 2007) De esta tesis se tomarán los elementos clave para la adquisición de cultura preventiva en los colegios. También, se revisarán los contenidos allí establecidos sobre prevención de riesgos laborales y por último la evaluación sobre las enseñanzas brindadas a los niños.

En este mismo país se realizó un trabajo de investigación indexado, realizado en el año 2011 en Andalucía (España) por los señores Antonio Burgos, Clemente Rodríguez y José Álvarez, sobre: “Factores de éxito para la enseñanza de la prevención de riesgos laborales en la escuela: aportaciones desde la opinión del profesorado de la comunidad autónoma de Andalucía (España)”. De este trabajo de investigación se tendrán en cuenta los instrumentos para recolectar información para que de esta manera se puedan evaluar efectivamente los conocimientos adquiridos por los niños después de haber implementado los talleres.

También se encontró un documento llamado “Accidents a la llar. Per què ocorren? Com evitar-los?” que al español traduciría “Accidentes en los hogares. ¿Por qué ocurren? ¿Cómo evitarlos? (Govern de les Illes Balears, Conselleria de Trebal i Formació & Institut Nacional de Seguretat i Higiene en el Treball, 2005), en la cual se indican las causas básicas de los accidentes de trabajo, y cómo en los países europeos, empiezan a fomentar una cultura de prevención desde los colegios, haciendo que los niños vean esta parte como una introducción al mundo laboral al cual en un futuro harán parte. Este documento muestra de forma gráfica los accidentes que ocurren en los hogares y como se pueden evitar. De esta forma se les mostrará a los niños de 4º del Institución Educativa El Bosque los accidentes que pueden ocurrir tanto en sus hogares como en el colegio, y como pueden dar aviso para evitar que los riesgos se materialicen.

Por otro lado, se encontró la página de la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, en donde se refleja el apoyo que esta entidad brinda a los colegios para que los estudiantes puedan tener una alimentación adecuada que les permita

crecer y mantenerse activos, y de esta manera evitar contraer enfermedades que se pueden contrarrestar con una alimentación balanceada y actividad física. (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, s.f.).

En esta misma página se pueden encontrar las “Guías alimentarias basadas en alimentos” para cada país, las cuales son un documento indexado; donde las autoras del presente trabajo se remitirán al manual para facilitadores de Colombia (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar & Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO, 2015) y adaptarán los consejos y actividades para así transmitirlos a los niños de 4° del Institución Educativa El Bosque, y lograr que ellos tengan una alimentación equilibrada que les permita mantenerse activos y concentrados en sus actividades diarias, y de esta manera evitar que padezcan de alguna enfermedad.

Otro documento encontrado fue una publicación digital de España, editada por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, denominada Erga-Primaria Transversal (Instituto Nacional de Seguridad, Salud y Bienestar en el Trabajo (INSSBT), 2018) Estas publicaciones se han realizado desde el año 2000 hasta la actualidad, y se realizan con el fin de darles herramientas a los docentes para que enseñen en la educación básica primaria temas como posturas sanas, riesgos biológicos, primeros auxilios, riesgo psicosocial, entre otros. De aquí se tomarán las actividades planteadas y los casos prácticos expuestos con el fin de ajustarlos y poderlos tomar en cuenta al momento de realizar los talleres en el Institución Educativa El Bosque.

Otro Trabajo de grado encontrado fue “La higiene en educación infantil. Los talleres como recurso didáctico” (Macías, 2016) elaborado por Alba Lizandra Macías en la

Universitat Jaume I de España. En este trabajo de grado se desarrollaron didácticas en un centro de educación infantil, para que los niños aprendieran a mantener una higiene personal especialmente en el lavado de manos. Allí se elaboraron cuentos, canciones, juegos y un cronograma para que los niños comprendieran la importancia del lavado de manos y que se llevara un control del mismo. Estas actividades desarrolladas se pueden tener en cuenta para ponerlas en práctica con los niños de 4° del Institución Educativa El Bosque, y que de esta manera comprendan la importancia de tener una buena higiene personal.

Por último, se encontró una guía para padres y madres llamada “Como construir una escuela saludable y segura” (Díaz & Fundación de Educación para la Salud, 2012), donde se describe que es una escuela saludable y segura y cómo se puede llegar a intervenir para que esto se haga realidad en los colegios. De aquí, las autoras del presente trabajo de grado, utilizarán algunas herramientas tales como la alimentación sana, los hábitos saludables y de higiene y la prevención de accidentes, para poder implementarlas en la Institución Educativa El Bosque. Cabe resaltar que antes de implementar dichas herramientas, será fundamental realizar un diagnóstico sobre higiene, seguridad, salud y accidentalidad en los niños de 4° del colegio anteriormente mencionado, con el fin de atacar las áreas en las que se está fallando y así obtener un cambio que conlleve a la creación de la cultura.

A nivel nacional se encontraron artículos y proyectos realizados acerca del fomento de cultura en salud ocupacional, seguridad vial y prevención ambiental.

Primero que todo, se encontró un proyecto realizado en la ciudad de Bucaramanga (Colombia) en el año 2006 por la señora Jacqueline Hernández Sánchez en colaboración del equipo técnico de la UIS (Instituto Proinapsa y Escuela de Educación) sobre “Fomento de una Cultura en Salud Ocupacional en el ámbito Escolar”. Este proyecto se desarrolló como una guía y fue aprobado y realizado en algunos colegios de Santander con la participación de la Universidad Industrial de Santander y con recursos del Fondo de Riesgos Profesionales. De esta guía se desean tener en cuenta los temas que se implementaron en dichos colegios y los talleres ya implementados para que de esta forma se logre realizar una revisión y ajustarlos a las necesidades de los niños de 4° del Institución Educativa El Bosque.

Por último, se encontró un trabajo de grado realizado a nivel nacional, denominado “Propuesta educativa sobre seguridad vial y prevención ambiental en la comunidad educativa integral indígena” (Anacona Gómez, 2014), realizado por la estudiante Ingrid Eugenia Anacona Gómez. Busca promover la seguridad vial en la comunidad estudiantil de la Escuela Integral Indígena de Cali, y de esta manera fomentar la prevención ambiental y reducir la ocurrencia de accidentes de tránsito. De este trabajo, las autoras de la presente investigación pretenden tomar algunas preguntas de la encuesta inicial para aplicarla en los niños de 4° del colegio Institución Educativa El Bosque, con el fin de indagar su grado de conocimiento sobre seguridad vial y de esta manera empezar a enfocar las actividades para llevarlas a cabo.

Para finalizar, a nivel local se debe tener en cuenta que en la ciudad de Bogotá D.C y sus centros de educación profesional pueden tener inmersos trabajos de grado

relacionados con el tema, sin embargo, los proyectos relacionados son literatura gris, y al no estar indexadas no se publican en las bases de datos disponibles. No obstante, en la Universidad ECCI de la cual las autoras de la presente investigación tienen acceso a los trabajos de grado de los estudiantes, se tomarán en cuenta algunos proyectos relacionados con la prevención de riesgos laborales, entornos saludables y autocuidado.

Estos trabajos al igual que la mayoría no guardan una relación directa con el tema de investigación, no obstante su información es puntual y puede ayudar a desarrollar estrategias educativas para el presente proyecto de investigación y su continuidad; por ejemplo uno de ellos habla sobre: “metodología para líderes en entornos saludables” (Loaiza González & Murcia Ocampo, 2017) en el cual se despliega una guía metodológica para establecer un programa complementario al SG - SST para líderes en entornos saludables y de esta forma prevenir los accidentes de trabajo y las enfermedades laborales. Este trabajo fue realizado por los egresados Jennifer Murcia Ocampo y Leonardo Loaiza González en el año 2017.

Otro de los trabajos de grado encontrados trata sobre una “Propuesta de cátedra transversal en prevención de riesgos laborales” (Fernández Aristizabal & Parra Rojas, 2018), en donde las egresadas Lina María Fernández Aristizabal y Andrea del Pilar Parra Rojas en el año 2018 propusieron realizar una cátedra transversal sobre prevención de riesgos para los estudiantes de ingeniería de la Universidad ECCI, con el fin de cumplir con los principios de inclusión en temas de Seguridad y Salud en el Trabajo, y que de esta manera adquieran conocimientos que les permitan tomar decisiones asertivas para conservar y preservar el cuidado integral de su salud y seguridad.

Los demás trabajos encontrados en la Universidad ECCI se relacionan principalmente con el fomento de hábitos de autocuidado de trabajadores pertenecientes a empresas medianas y grandes. Uno de estos trabajos está denominado “Estrategias para el fomento de hábitos y estilos de vida saludables en una empresa manufacturera, localizada en el municipio de Madrid Cundinamarca, a partir de los diagnósticos de condiciones de salud de los años 2012 al 2015” (Albarracín Peñaloza, Garay Díaz, & Pérez Flórez, 2016) realizado por las estudiantes Xiomara Peñaloza, Luz Day Garay y Tania Pérez. Este proyecto de grado tiene como finalidad encontrar una relación directa entre las condiciones de salud de los trabajadores y sus hábitos y estilos de vida; y a partir de esto, proponer algunas estrategias con el fin de remediar los diagnósticos negativos de salud que han tenido los trabajadores de esa empresa.

El otro trabajo de grado encontrado, denominado “Diseño de un programa de autocuidado para la reducción de la accidentalidad en ACT Telemática S.A.” (Pulido Ríos, Segura Rodríguez, & Vargas Matiz, 2016). Aquí se encuentran las características que contiene el programa de autocuidado de la empresa ACT Telemática S.A., que permita reducir los accidentes de trabajo, promoviendo la participación de todos los trabajadores.

4.2 Marco Teórico

En el presente trabajo de grado se despliega una cantidad variada de terminología que gira en torno a una cultura preventiva para la seguridad del ser humano desde la niñez y la cual debe durar toda la vida; el objetivo extracurricular de esta investigación es dejar las bases para lograr crear hábitos desde la niñez que le permitan al ser humano

mantenerse seguro durante todas las etapas de su vida, y estos hábitos solo se adquieren mediante la enseñanza y aprendizaje por parte de sus pares, profesores, padres y adultos que persigan este objetivo. Para la realización de la presente investigación se tuvo en cuenta tres categorías principales: cultura de autocuidado, desarrollo cognitivo del ser humano y seguridad y salud en el trabajo.

Para reconocer que es una “cultura de autocuidado”, se debe tener conocimiento por un lado del significado “cultura” el cual tiene múltiples definiciones; pero para relacionarlo con la presente investigación se aterriza su definición encontrada en la Revista de Clases de historia (2013), en la que refiere que Tylor en 1871 “planteó un concepto de cultura asociado a todo aquellos conocimientos, tradición, costumbre y hábito inherente a la persona dentro de una sociedad, al ser perteneciente de esta”. Por otro lado, el término del autocuidado definido por (Hernández, 2015) es “la práctica de actividades que realizan las personas maduras o que están madurando, durante determinados períodos, por sí mismas, con el interés de mantener un funcionamiento vivo y sano, que continúan con el desarrollo personal y el bienestar”, este autocuidado se va adquiriendo mediante la culminación de cada una de las etapas de la vida, fortaleciéndose en la adultez. Por lo tanto, una cultura de autocuidado no puede ser otra cosa que los conocimientos, las tradiciones, costumbres o hábitos que una persona adapta de su entorno para su vida relacionados con mantenerse en funcionamiento vivo y sano por sí mismo, entonces, si una persona vive en un ambiente donde se practica muy poco el autocuidado por consiguiente no va a poseer una cultura de autocuidado.

Teniendo en cuenta que la cultura de autocuidado es el objetivo al que se quiere llegar con la presente investigación y que lo ideal es cultivarla desde la infancia, se debe tener conocimiento frente a la forma como aprenden los niños, para que de esta forma se logren los objetivos propuestos al poder abordar el aprendizaje en este periodo de la vida.

La infancia es una etapa de la vida en la que el ser humano empieza a concebir el mundo a través de los sentidos, experimentando con lo que se encuentra en su entorno. Piaget es uno de los principales personajes en estudiar y dar a entender como es el desarrollo cognoscitivo por donde transitan todos los seres humanos; en su teoría siendo uno de los primeros teóricos del constructivismo en psicología “pensaba que los niños construyen activamente el conocimiento del ambiente usando lo que ya saben e interpretando nuevos hechos y objetos” (Tomás, 2016), para él los niños son pequeños científicos que tratan de interpretar el mundo, entonces la estructura de su teoría del desarrollo cognoscitivo se basa en cuatro grandes etapas que comprenden cuatro diferentes intervalos de edades de la infancia donde los niños no se pueden saltar ninguna de estas: etapa sensorio motora, etapa pre operacional, etapa de las operaciones concretas y etapa de las operaciones formales, como se ilustra en la siguiente tabla:

Etapa	Edad	Características
<i>Sensorio motora</i> El niño activo	Del nacimiento a los 2 años	Los niños aprenden la conducta propositiva, el pensamiento orientado a medios y fines, la permanencia de los objetos.
<i>Pre operacional</i> El niño intuitivo	De los 2 a los 7 años	El niño puede usar símbolos y palabras para pensar. Solución intuitiva de los problemas, pero el pensamiento está limitado por la rigidez, la centralización y el egocentrismo.
<i>Operaciones concretas</i> El niño practico	De 7 a 11 años	El niño aprende las operaciones lógicas de seriación, de clasificación y de conservación El pensamiento está ligado a los fenómenos y objetos del mundo real.
<i>Operaciones formales</i> El niño reflexivo	De los 11 a los 12 años	El niño aprende sistemas abstractos del pensamiento que le permiten usar la lógica proposicional, el razonamiento científico y el razonamiento proporcional.

Tabla 1. Etapas de la teoría del desarrollo cognoscitivo de Piaget

Fuente: http://www.paidopsiquiatria.cat/archivos/teorias_desarrollo_cognitivo_07-09_m1.pdf

<https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-80185.html>

Estas etapas también denominadas estadios tienen al mismo tiempo sub estadios. No obstante, se describirá a continuación y más detalladamente uno de los cuatro grandes estadios el cual va enfocado a la población objetivo de la presente investigación.

Por lo general los niños y niñas que cursan cuarto grado de básica primaria, se encuentran entre los ocho y once años, entonces en la teoría del desarrollo cognoscitivo propuesta por Piaget estos niños entrarían a formar parte del estadio de operaciones concretas a la que se refiere “el niño practico”. Piaget afirma que en este estadio el niño empieza a utilizar las operaciones mentales y la lógica para reflexionar sobre los hechos y

los objetos de su ambiente por lo cual ya no basa sus juicios en las apariencias de las cosas. (Tomás, 2016)

En este estadio los niños pasan por tres tipos de operaciones mentales o esquemas con los que organizan e interpretan el mundo, una de ellas se denomina *seriación* la cual se refiere a la capacidad de ordenar los objetos en progresión lógica por ejemplo del más grande al más pequeño, por lo tanto pueden construir mentalmente relaciones entre los objetos utilizando la lógica de la transitividad donde el niño entiende que un palo A es más corto que un palo B pero que a la vez un palo B es más corto que un palo C y que por consecuencia A es más corto que C. (Tomás, 2016)

Otra de las operaciones mentales en este estadio es la *clasificación*, en esta Piaget distingue tres tipos de contenido básico: la clasificación simple, la clasificación múltiple y la inclusión de clases. La clasificación simple consiste en agrupar objetos en función de alguna característica (ej.: la misma figura geométrica, donde pueden variar sus colores y tamaños); la clasificación múltiple que implica disponer objetos simultáneamente en función de dos dimensiones (ej.: por colores y tamaños); y, la inclusión de clases que supone comprender las relaciones entre clases y subclases (ej.: entre los animales y los mamíferos). (Tomás, 2016)

Por último, en este estadio, los niños pasan por una operación mental llamada *conservación* la cual consiste en que el niño entiende que un objeto permanece igual a pesar de los cambios superficiales de su forma o de su aspecto físico, es decir ya no despliega juicios solo por el aspecto físico de un objeto porque su razonamiento ya no se basa en ello, reconoce que un objeto transformado puede dar la impresión de contener

menos o más de la cantidad en cuestión, pero que tal vez no la tenga. En otras palabras, que las apariencias pueden ser engañosas (ej.: la misma cantidad de agua en un vaso más angosto que el otro). (Tomás, 2016)

Investigando otros autores diferentes a Piaget, se encuentra la teoría sociocultural del desarrollo cognitivo, elaborada por el Psicólogo Lev Vygotsky, quien afirmaba que el desarrollo cognitivo de las personas provenía en gran parte gracias a la sociedad.

“Vygotsky creía que los padres, parientes, los pares y la cultura en general juegan un papel importante en la formación de los niveles más altos del funcionamiento intelectual, por tanto, el aprendizaje humano es en gran medida un proceso social” (Vergara, 2019)

Esta teoría desarrollada por Vygotsky también hacía referencia a las creencias y actitudes culturales que influyen en el aprendizaje y enseñanza, y cómo éstas permiten que las personas se adapten a una cultura. Por otro lado, también afirma que los conocimientos, actitudes y aptitudes que van desarrollando las personas son producto en primer lugar del plano social y en segundo lugar psicológico. Es así como los niños van aprendiendo y adquiriendo una cultura que va a impactar de una u otra forma a la sociedad. “Los procesos psicológicos superiores se desarrollan en los niños a través de la enculturación de las prácticas sociales, a través de la adquisición de la tecnología de la sociedad, de sus signos y herramientas y a través de la educación en todas sus formas” (Moll, 1993).

Dentro de esta teoría, Vygotsky desarrolla el concepto de “Zona de desarrollo proximal”, el cual muestra las habilidades que puede llegar a tener una persona pero que a su temprana edad no es capaz de desarrollarlas por sí mismo y por ende requiere de

ayuda. “Vygotsky concibe la zona de desarrollo próximo como aquella área donde se debe instruir u orientar de manera más sensible, puesto que permite al niño desarrollar habilidades que van a ser la base para el desarrollo de las funciones mentales superiores” (Vergara, 2019). Partiendo de esto, Vygotsky sugiere que se utilicen ejercicios en donde el aprendizaje sea compartido entre los estudiantes, con el fin de que los que han desarrollado una habilidad ayuden a quienes aún no la han desarrollado dándole gran importancia a la interacción social.

El desarrollo cognoscitivo del ser humano puede estar basado en una gran variedad de teorías o autores, no obstante, debido a que la finalidad del proyecto es demostrar que se puede crear una cultura de prevención partiendo de la educación sobre seguridad y salud, se elige la teoría de Vygotsky quien hace mayor énfasis en la cultura y en el desarrollo cognitivo de las personas que se da gracias a la formación e interacción social que tienen los niños con los padres, con sus maestros o con sus pares. “Para Vygotsky, el entorno en el cual crecen los niños influirá en lo que piensan y en la forma en como lo harán” (Vergara, 2019).

Sin embargo, se tendrá en cuenta la teoría de Piaget aterrizada a la edad de la población objeto de la presente investigación, ya que, como se nombró anteriormente y según Piaget “cuando los niños se encuentran en esta etapa tienen la madurez suficiente para comprender la diferencia entre el razonamiento lógico y el operativo (Rice, 1997), por lo tanto, se encuentran en un estadio “de realismo moral en donde consideran que las reglas son impuestas por figuras de autoridad bien sean sus padres o docentes, y las consideran como sagradas; también, los niños en esta etapa creen que cualquier acto que

se realice de forma indebida tendrá una consecuencia o castigo tarde o temprano”. (Penas Castro, 2008)

Finalmente la tercera categoría de la cual se debe tener conocimiento y que al mismo tiempo se convierte en la meta de la presente investigación piloto, es la de Seguridad y Salud en el Trabajo que se encuentra definida en la Ley 1562 de 2012 (por la cual se modifica el Sistema de Riesgos Laborales y se dictan otras disposiciones en materia de Salud Ocupacional), como “aquella disciplina que trata de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo, y de la protección y promoción de la salud de los trabajadores. Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el trabajo, que conlleva la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones”. (Calderon, 2012)

4.3 Marco legal

El presente marco hace referencia a normatividad nacional que está relacionada con proyectos y actividades enfocadas a la prevención en seguridad y salud en la primera infancia en el ámbito escolar.

Por este motivo se toma como línea basal la ley 115 de 1994, que nos dice que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes (Congreso de la República de Colombia, 1994); aquí se integra a toda la comunidad educativa padres, docentes y estudiantes, para ser partícipe de las diferentes actividades en pro de los proyectos educativos institucionales y lograr alcanzar

una formación integral en toda la población estudiantil y poder identificar las debilidades y fortalezas que se pueden encontrar para alcanzar los objetivos propuestos.

Uno de los principales problemas que se identificó en los colegios distritales era la mala alimentación de los niños en edad escolar por eso la ley 1355 del 2009 reglamenta lineamientos para evitar la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles adoptando medidas para su control, atención y prevención (Congreso de la República de Colombia, 2009). Con esta ley se generan estrategias para que en los colegios se promueva una alimentación balanceada y que tanto en los desayunos, almuerzos, refrigerios y en las tiendas escolares se ofrezcan alimentos en base de las guías que desarrollaron el ministerio de protección social y el instituto colombiano de bienestar familiar incrementando el consumo de frutas y verduras en la población estudiantil y menos comida chatarra. Otra de sus estrategias fue promover la actividad física, aumentando la cantidad horaria en las clases que se dictan en los colegios con la materia de educación física, apoyándose de docentes que sean competentes y con la formación y experiencia adecuada para realizar las actividades acordes a la edad del niño.

Otra de las falencias que se logró identificar fue la cantidad de conflictos que se presentan en las instituciones. Para ello se estableció el “Plan sectorial de educación” (Secretaria de Educación del Distrito, 2017) con apoyo de la ley 1620 de 2013 creando el sistema nacional de convivencia escolar y formación para el ejercicio de los derechos humanos, la educación para la sexualidad y la prevención y mitigación de violencia escolar. En el cual se proponen diferentes programas que desarrollen las competencias ciudadanas enseñando en temas puntuales como los derechos humanos, sexualidad,

medio ambiente, seguridad vial, estilos de vida saludable y educación económica y financiera (Congreso de la República de Colombia, 2013).

Como apoyo a estas actividades se elaboran dos guías; la guía 48 que es la ruta de gestión para alianzas en el desarrollo de competencias ciudadanas y, la guía 49 guías pedagógicas para la convivencia escolar donde se encuentra el manual de convivencia, ruta de atención integral para la convivencia escolar, ¿qué puedo hacer para fortalecer la convivencia escolar? y por último convivencia y derechos sexuales y reproductivos en la escuela. Logrando alcanzar con este plan el fortalecimiento de las secretarías de educación en la implementación de proyectos y programas, que los colegios participantes desarrollaran competencias ciudadanas, y a partir del año 2012 incluir en las pruebas saber pro, la de competencias ciudadanas evaluando el pensamiento ciudadano y acciones y actitudes ciudadanas.

Estas pruebas sirven de insumo para conocer la efectividad del plan y como ruta para el desarrollo de los componentes de promoción y prevención, mejoramiento de estrategias que promuevan la construcción de ambientes democráticos de aprendizaje, diseño de estrategias intersectoriales que permitan el desarrollo de las competencias ciudadanas.

Por otro lado, en el año 1024 el Ministerio de Trabajo implementó el Plan Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (PNSST) 2013-2021 mediante la Resolución 6045, la cual tiene como objetivo priorizar las necesidades que tiene Colombia en temas de seguridad y salud en el trabajo. Dicha resolución plantea 4 estrategias que son:

- Transversalidad entre Seguridad y Salud en el Trabajo y políticas públicas.
- Fortalecer la Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Fortalecer la promoción de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Garantía para los trabajadores en el Sistema General de Riesgos Laborales (SGRL)

Adicional a esto, el PNSST busca modificar, ampliar y reglamentar de forma más minuciosa el tema de seguridad y salud en el trabajo, lo cual se realizó en primera instancia revisando las políticas, convenios y normas internacionales y posteriormente se ajustó el documento con el fin de cumplir con la normatividad internacional y así darle paso a las nuevas normas en seguridad y salud que rigen en la actualidad a Colombia. Finalmente se elaboraron unas guías metodológicas por cada una de las estrategias anteriormente mencionadas, se revisó nuevamente y finalmente se socializó.

Uno de los objetivos específicos del PNSST es “Promover la inclusión de contenidos de formación orientados al autocuidado y la prevención de accidentes y enfermedades derivadas de la ocupación en los distintos niveles educativos” (MinTrabajo, 2014). El primer logro de este objetivo es incrementar la participación de los centros educativos y docentes para formar una cultura de autocuidado. Logro que está totalmente ligado a la presente investigación.

Desde otra perspectiva, como medida de protección para los estudiantes en la prevención de accidentes o enfermedades, la Ley 115 de 1994 establece unos beneficios estudiantiles, entre los cuales se encuentra en el artículo 100 un seguro de salud estudiantil el cual amparará su estado físico en caso de accidente. Este seguro es un

contrato ofrecido por las aseguradoras a las instituciones educativas, con el fin de proteger a los estudiantes en caso de accidentes ocurridos dentro de los colegios. Para cumplimiento de esta Ley, los alumnos y otros miembros de las instituciones educativas deberán estar afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud bien sea como beneficiarios o como contribuyentes. Esta afiliación la deben garantizar los centros educativos al momento de matricular a los estudiantes.

Cuando ocurre un accidente en un centro educativo, los docentes, psicólogos, enfermeras o alguien del personal de la institución educativa, deberá dar atención inmediata al menor, y deberán dirigirse al centro médico más cercano. La persona encargada que acompañe al menor en representación de la institución educativa, deberá permanecer con el alumno hasta que sus padres o acudientes hagan presencia y se les informe sobre su estado de salud.

Por otro lado, la secretaria de educación y el distrito para fortalecer el bienestar de los estudiantes, por medio del gobierno “Bogotá mejor para todos”, involucró a rectores y directores de diferentes localidades para realizar los planes integrales de bienestar estudiantil PIBES; buscando desarrollar estilos de vida saludable, mejorar la alimentación en los colegios, movilidad sostenible y gestión del riesgo; para ello el gobierno realiza la entrega de refrigerios que cumplan con las tablas nutricionales requeridas para el crecimiento adecuado de los niños, apoyándose de proveedores que ofrezcan alimentos de calidad, adicional se hicieron acuerdos con diferentes tiendas escolares para promover la venta de alimentos saludables y minimizar la venta y consumo de comida chatarra.

También crea el programa “al colegio en bici” (Secretaría de Educación del Distrito, 2018) con lo cual ratifica a Bogotá como ciudad pionera en la movilidad escolar sostenible y en el uso masivo de la bicicleta. Para gestionar el riesgo con el apoyo de la herramienta virtual SURE reduce los riesgos que se presenten en los diferentes escenarios y la identificación y planes de acción de situaciones problemáticas de los colegios.

La alcaldía mayor de Bogotá a través del IDIGER hace entrega al sector educativo de los “Lineamientos para la elaboración de los planes escolares de gestión de riesgos y cambio climático PEGR-CC” (Instituto Distrital de Gestión de riesgos y Cambio Climático IDIGER, 2016) Con este instrumento, ayuda a los colegios a conocer los riesgos a los que se encuentran expuestos y les indica cómo desarrollar planes de acción que le reduzcan los riesgos identificados y saber cómo actuar y responder ante una emergencia en caso de presentarse. Para esto se creó el aplicativo sistema único de registro escolar SURE, el cual cuenta con un módulo de verificación al cual tiene acceso la secretaria distrital de salud, secretaria de educación distrital, secretaria distrital de integración social y la unidad administrativa especial del cuerpo oficial de bomberos de Bogotá; dándole el seguimiento adecuado de su cumplimiento.

La secretaria de educación del distrito (SED), adelantó “Proyectos Integrales de la Educación para la Ciudadanía y la Convivencia (PIECC)” (Secretaría de Educación de Bogotá) utilizando herramientas pedagógicas que vinculan a los diferentes actores como son padres, estudiantes, profesores y directivas, generando proyectos que fortalecen las capacidades ciudadanas esenciales y relaciones interpersonales, buscando una integración curricular con las actividades extracurriculares que fomenten la convivencia

escolar, la solución de conflictos y que sean “Oportunidades de construir y generar transformaciones” (Secretaría de Educación de Bogotá) y la transformación de relaciones con la comunidad.

Para el desarrollo de este proyecto se integran tres líneas de acción: INCITAR (Iniciativas ciudadanas de transformación de la realidad) la cual provee financiamiento y asistencia técnica a proyectos de desarrollo socio-comunitario, RIO (Respuesta integral de orientación escolar) la cual consiste en acciones de formación, prevención y protección de resolución de conflictos y buena convivencia; ayudando a implementar sistemas de alerta temprana y unidades móviles de atención a situaciones críticas y por último la gestión del conocimiento, la cual promueve la integración curricular utilizando la caja de herramientas que son guías didácticas, lineamientos pedagógicos y textos para la reflexión; adicional convierte a los directores en multiplicadores de acciones en sus escuelas y comunidad .

Con ayuda de los estándares básicos de competencia ciudadana, se genera un currículo común para todas las escuelas, el cual se incluye en las pruebas nacionales SABER.

Por último, el “Plan decenal de educación 2016-2026 camino hacia la calidad y equidad” (Ministerio de Educación Nacional de Colombia, 2017), es un proyecto que quiere realizar cambios en el modelo educativo fortaleciendo la calidad en la formación para dar como resultado una mejor calidad de vida, generar movilidad social y reducir desigualdades sociales y económicas, uno de sus principales atributos es su carácter incluyente y contributivo.

Para el avance de este proyecto se entablan 10 desafíos a superar, los cuales se enfocan en garantizar el derecho a la educación en términos de acceso a un sistema público, que asegurara la calidad y la permanencia en condiciones de inclusión, en todos los niveles apoyados en 5 principios como son: 1. Ayudar a construir la paz y a consolidar el sentimiento de nación. 2. Impulsar el desarrollo humano, económico, social, científico, ambiental, y cultural del país. 3. Reducción de los niveles de inequidad y cierre de brechas regionales. 4. La educación es responsabilidad de la sociedad como un todo. 5. Por último el plan debe apuntar hacia la ampliación de lo educativo en todos los ámbitos del gobierno y de la sociedad civil.

Se quiere alcanzar que para el año 2026 desde la primera infancia se desarrolle un pensamiento crítico, creativo, curioso, con valores y actitudes éticas; que se respete y disfrute la diversidad étnica, cultural y regional; exista la participación activa y democráticamente en la organización política y social de la nación.

La calidad del sistema educativo estará basada en la formación de sus docentes, los recursos que el gobierno destina focalizados en la gratuidad, investigación y transparencia en el sistema educativo. Adicional debe responder a las necesidades laborales regionales mejorando los ingresos de los colombianos. Adicional deberá ser incluyente y libre de discriminación para todas las personas con discapacidad, orientación sexual diversa, género y pertinencia étnica, sin importar su condición social.

Capítulo 5

Diseño Metodológico

5.1 Paradigma

Debido a que el propósito de la investigación está basado en la educación sobre seguridad y salud y la creación de una cultura de prevención, se determinó que el presente proyecto es de tipo mixto pues la prueba piloto será secuencial y probatoria debido a que se medirán los conocimientos sobre seguridad y salud de forma cualitativa y cuantitativa, (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010). Luego se implementarán los talleres a los niños y posteriormente se realizará una nueva medición con el fin de ser objetivos y saber si es posible crear cultura de prevención y concientizar a los niños sobre la importancia de avanzar a lo largo de sus vidas de forma segura y saludable. Finalmente, se analizarán los datos para arrojar resultados y conclusiones sobre la investigación.

Por otro lado, la investigación involucra a 113 niños de 4° de la Institución Educativa el Bosque y de esta forma poder generalizar los resultados de la prueba piloto

5.2 Método

El método utilizado para la presente investigación es Deductivo ya que a partir de implementación de los talleres y posteriormente de unos resultados, se podrá indicar si es posible o no crear una cultura de prevención en los niños, con el fin de disminuir la tasa de accidentalidad.

5.3 Tipo de Investigación

El presente trabajo de investigación busca determinar la relación que hay entre la educación sobre seguridad y salud y la cultura de prevención que deberían tener todas las personas. Se evidencia que el trabajo busca relacionar directamente la educación con la disminución de accidentalidad, y la cultura de prevención con la implementación de talleres sobre seguridad y salud. Partiendo de esto se cuantificará y analizarán las variables con el fin de recolectar datos aplicables únicamente a los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque. Por tal motivo, se puede deducir que el tipo de investigación utilizado es Correlacional. Este tipo de investigación “tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular” (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010)

Tal como se menciona en uno de los objetivos específicos, se medirán los conocimientos de los niños antes y después de la implementación de talleres, con el fin de cuantificar los resultados y poder asociar directamente las variables anteriormente mencionadas. Una vez se obtengan los resultados de los talleres, se podrá indicar si es posible o no crear una cultura de prevención por medio de la educación, y que esto a su vez ayudará a disminuir la ocurrencia de accidentes. El tipo de investigación correlacional “tiene un valor explicativo, aunque parcial, ya que el hecho de saber que dos conceptos o variables se relacionan aporta cierta información explicativa” (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2010)

5.4 Población

Se implementarán los talleres de seguridad y salud a los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque. La población está conformada por 113 niños y niñas.

5.5 Fuentes de Investigación

Las fuentes de información que se lograron recolectar para el presente proyecto son Primarias ya que en su mayoría fueron trabajos de grado, artículos científicos, libros y publicaciones de algunas entidades que abarcan temas como seguridad y salud en el trabajo, accidentalidad y cultura de prevención. Estas fuentes de información tienen como finalidad enfocar el proyecto y así mismo, están directamente relacionadas con el objetivo del mismo.

Esta información fue recolectada en bibliotecas, repositorios, bases de datos y por internet. De allí se extrajo la información más relevante que sirviera para soportar el trabajo de investigación.

5.6 Fases de Investigación

El proyecto tendrá una duración de 1 año dando inicio en abril de 2018 y finalizando en abril de 2019, teniendo una secuencia dirigida en las siguientes fases:

Fase 1. En esta fase se realizará la búsqueda de información que permita estructurar el marco de referencia y dar las pautas para el diseño e implementación de los talleres para niños y niñas de 4° de la Institución Educativa el Bosque.

Fase 2. En primer lugar, se tendrá el primer contacto con el coordinador de la Institución Educativa el Bosque para darle a conocer la idea solicitando el permiso

pertinente para aplicar el proyecto, de igual forma se le aplicara una encuesta para conocer las experiencias que ha brindado el colegio en cuanto a educación sobre seguridad y salud para los niños y niñas. En segundo lugar, se diseñará un pre test y un post test (Anexo B y Anexo C respectivamente) tomando como referencia la información encontrada en la primera fase de la metodología y teniendo en cuenta los temas a tratar en los seis talleres establecidos, que son los siguientes:

Taller No. 1: Higiene personal (Anexo D)

Taller No. 2: Seguridad vial (Anexo E)

Taller No. 3: Alimentación saludable (Anexo F)

Taller No. 4: Tres R's (Anexo G)

Taller No. 5: Prevención de bullying o acoso psicológico (Anexo H)

Taller No. 6: Seguridad en el colegio y en la casa (Anexo I)

Fase 3. Finalmente, se realizara la implementación de los talleres en los niños y niñas de 4° de la Institución Educativa el Bosque, posteriormente se aplicara el post test de los cuales se empezaran a recoger los resultados comparándolos con el pre test de manera cuantitativa realizando una tabulación de la información, midiendo los conocimientos de los estudiantes con el fin de resolver la hipótesis: “es posible generar una cultura de prevención en los niños y niñas de 4° de la Institución Educativa el Bosque mediante la implementación de talleres sobre seguridad y salud”; y por último se analizaran los resultados y se obtendrán las diferentes conclusiones a la aplicación del proyecto.

5.7 Instrumentos

Para dar cumplimiento al primer objetivo del proyecto, se diseñó y aplicó un cuestionario denominado “Encuesta sobre formación en seguridad y salud”.

Dicho instrumento está compuesto por 8 preguntas y se le aplicó al Coordinador de la Institución Educativa El Bosque, con el fin de saber si a los estudiantes de este colegio se les ha formado o capacitado en temas como prevención, seguridad o salud. (Anexo A)

Posteriormente, se diseñó y aplicó un pre test compuesto por 13 preguntas sobre seguridad vial, alimentación, higiene personal y las 3 R's. Este pre test fue aplicado a los niños y niñas de 4° de la Institución Educativa El Bosque, con la finalidad de medir sus conocimientos sobre los temas ya mencionados y así poder tener un comparativo entre el antes y el después de la aplicación de los talleres sobre seguridad y salud. (Anexo B)

Finalmente, se diseñó y aplicó un post test compuesto por 13 preguntas sobre los temas tratados en los talleres, con el fin de medir el grado de comprensión y receptividad que tuvieron los niños y niñas sobre los temas vistos. (Anexo C)

Capítulo 6

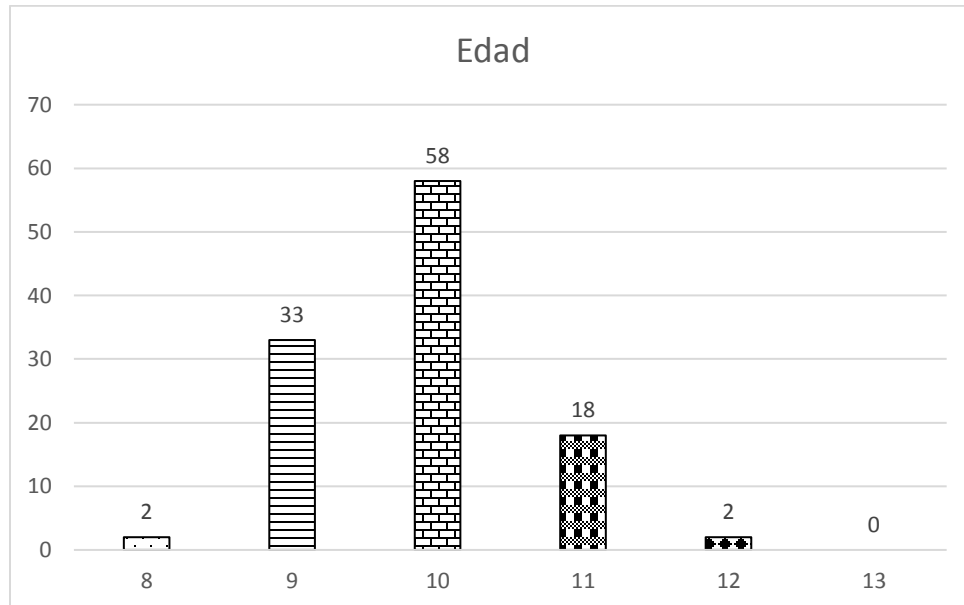
Resultados y análisis de los resultados

Inicialmente, se darán a conocer los resultados de la encuesta sobre formación en seguridad y salud aplicada al coordinador de la Institución Educativa el Bosque. Dicha encuesta constaba de 8 preguntas en donde se recolectó la siguiente información:

La Institución Educativa el Bosque nunca ha formado a sus estudiantes en temas de seguridad y salud, y el coordinador del colegio no cree que sus estudiantes tengan una cultura de prevención enfocada en seguridad y salud. No obstante, el colegio contribuye a la prevención de accidentes y enfermedades de los estudiantes gracias al proyecto de prevención de riesgos que están implementando de acuerdo a la Ley 9 de 1979, el Decreto Ley 919 de 1989 y a la Ley 1523 de 2012, sin embargo, este proyecto no involucra a los estudiantes y no los forma o capacita en temas de interés que los ayude a prevenir un accidente o una enfermedad.

Finalmente, el coordinador del colegio piensa que si es posible crear una cultura de autocuidado si se forman a los estudiantes en temas de seguridad y salud, y adicionalmente, considera que estos temas si deberían integrarse en la malla curricular de los alumnos como formación integral.

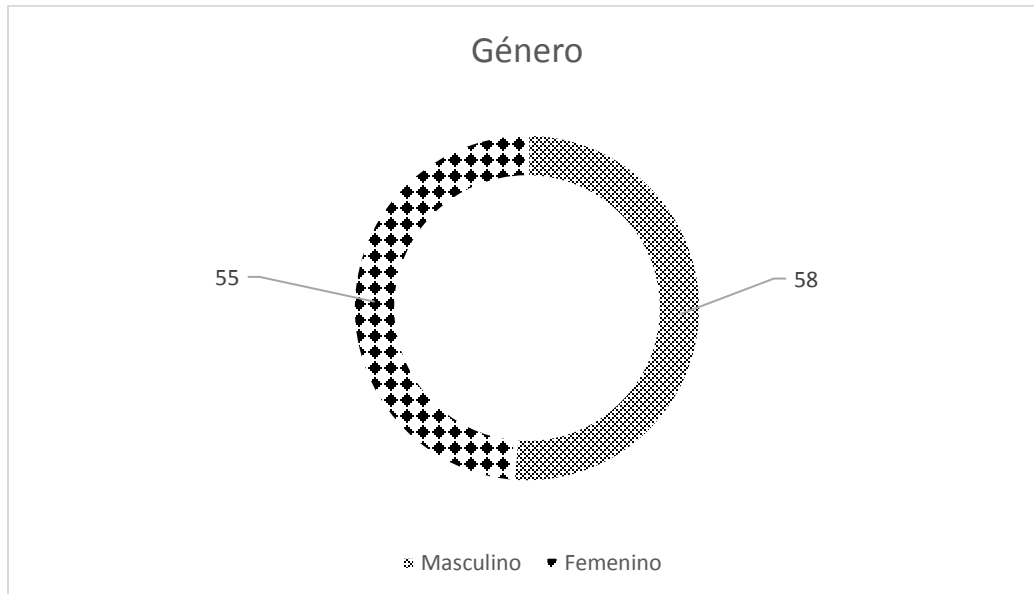
A continuación, se dan a conocer los resultados del pre test realizado a los estudiantes de 4° de la Institución Educativa El Bosque. El pre test estaba compuesto por 13 preguntas excluyendo los datos de los niños como lo fueron edad y género. En la siguiente gráfica se muestra el rango de edad en el que se encuentran los estudiantes de la población objetivo de la presente investigación.



*Gráfico 1. Rango de edad de los estudiantes
Fuente: Propia*

Con base en la gráfica anterior, se puede deducir que el 51% de la población objetivo tiene 10 años, el 29% de la población tiene 9 años, el 16% tiene 11 años, el 2% tienen 8 años y el 3% restante tienen 12 años.

A continuación, se muestra una gráfica que nos indica la distribución por género de la población objetivo.



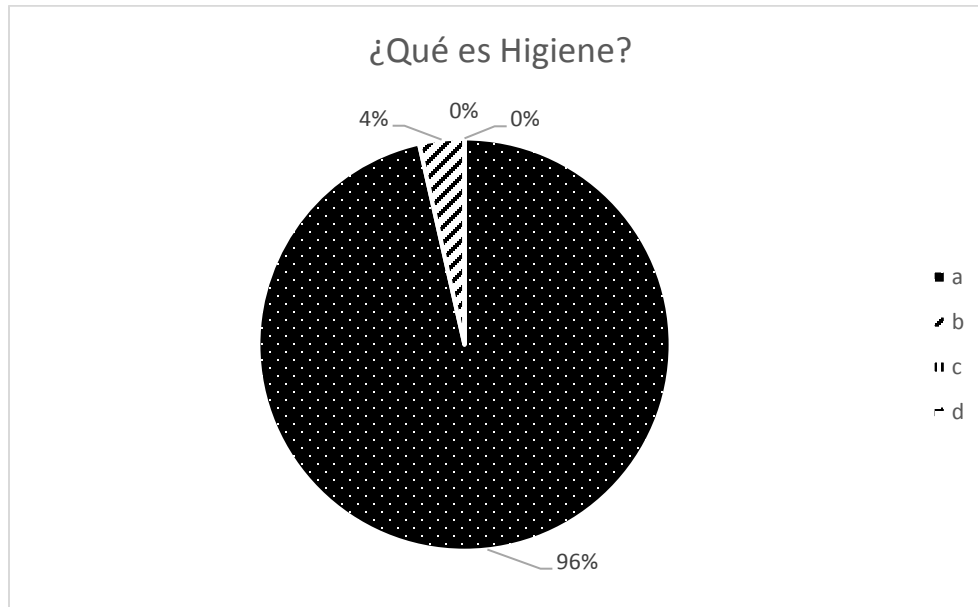
*Gráfico 2. Género de la población objetivo
Fuente: Propia*

Como se puede observar, hay una distribución equitativa de género ya que el 51% de la población objetivo es masculina y el 49% de la población es femenina.

Con estas dos gráficas se concluyen los datos básicos de la población objetivo.

A continuación, se mostrarán los resultados y los análisis del pre test de conocimientos en seguridad y salud aplicados a la población objetivo. Este test fue realizado antes de dar inicio con los talleres de prevención.

La primera pregunta del pre test era “¿Qué es higiene?”, a lo que 109 niños respondieron la opción A “Estar limpio y aseado siempre” y tan solo 4 niños respondieron la opción B “Descuidar nuestro aspecto personal”. En la siguiente gráfica se muestran los resultados a esta pregunta.



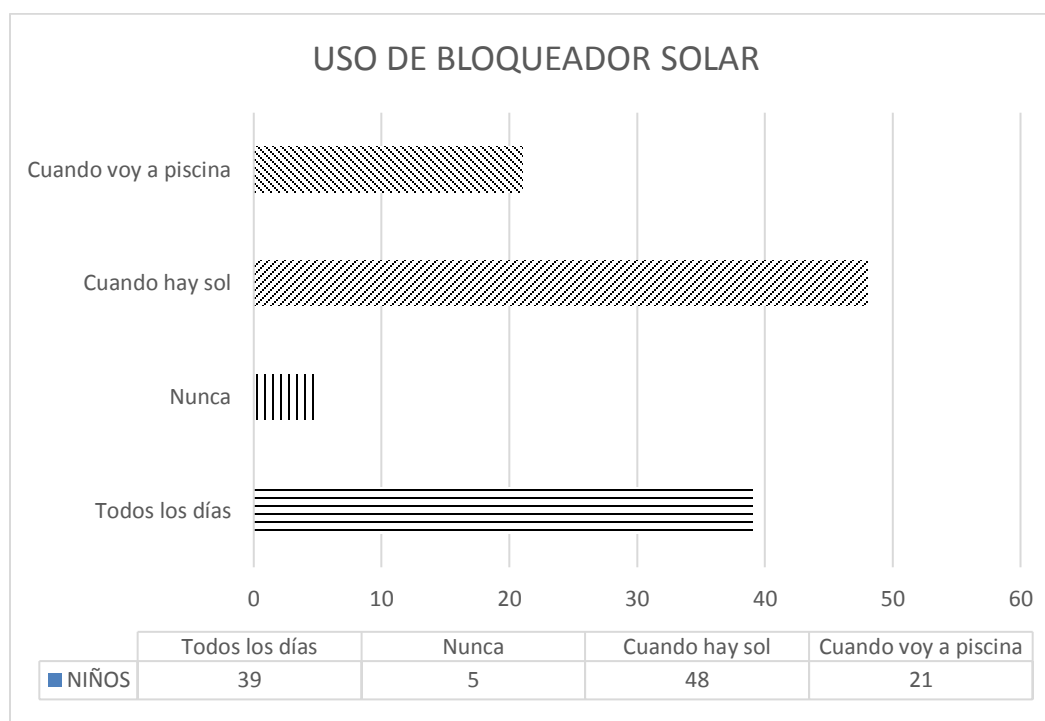
*Gráfico 3. ¿Qué es higiene?
Fuente: Propia*

Por lo anterior se puede concluir que el 96% de los niños tienen claro el significado de la palabra higiene y tan solo el 4% no tienen claridad con respecto a esta palabra.

La segunda pregunta fue ¿Cuándo utilizas el bloqueador solar? Esta pregunta estaba encaminada a que este es uno de los hábitos de higiene que deben tener los niños para prevenir enfermedades de la piel, pero que desafortunadamente no se considera vital o indispensable en el día a día, por lo cual no se les enseña a los niños desde temprana edad.

A esta pregunta el 75% de los niños respondieron que no utilizan bloqueador solar o que lo utilizan en determinadas ocasiones y tan solo el 35% de los niños lo utilizan a diario.

En la siguiente gráfica se pueden visualizar las respuestas de los niños.

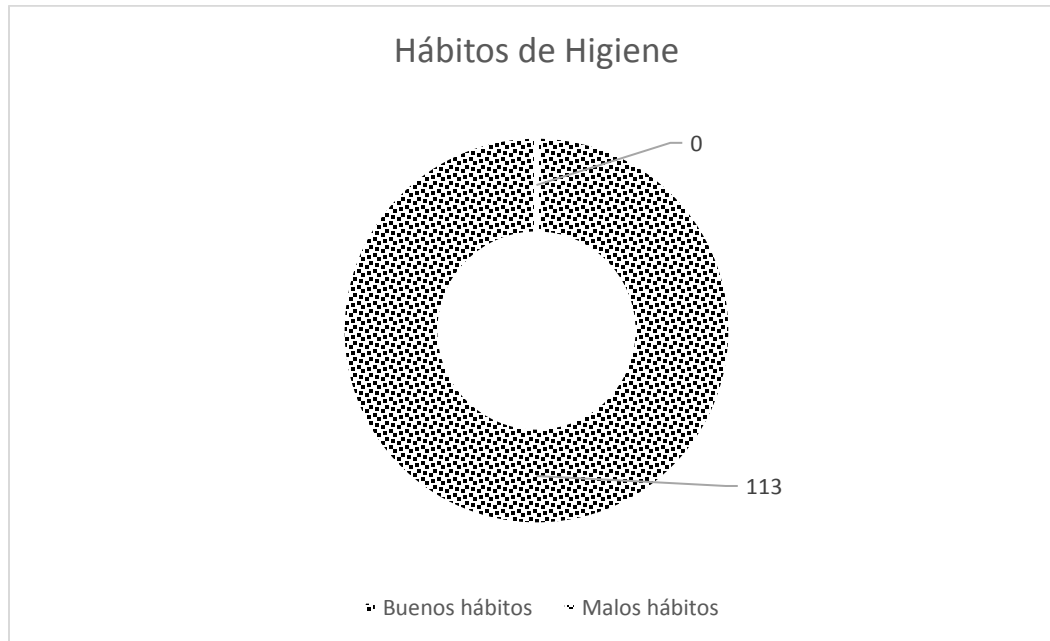


*Gráfico 4. Uso del bloqueador solar
Fuente: Propia.*

Teniendo en cuenta estos resultados se quiso concientizar a los niños en la importancia del uso del bloqueador solar y se les explicaron las consecuencias que puede acarrear el descuido de la piel. Este tema se incluyó dentro del taller No. 1 de Higiene (Ver Anexo D).

En la tercera pregunta se mostraban unas imágenes en las cuales el niño debía encerrar en un círculo los hábitos que ellos tenían a diario. Dichas imágenes se clasificaron en 2. Las primeras 2 imágenes de izquierda a derecha se clasificaban como “Buenos hábitos”, por consiguiente, las 2 imágenes siguientes se clasificaban como “Malos hábitos”. Con esta pregunta se pretendía saber si los estudiantes si tenían buenos hábitos de higiene.

En la siguiente gráfica se muestran los resultados a esta pregunta.



*Gráfico 5. Hábitos de higiene
Fuente: Propia.*

Partiendo del gráfico anterior, se deduce que el 100% de los niños tiene buenos hábitos de higiene los cuales se muestran en las imágenes como lo son el lavado de manos y cepillarse los dientes.

La cuarta pregunta del pre test mostraba una lonchera en la cual los niños podían dibujar y nombrar lo que comen por lo general en el colegio. Esta pregunta se realizó con el fin de conocer un poco más sobre los hábitos alimenticios de los niños y de esta forma profundizar en los alimentos que deberían comer con más frecuencia para mantenerse saludables, activos y enérgicos la mayor parte del tiempo.

Teniendo en cuenta las respuestas de los niños, se clasificaron los alimentos en 6 grupos que son:

- Cereales, raíces, tubérculos y plátanos

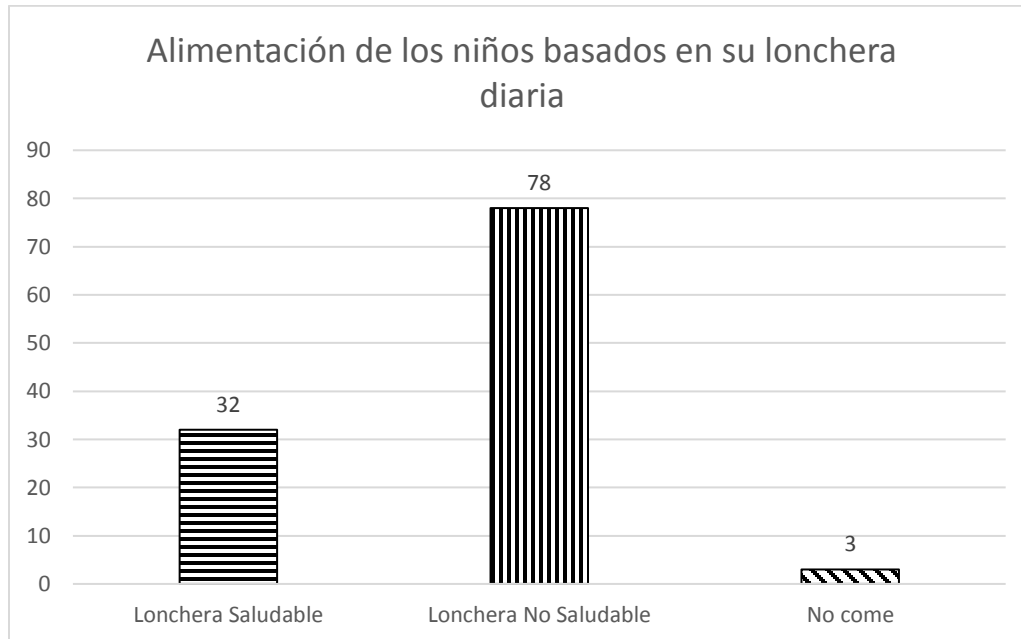
- Hortalizas, verduras, leguminosas y frutas
- Proteínas
- Alimentos industrializados¹
- Lácteos
- Comidas rápidas²

Una vez se clasificaron los alimentos, se contabilizaron el total de los alimentos que había en cada lonchera y se clasificó en “Lonchera saludable” o “Lonchera No Saludable”. Se clasificaba como lonchera saludable cuando el 80% de los productos allí descritos estaban contenidos en las siguientes categorías: lácteos, proteínas, hortalizas, verduras leguminosas y frutas o cereales tubérculos y plátanos. Los alimentos clasificados en las categorías comidas rápidas o alimentos industrializados se catalogaban como No Saludables.

En la siguiente gráfica se pueden ver los resultados de la clasificación de las loncheras de los estudiantes basados en sus respuestas.

¹ Los alimentos industrializados son aquellos que son alterados artificialmente para su preservación o conservación. Dentro de este grupo se encuentran los alimentos empaquetados, enlatados, gaseosas y dulces.

² Las comidas rápidas son aquellas que se cocinan de forma rápida y que contienen una alta cantidad de grasas saturadas o aderezos tales como hamburguesas, empanadas, pizzas,



*Gráfico 6. Alimentación basada en la lonchera diaria
Fuente: Propia.*

De acuerdo con la gráfica el 69% de los niños llevan una lonchera No Saludable al colegio e ingieren alimentos que no les aportan energía para el desarrollo de sus labores académicas. Por otro lado, el 28% de los niños si comen de forma saludable en los espacios de ocio y recreación que tienen en el colegio. No obstante, es preocupante que exista un 3% de la población que no ingiere ningún alimento a lo largo de la jornada escolar, que les pueda proporcionar energía para mantenerse activos o hidratados.

Pasando a la pregunta 5, se les pidió a los estudiantes que dibujaran en el tren 6 alimentos del que más les gusta al que menos le gusta.

Posteriormente se clasificaron los alimentos de igual manera que en la pregunta anterior, y se dividieron los 6 vagones del tren de la siguiente manera:

Los primeros 3 vagones se clasificaron como los alimentos que más les gustan a los niños y los últimos 3 vagones se clasificaron como los alimentos que menos les gustan a los niños.

En la siguiente gráfica se puede ver la alimentación según los gustos de cada niño.

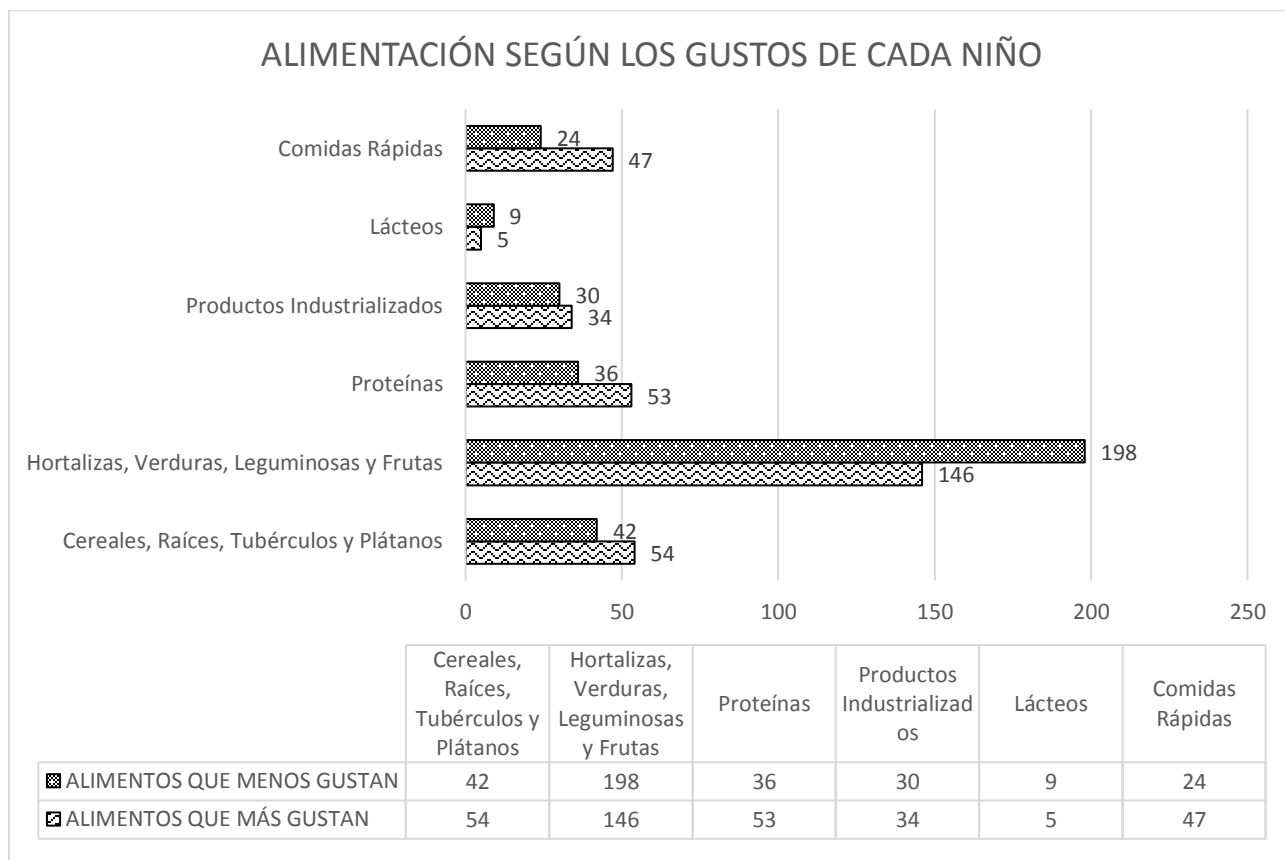


Gráfico 7. Alimentación según los gustos de los niños

Fuente: Propia

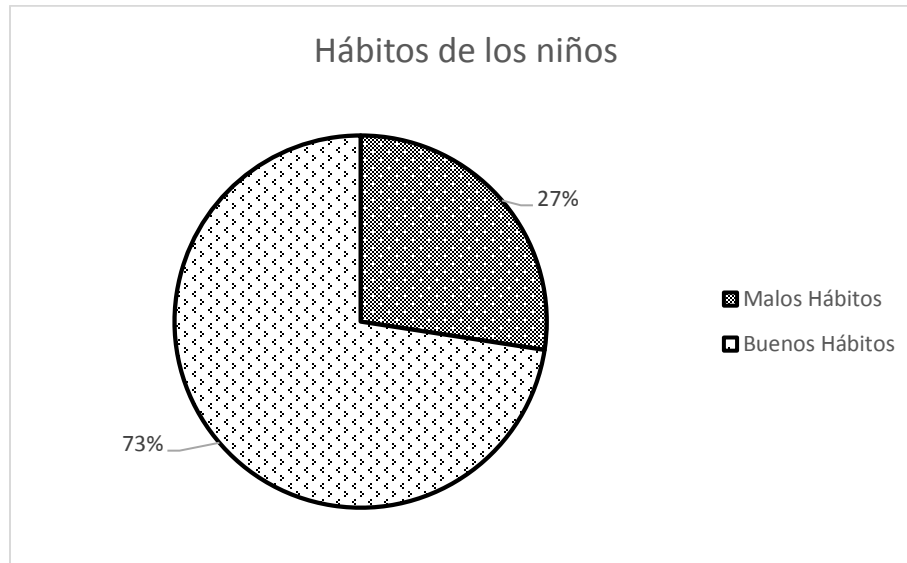
Como se puede observar, los alimentos que más gustan y a su vez que menos gustan, están clasificados en “Hortalizas, verduras, leguminosas y frutas”, siendo las Verduras los alimentos que menos les gustan a los niños y las Frutas los alimentos que más les gustan a los niños. Se hace la observación que las respuestas en el tren de cada niño podían

contener alimentos que estuvieran clasificados en la misma categoría o en diversas categorías. Adicionalmente, se puede observar que los lácteos son alimentos que pasan desapercibidos en la alimentación de los niños pues no hay una preferencia o un disgusto por los alimentos contenidos en esta categoría. Dentro de los alimentos que más les gustan a los niños están el arroz, las papas, el pollo, las hamburguesas los perros calientes y las pizzas. Dentro de los alimentos que menos les gustan a los niños están el brócoli, el repollo y el pescado.

En la pregunta 6 se mostraban algunas imágenes relacionadas con la alimentación y su acompañamiento. El primer grupo de imágenes de izquierda a derecha se clasificaban como “Malos hábitos” y el segundo grupo de imágenes se clasificaban como “Buenos hábitos”.

La importancia de esta pregunta radica en que no solo es importante mantener una buena alimentación, sino que, además ésta debe ser acompañada de la ingesta de agua y de ejercicio constante que les permita a las personas sentirse vitales y mantenerse enérgicos para desempeñar sus funciones o labores diarias.

Esta pregunta también tiene relación con las 2 preguntas anteriores las cuales están enfocadas en la alimentación de los niños.

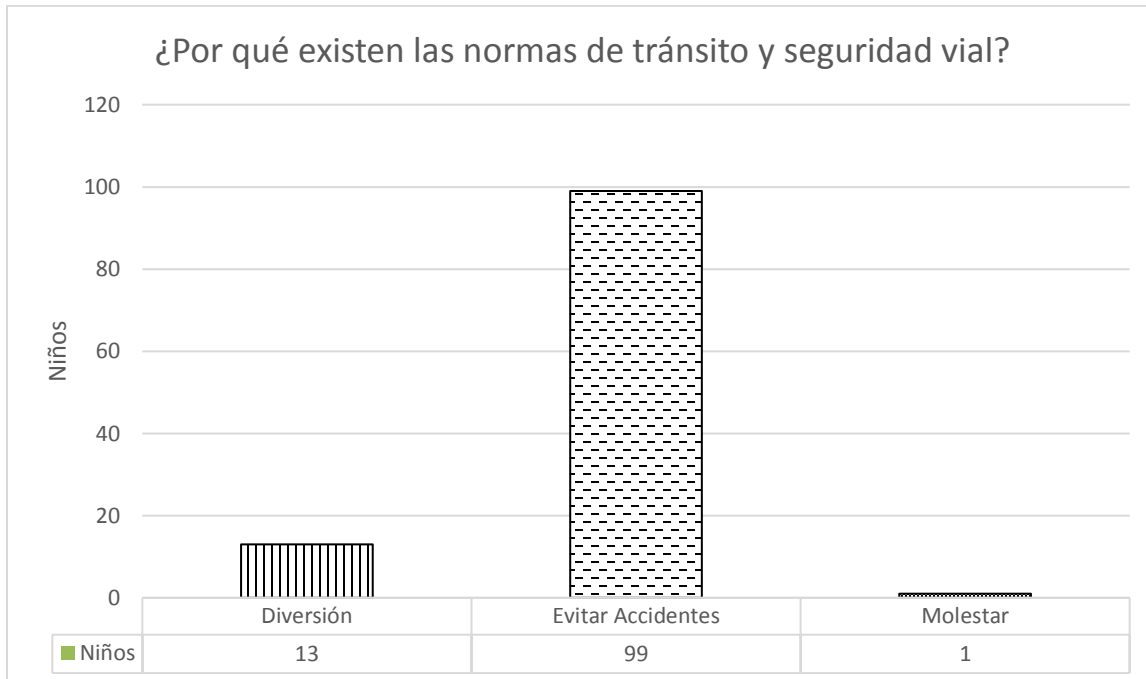


*Gráfico 8. Hábitos de los niños
Fuente: Propia*

Partiendo del gráfico, se puede observar que el 27% de los niños tienen malos hábitos como lo son ver televisión mientras comen, alimentarse de forma poco saludable o jugar únicamente con aparatos electrónicos, por el contrario, el 73% de los niños afirman realizar actividad física y comer de forma más saludable.

No obstante, y teniendo en cuenta los resultados de las preguntas 4 y 5 es posible que los niños realicen algún tipo de actividad física, pero que no se alimenten de forma adecuada con regularidad.

Pasando a la pregunta 7, se inicia con otro tema el cual es seguridad vial. Aquí se les pregunta a los niños por qué creen que existen las normas de tránsito brindándoles 3 opciones de respuesta.



*Gráfico 9. Existencia de las normas de tránsito y seguridad vial
Fuente: Propia.*

Basados en el gráfico anterior, el 88% de los niños saben que las normas de tránsito están hechas para evitar accidentes viales, no obstante, el 12% restante no tienen gran claridad sobre la importancia de las normas de tránsito y seguridad vial.

La pregunta 8 del pre test era ¿Por dónde debo cruzar como peatón?

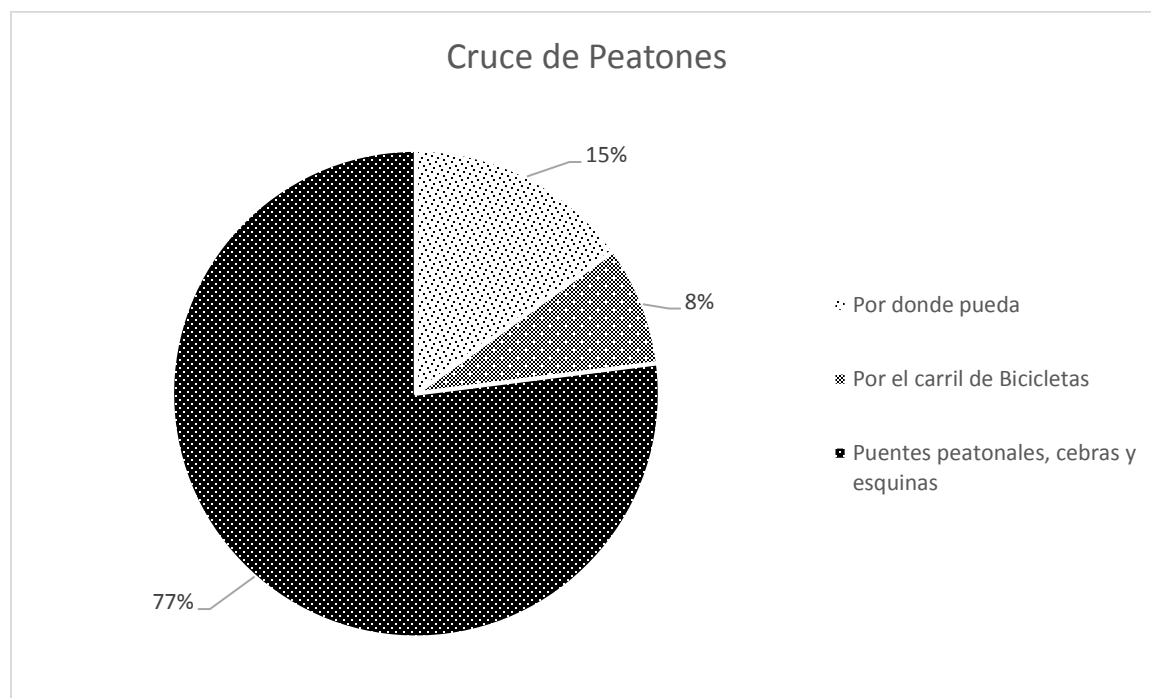
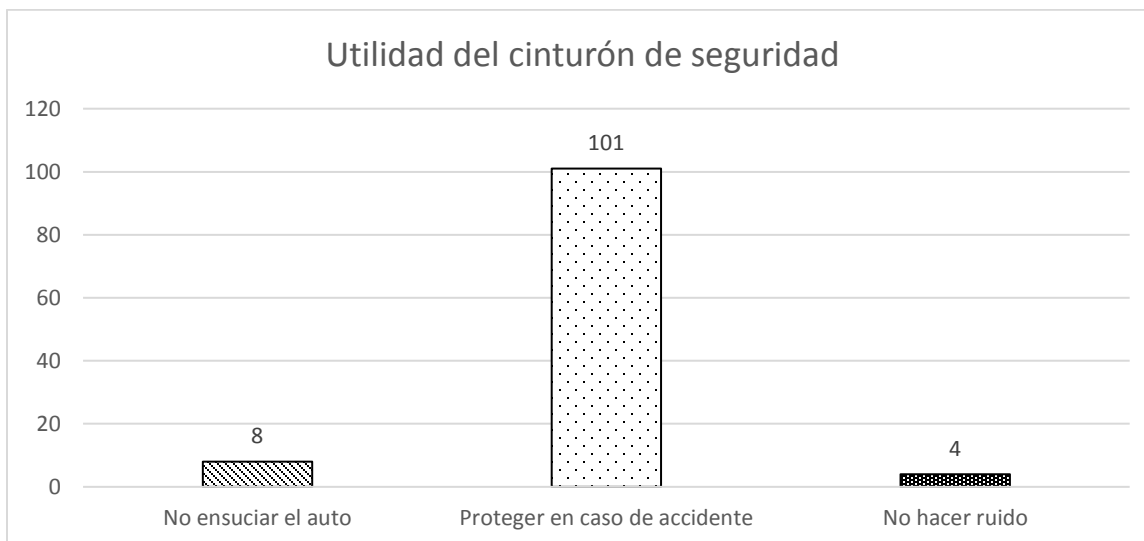


Gráfico 10. Cruce de peatones
Fuente: Propia.

Con base en las respuestas de los niños, el 77% de ellos tiene claridad que el cruce de los peatones debe ser por las cebras, las esquinas y los puentes peatonales. No obstante, el 23% restante no conocen por donde debe ser el cruce de los peatones y lo hacen por donde pueden o por el carril de las bicicletas. Por lo anterior se puede inferir que los niños han adquirido estos malos hábitos y que pueden ser llegar a ser víctimas de un accidente de tránsito.

La pregunta 9 hace referencia a la utilidad del cinturón de seguridad en los vehículos.

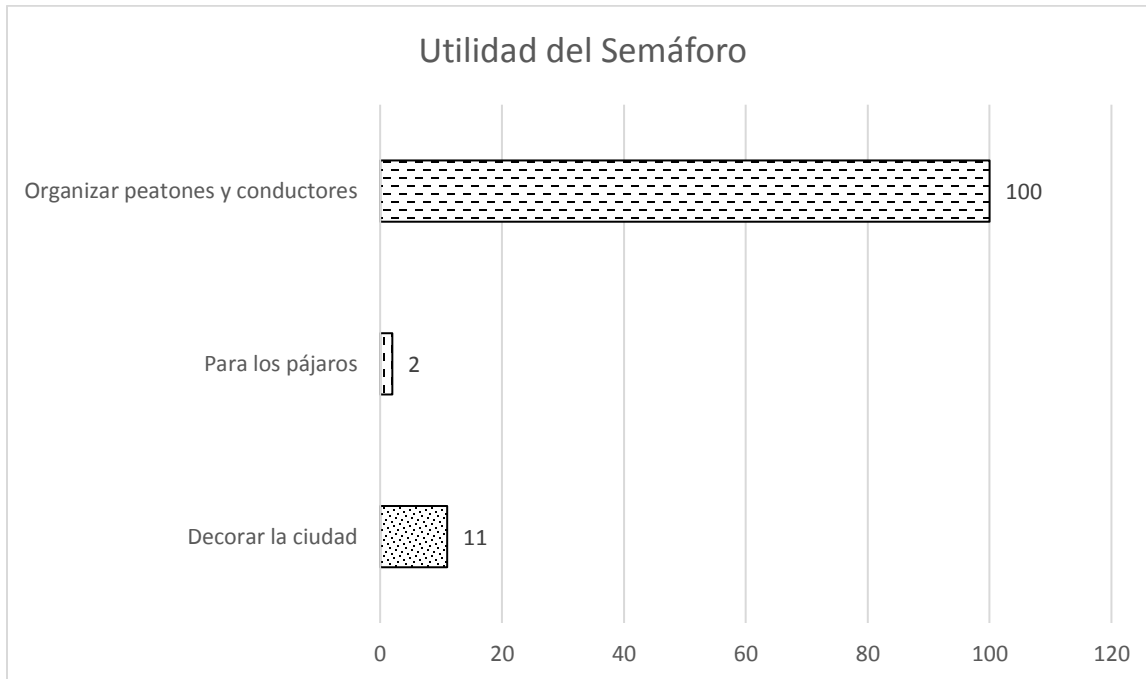


*Gráfico 11. Utilidad del cinturón de seguridad
Fuente: Propia.*

Como se puede observar, el 89% de la población objetivo sabe que el cinturón de seguridad sirve para proteger en caso de accidente, sin embargo, el 11% respondieron que sirve para no ensuciar el auto o para que los niños no hagan ruido.

La pregunta 10 era ¿Para qué sirve un semáforo?, brindando 3 opciones de respuesta diferentes. En este caso al igual que en la pregunta anterior, el 89% de la población objetivo sabe para qué sirven los semáforos y el 11% restantes no conocen la utilidad de este objeto.

A continuación, se relaciona el gráfico de la pregunta anteriormente mencionada.



*Gráfico 12. Utilidad del semáforo.
Fuente: Propia.*

La pregunta 11 trataba sobre otro tema el cual es el reciclaje y el cuidado del medio ambiente. Aquí se les pregunto a los niños que significan las 3 R's.

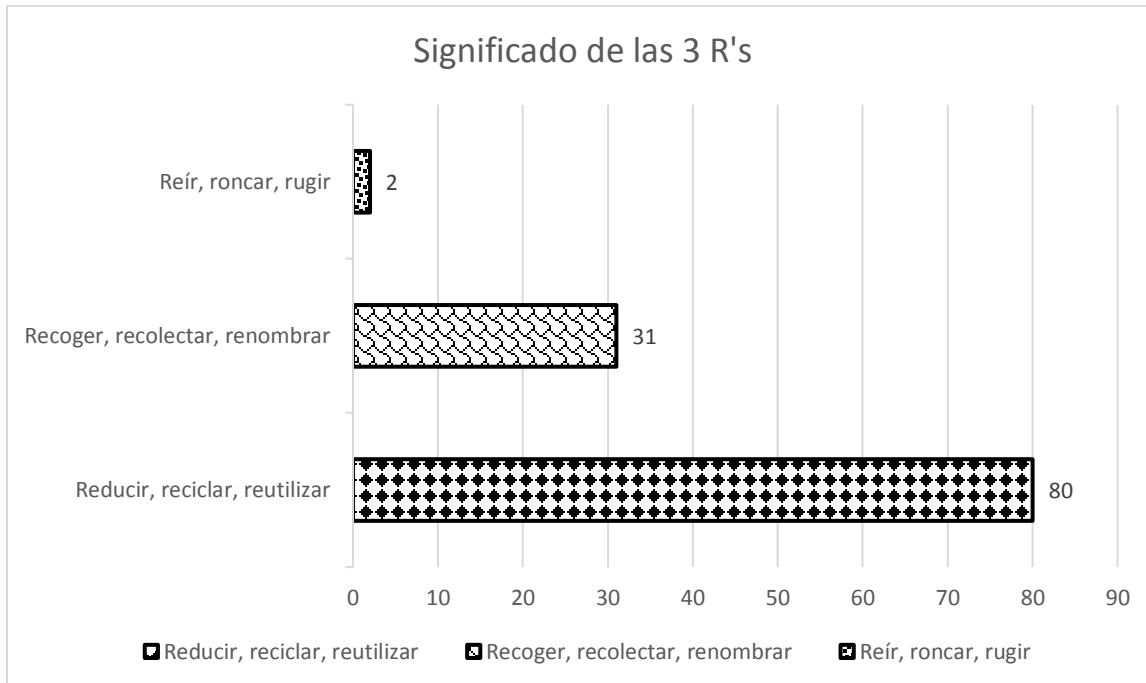


Gráfico 13. Significado de las 3 R's.

Fuente: Propia.

Partiendo del gráfico anterior se puede observar que el 71% de los niños conocen sobre el cuidado del medio ambiente y saben el significado de las 3 R's. Sin embargo, el 29% restante no tienen claridad sobre esto.

La pregunta 12 mostraba una serie de imágenes con el fin de que los niños identificaran el escenario que podría causar un accidente. Esta pregunta está enfocada en el tema de Seguridad en el colegio y en la casa en donde se busca enfatizar acerca de las 5 S's y su importancia.

Las imágenes se clasificaron de izquierda a derecha, las 2 primeras son las opciones a y b y las 2 últimas imágenes son las opciones c y d.

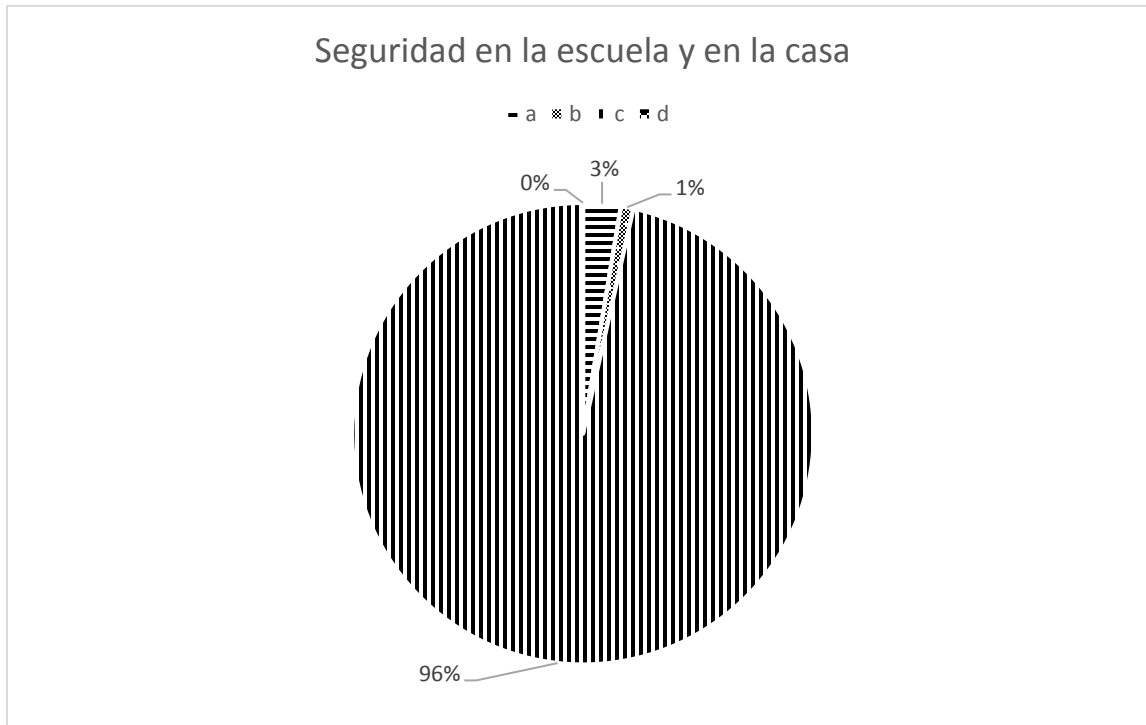


Gráfico 14. Seguridad en la escuela y en la casa
Fuente: Propia.

Partiendo de las respuestas de los niños, el 96% identificaron el escenario que podría ocasionar un accidente y tan solo el 4% restante no lograron identificar el escenario deseado.

Por último, la pregunta 13 mostraba unas canecas con unos residuos y los niños debían describir que significaban para ellos esas canecas.

De esta pregunta no se lograron tabular las respuestas, debido a que la mayoría de niños no comprendieron el contexto de la pregunta y su respuesta fue describir literalmente lo que observaban en los dibujos. Por ejemplo: Una caneca con cascaras de plátano, una caneca con botellas, etc. Por tal motivo esta respuesta no logró indicar si los niños sabían que las canecas eran para reciclar o si ellos conocían en cuales canecas se deben depositar determinados desechos.

Al no tener una respuesta objetiva sobre esta pregunta, se da por terminada la tabulación y el análisis de los resultados del pre test.

A continuación, se mostrarán los resultados y los análisis del pos test de conocimientos en seguridad y salud aplicados a la población objetivo. Este test fue realizado al finalizar los talleres de prevención.

La primera pregunta del pos test era “¿Qué es higiene?”, a lo que 113 niños respondieron la opción A “Estar limpio, aseado y cuidar de nuestro aspecto personal”. En la siguiente gráfica se muestran los resultados a esta pregunta.

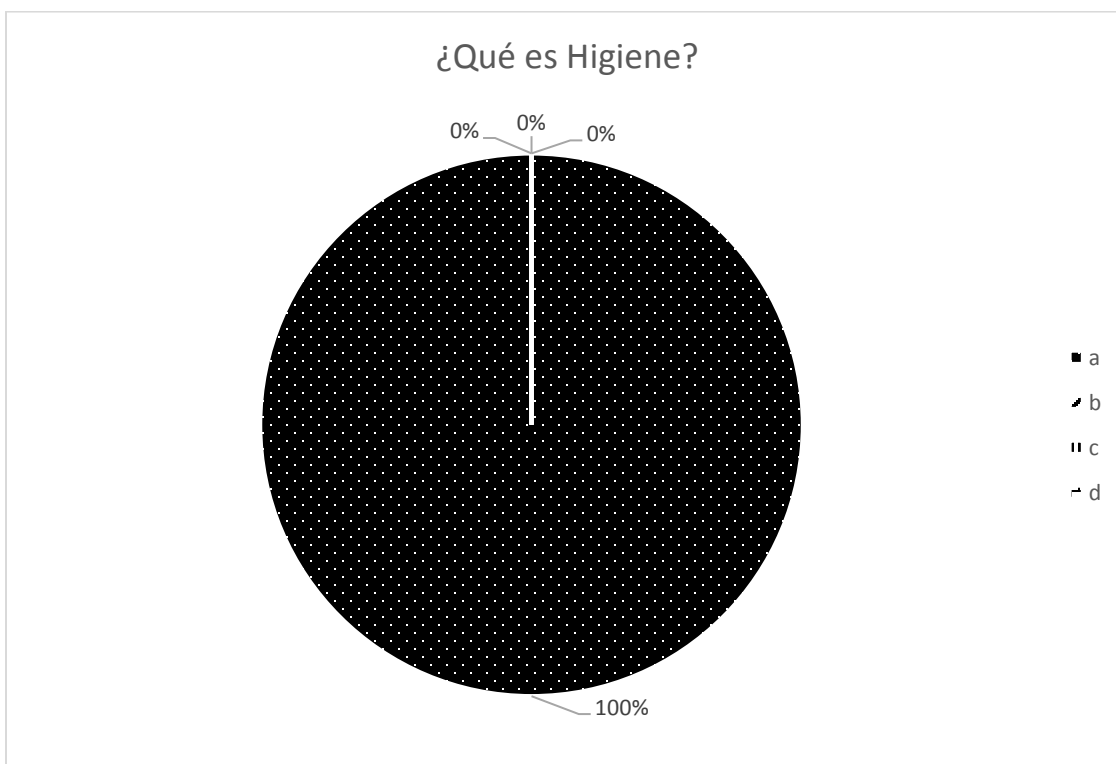


Gráfico 15. ¿Qué es higiene?
Fuente: Propia

Por lo anterior se puede concluir que el 100% de los niños tienen claro el significado de la palabra higiene.

La segunda pregunta fue ¿Cuáles hábitos de higiene deberías tener a diario? Esta pregunta estaba encaminada en verificar si estaba claro los buenos hábitos de higiene que deben tener todas las personas. A esta pregunta el 100% de los niños seleccionaron la respuesta C que describe bañarse a diario, lavarse las manos, cepillarse los dientes, peinarse y usar bloqueador solar.

En la siguiente gráfica se pueden visualizar las respuestas de los niños.

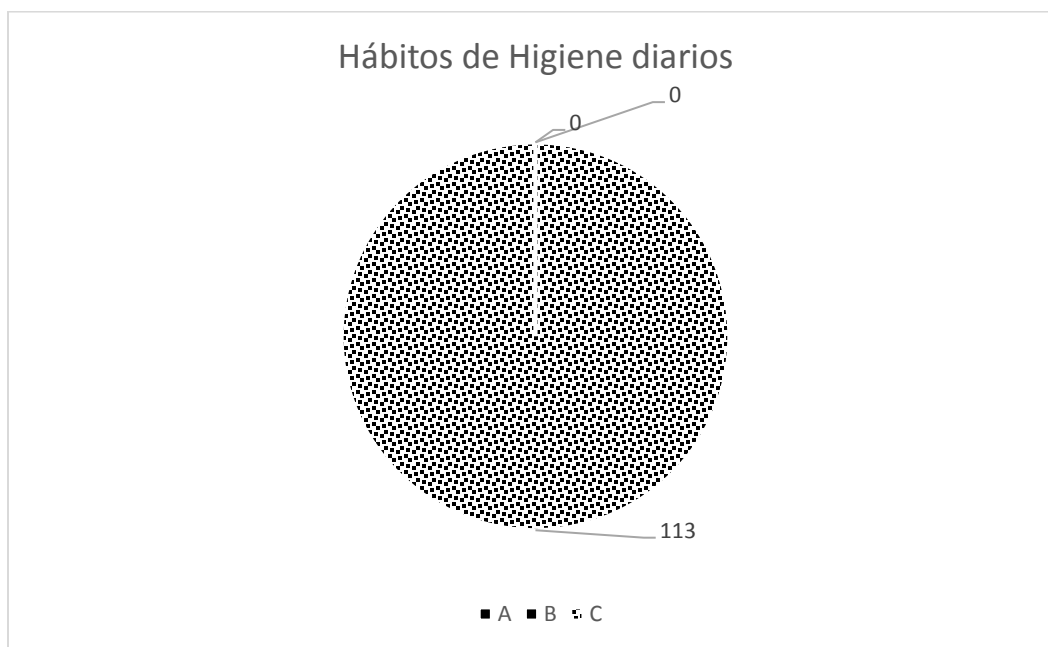
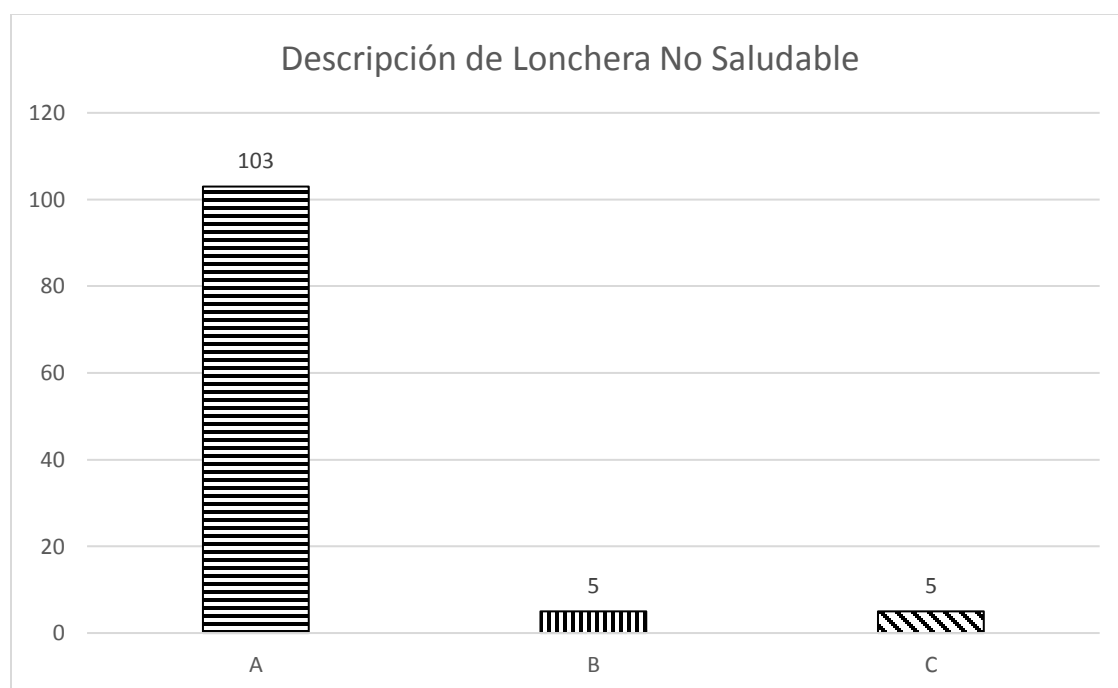


Gráfico 16. Hábitos de higiene diarios
Fuente: Propia

La tercera pregunta se realizó con el fin de evidenciar si los niños podían distinguir una lonchera no saludable de una lonchera saludable, por lo que se les pedía seleccionar la opción que ellos consideraran como No saludable. Como se puede

evidenciar en el gráfico No. 17, el 91% de los niños respondió acertadamente al seleccionar una lonchera que incluía alimentos como “Gaseosa, papas de paquete, chocolatina y manzana”. Por otro lado, el 9% de los niños respondieron a las otras dos opciones que incluían alimentos saludables, concluyendo que 10 niños no saben diferenciar entre la alimentación balanceada que deberían tener a diario y la alimentación poco saludable que puede ocasionarles alguna enfermedad a futuro.

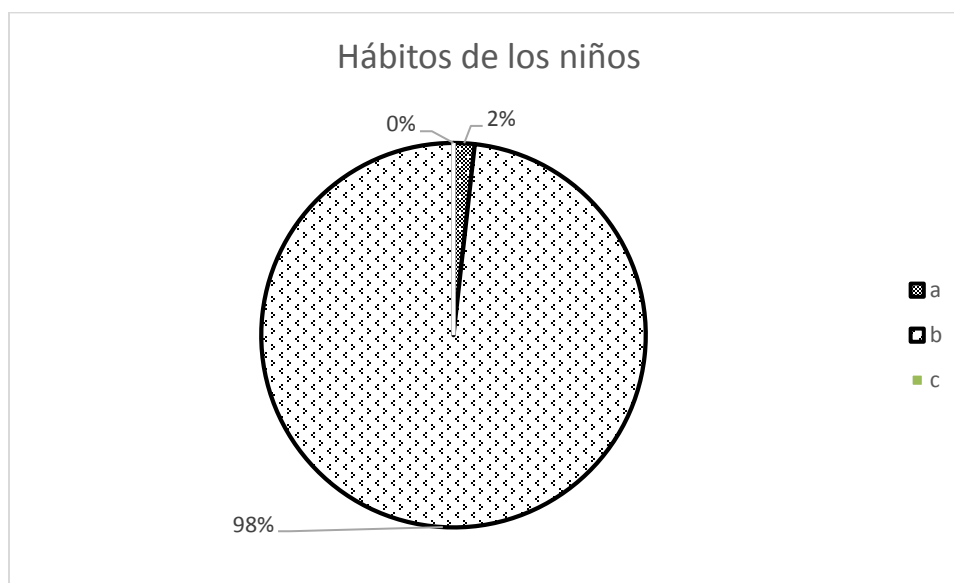
En la siguiente gráfica se evidencian las respuestas a la pregunta No. 3



*Gráfico 17. Lonchera No saludable
Fuente: Propia*

La cuarta pregunta que se realiza a los niños es: ¿Para mantenerse siempre activo y con energía es importante?: A) Tener una buena alimentación, ver televisión y jugar. B) Tener una buena alimentación, beber agua, ejercitarse y dormir. C) Ejercitarse, tener una mala alimentación, beber gaseosas y dormir.

En la siguiente gráfica se muestran los resultados a esta pregunta

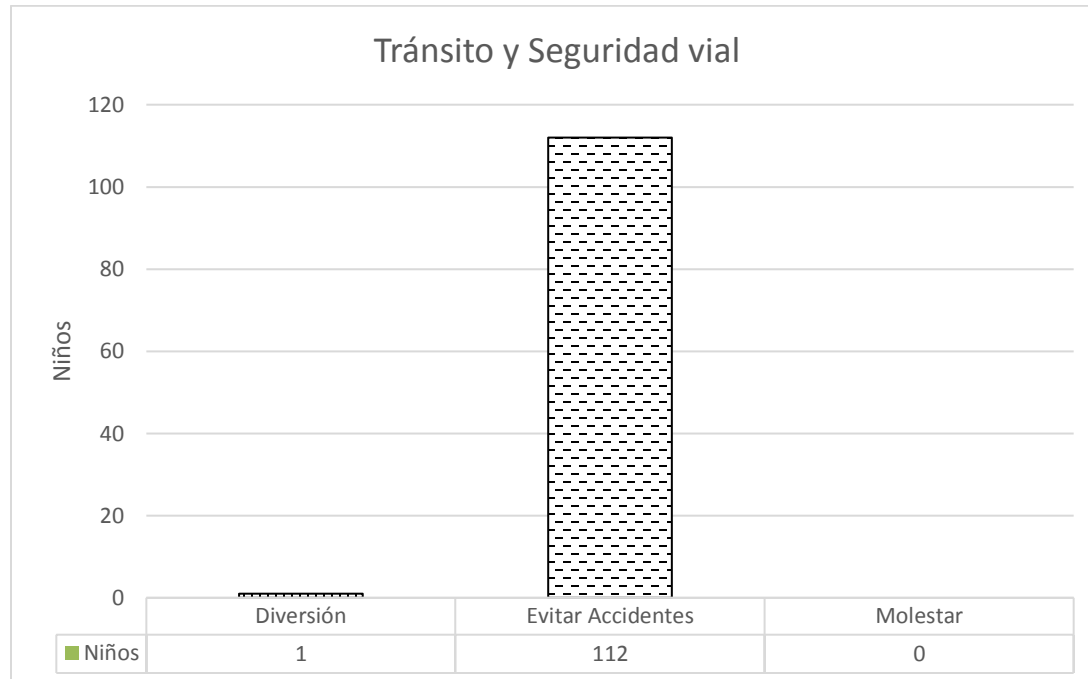


*Gráfico 18. Elementos para mantenerse activo y con energía
Fuente: Propia*

De 113 niños el 98% selecciono la opción B y el 2% restante la opción A. Lo cual indica que la mayoría de los niños comprendieron a partir del taller de Alimentación saludable los elementos necesarios para mantenerse activos y con energía.

En la pregunta número cinco, se les preguntó a los niños por qué creían que existen las normas de tránsito y seguridad vial, para lo cual se les dieron tres opciones de respuesta. Esta pregunta se incluyó tanto en el pre test como en el post test.

En la siguiente grafica se pueden observar las respuestas de los estudiantes.



*Gráfico 19. Normas de tránsito y seguridad vial
Fuente: Propia*

De la gráfica anterior, se puede concluir que tan solo el 1% considera que las normas de tránsito existen para que la circulación en las vías sea más divertida. No obstante, el 99% de los estudiantes tiene claridad en que las normas de tránsito sirven para evitar accidentes.

En cuanto a la pregunta 6, se les preguntó a los niños cuáles son los actores viales. Se describen tres opciones donde ellos pueden identificar de acuerdo a lo aprendido en los talleres cual es la respuesta correcta.

En la siguiente gráfica se pueden observar los resultados

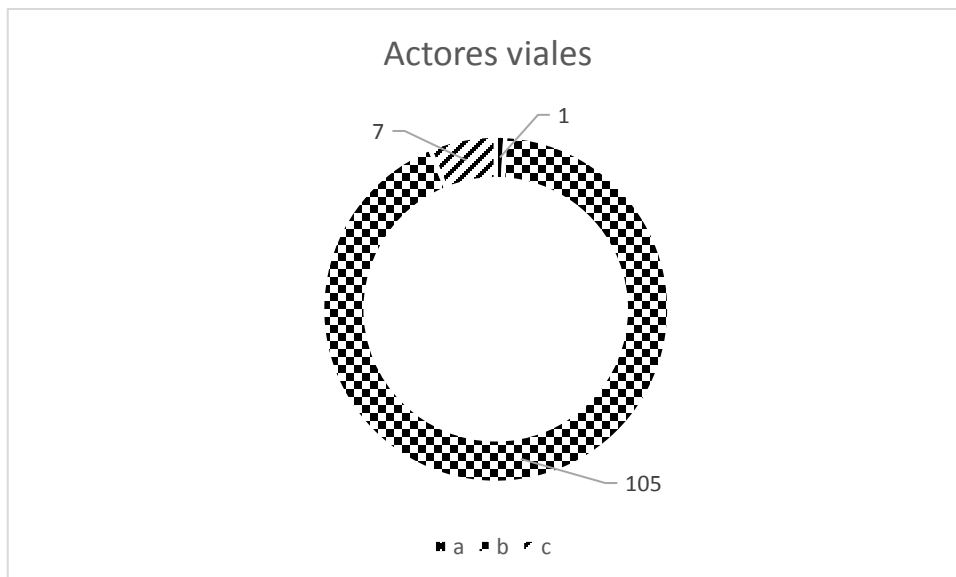


Gráfico 20. Actores viales
Fuente: Propia

El 93% de los niños tienen claro que los actores viales son los peatones, conductores y pasajeros y el 7% restante, consideran otras opciones tales como “conductores de auto o los actores que aparecen en la película rápido y furioso”.

En la pregunta No. 7 se les preguntó a los niños por qué los vehículos cuentan con cinturón de seguridad. Esto con el fin de crear conciencia sobre el buen uso de este elemento para los conductores y los pasajeros, y así mismo dejar clara la importancia del mismo y el motivo por el cual se debe utilizar.

En la siguiente grafica se observan las respuestas de los estudiantes.

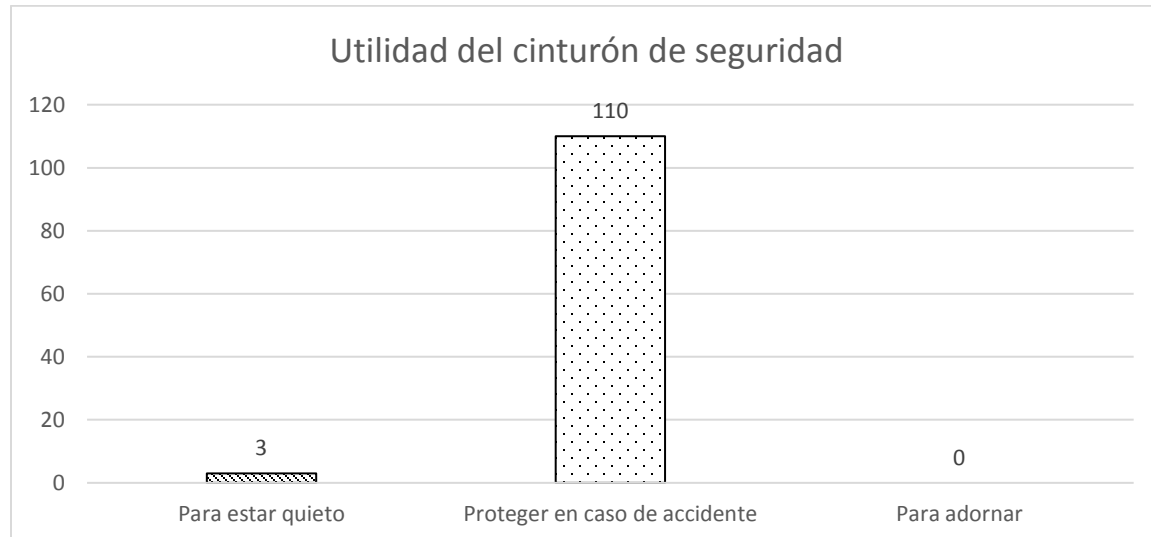


Gráfico 21. Cinturón de seguridad
Fuente: Propia

De la gráfica anterior se puede concluir que el 97% los niños tienen clara la importancia del uso del cinturón de seguridad, no obstante, el 3% de los estudiantes consideran que el cinturón de seguridad sirve para que los niños estén quietos y que de esta forma no distraigan al conductor.

La pregunta ocho era ¿Para qué sirven los semáforos? El objetivo de esta pregunta era que los niños conocieran la importancia de este elemento, el buen uso que los conductores y los peatones deben darle y que pudieran distinguir e identificar de forma apropiada los colores de un semáforo.

A continuación, se podrán observar las respuestas de los niños en el post test.

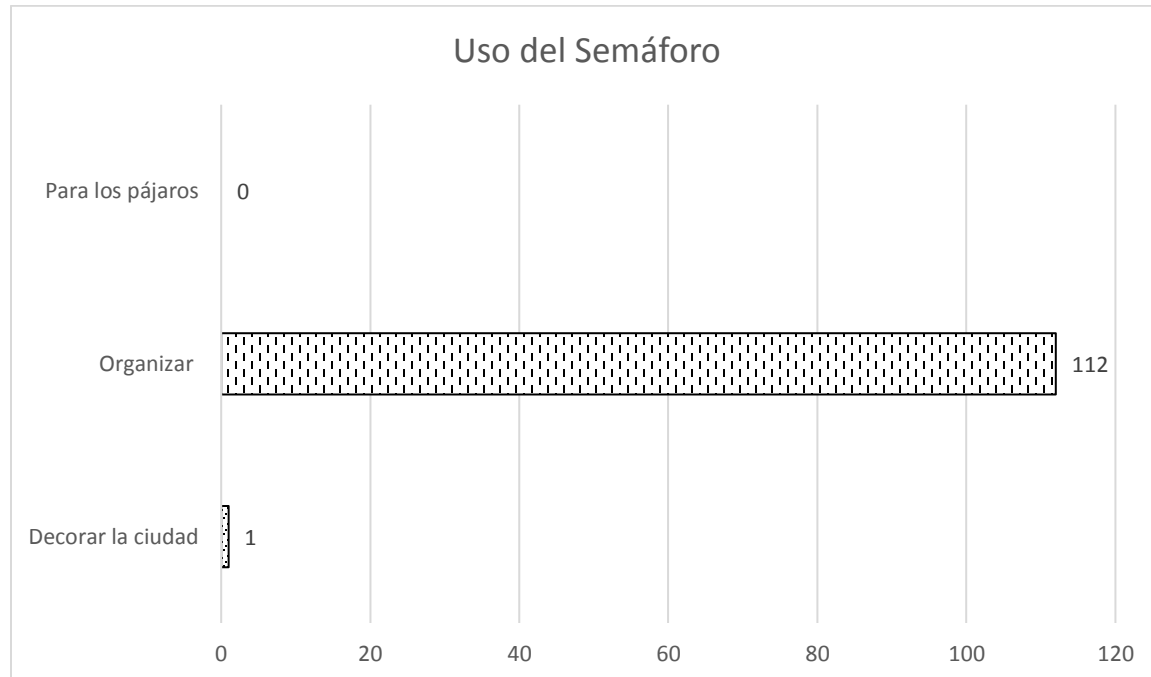


Gráfico 22. Uso del semáforo
Fuente: Propia

Se puede observar que el 99% de los niños tienen claro que los semáforos sirven para organizar los peatones y conductores, lo que indica que en su gran mayoría comprendieron la importancia de este elemento luego de realizado el taller de seguridad vial.

La pregunta número nueve era ¿Qué significan las 3 R's? Esta pregunta estaba enfocada en que los niños conocieran la definición de las 3 R's luego de haber realizado el taller sobre este tema. Para esta pregunta se brindaron las siguientes respuestas:

- A) Reciclar, Reducir, Reutilizar
- B) Repartir, Reutilizar, Respetar
- C) Reducir, Repartir, Reciclar

En la siguiente gráfica se pueden observar las respuestas de los alumnos.

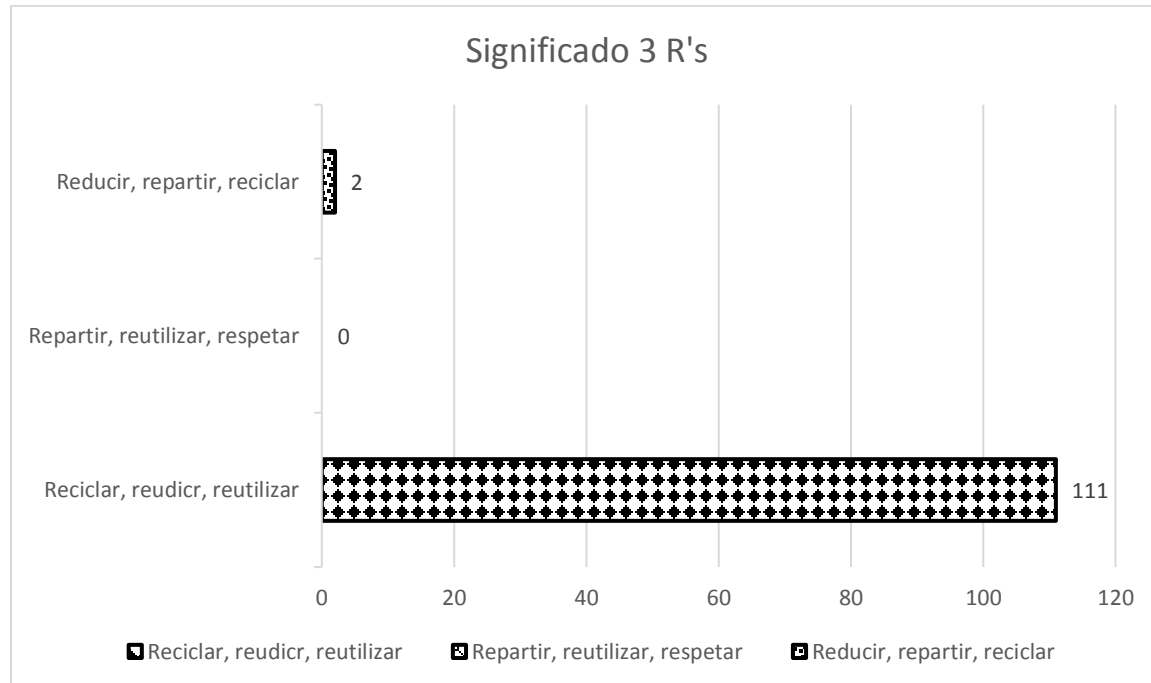


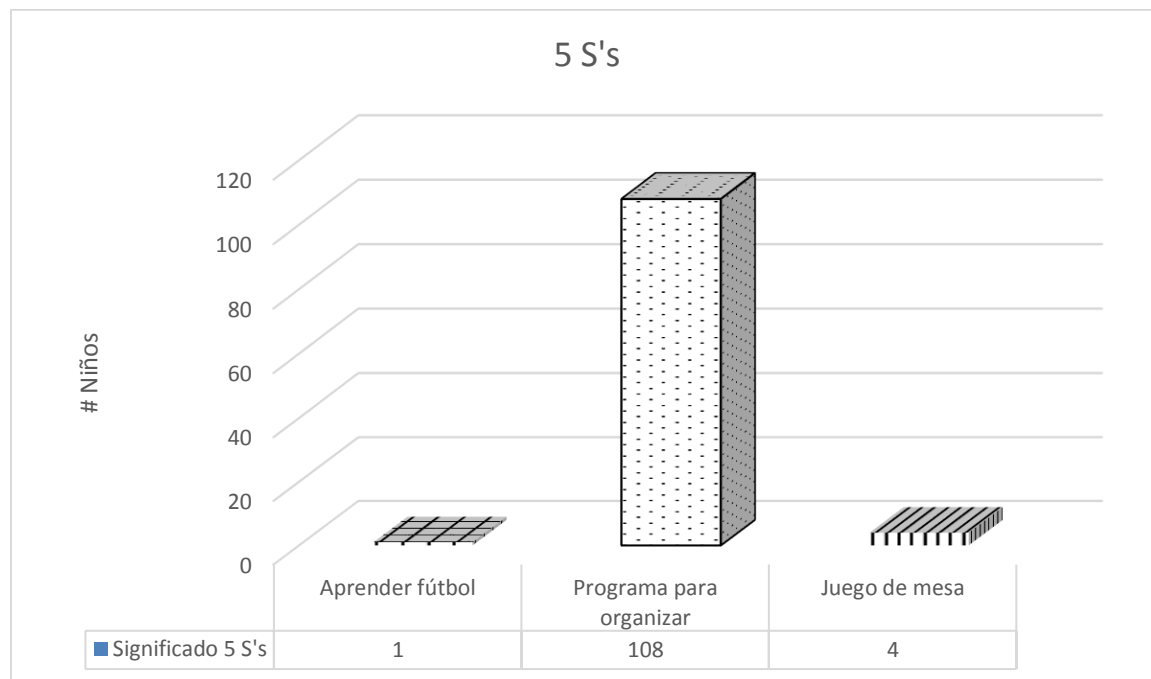
Gráfico 23. Significado de las 3 R's

Fuente: Propia

Se puede concluir que el 98% de los niños comprendieron el significado de las R's y las palabras que la definen como lo son Reciclar, reducir y reutilizar, sin embargo, el 2% de los alumnos restantes aun presentan confusión con su significado.

La pregunta número 10 era ¿Qué son las 5S'S? Esta pregunta se realizó con base en el taller sobre “Seguridad en la escuela y en la casa”, en donde se les explicó a los niños la importancia del orden y el aseo en todos los lugares y se enfatizó en el programa de las 5 S's.

En la siguiente grafica se observan las respuestas.

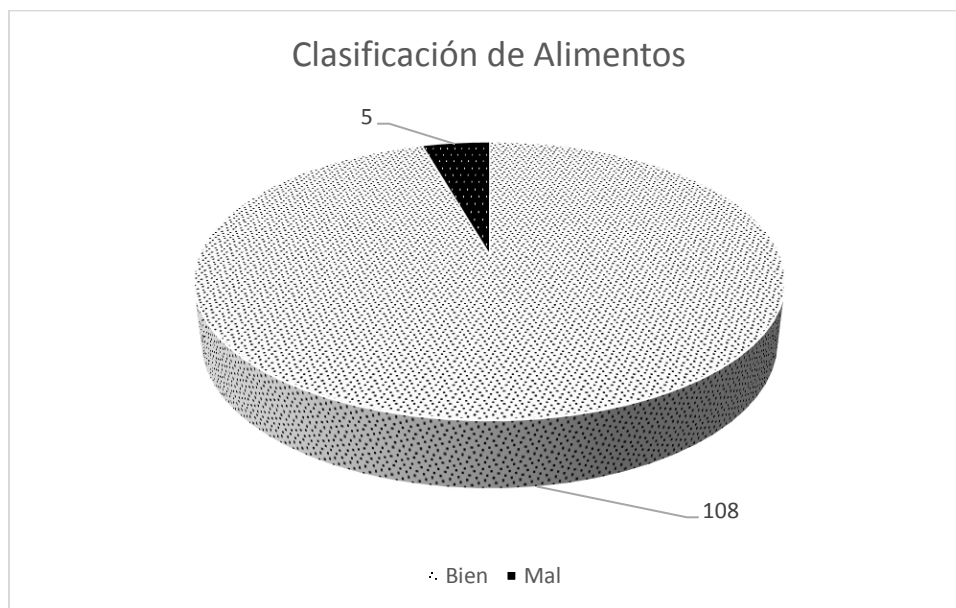


*Gráfico 24. 5 S's
Fuente: Propia*

De los 113 niños encuestados, el 95 % tiene claridad que las 5S's es un programa que sirve para organizar espacios y mantenerlos limpios y en orden, el 3.5% piensan que es un juego de mesa y el 1.5% restante cree que son 5 personas que aprenden a jugar fútbol. Por lo anterior, el 5% de los estudiantes no comprendieron la utilidad de este programa.

La pregunta número once estaba relacionada con el taller de “Alimentación saludable”. Esta pregunta estaba enfocada en saber si los niños habían aprendido a clasificar algunos alimentos de acuerdo al tren de la alimentación. En la columna A se ubicaban los alimentos tales como chokolatinas, queso y yogurt, manzana y lechuga. En la columna B se encontraba la clasificación de los alimentos anteriormente mencionados. Dicha clasificación se componía de frutas y verduras, dulces, proteínas, y lácteos.

En la siguiente grafica se observan las respuestas de los estudiantes.



*Gráfico 25. Clasificación de alimentos
Fuente: Propia*

De la gráfica anterior, se puede concluir que el 95.5% de los niños logran realizar la correcta categorización de los alimentos uniando los alimentos de la columna A con la clasificación de los alimentos de acuerdo al tren de la alimentación.

La pregunta número doce estaba relacionada con el taller de las 3 R's. Allí los niños debían clasificar unos residuos en las canecas de colores que correspondiera. Esto con el fin de saber si los niños comprendieron como realizar una correcta disposición de los residuos.

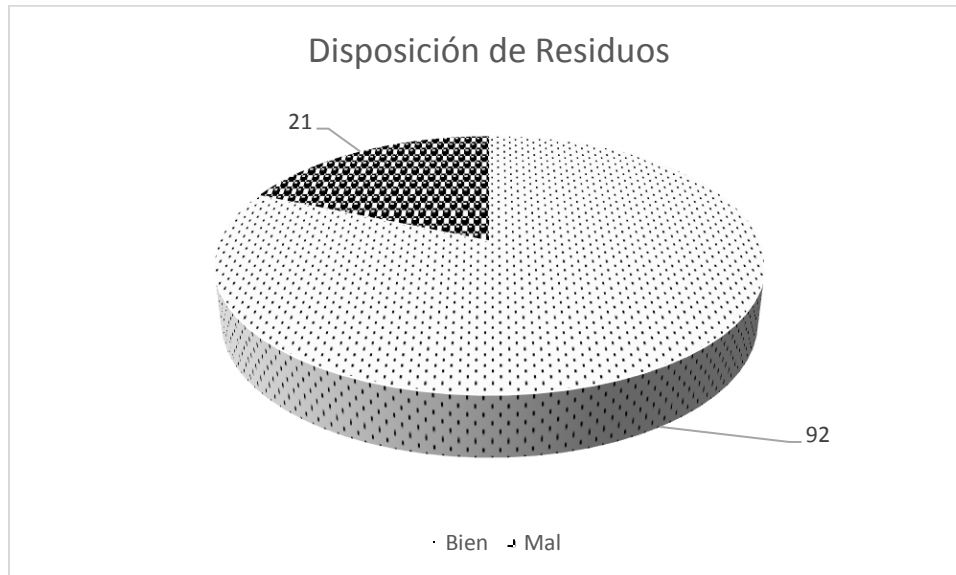


Gráfico 26. Disposición de residuos
Fuente: Propia

La grafica nos enseña que el 81.4% de los niños sabe cómo realizar una adecuada separación en la fuente de los residuos. Sin embargo, el 18.6% aun presenta confusión en que caneca debe realizar la disposición de cada residuo.

La pregunta número trece estaba directamente relacionada con el taller de “Prevención de bullying o acoso psicológico”, en el cual se habló sobre los tipo de bullying que existen y los principales actores en el bullying. En la pregunta, se les pedía a los niños relacionar unas imágenes con los tipos de bullying verbal, físico y cyberbullying.

En la siguiente grafica se observan las respuestas de los estudiantes.

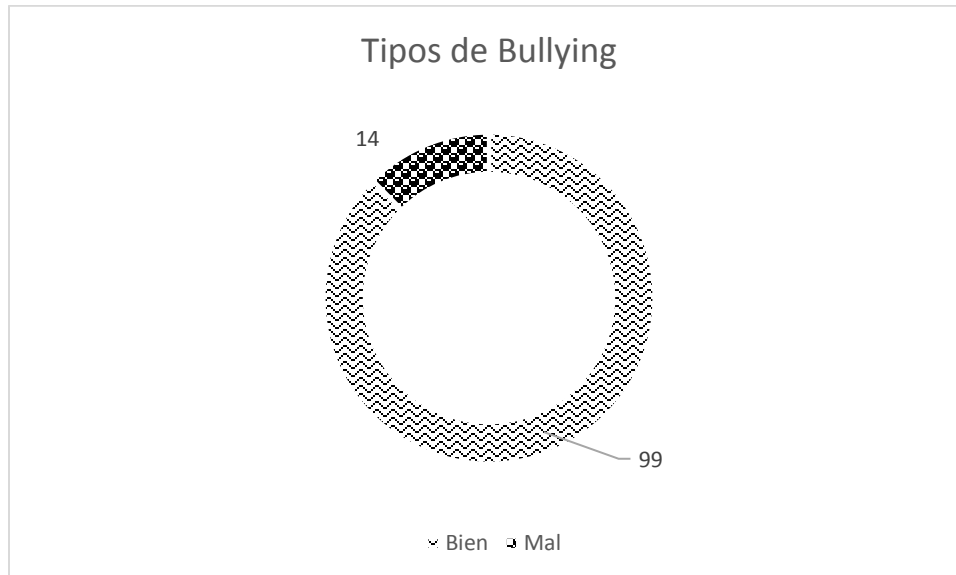


Gráfico 27. Tipos de Bullying
Fuente: Propia

De la gráfica anterior se concluye que, de los 113 niños encuestados, 99 de ellos logran identificar los tipos de bullying que existen y los 14 restantes aún tienen dificultad para realizar la relación de la imagen con el tipo de bullying al que son objeto.

De esta manera se concluyen con los resultados del post test y se da paso al análisis comparativo y conclusiones entre el pre test y el post test.

De acuerdo a la Resolución 1290 de 2009, la cual indica que cada colegio es autónomo de definir su método de calificación, se decidió tomar el mismo rango de calificación que adopta la Institución Educativa El Bosque para evaluar si los niños adquirieron o no nuevos conocimientos que les permitan crear en sí mismos una cultura de autocuidado y prevención. Este método de calificación está basado en el desempeño de los niños y se califica de la siguiente forma:

Entre 0% y 60% la calificación es baja, entre el 61% al 75% la calificación es básica, entre el 76% y el 95% la calificación es alta y entre el 95% y el 100% la calificación es superior.

Como primera medida se describirán los talleres y se relacionarán con las preguntas del pre test y el post test de la siguiente manera:

PRE TEST	
TALLER	PREGUNTAS
Higiene Personal	1, 2 y 3
Alimentación Saludable	4, 5 y 6
Seguridad Vial	7, 8, 9 y 10
3 R's	11 y 13
Prevención de bullying o acoso psicológico	-
Seguridad en la escuela y en la casa	12

Tabla 2. Relación de talleres con preguntas del pre test
Fuente: Propia

POST TEST	
TALLER	PREGUNTAS
Higiene Personal	1 y 2
Alimentación Saludable	3, 4 y 11
Seguridad Vial	5, 6, 7 y 8
3 R's	9 y 12
Prevención de bullying o acoso psicológico	13
Seguridad en la escuela y en la casa	10

Tabla 3. Relación de talleres con preguntas del post test
Fuente: Propia

Teniendo en cuenta lo anterior y basados en los resultados de los test, se evaluará el aprendizaje de los niños por taller.

Comparando los resultados del pre test y el post test del taller de Higiene se puede inferir lo siguiente:

En el pre test el 4% de los estudiantes no tenían claro el significado de higiene, sin embargo, en el post test, el 100% de los estudiantes respondieron de forma acertada.

Adicionalmente, en el post test el 100% de los estudiantes adquirieron consciencia de los hábitos de higiene que deberían tener a diario incluyendo el uso del bloqueador solar.

Aquí se puede notar una gran diferencia ya que en el pre test el 75% de los niños indicaron que no utilizaban bloqueador solar o que lo usaban en determinadas ocasiones.

Luego de haber realizado el taller de Higiene los niños crearon consciencia de los problemas que puede acarrear una mala higiene y el no uso del bloqueador solar a diario.

Clasificando las respuestas de los niños de acuerdo al método de calificaciones, el 100% de los estudiantes tuvo un desempeño “Superior” luego de realizar el taller de higiene a comparación del pre test en donde el 75% los estudiantes obtuvieron un desempeño “Básico”. Por lo anterior se obtiene un incremento en los conocimientos sobre higiene por parte de los estudiantes del 15%.

Pasando al taller de Alimentación se puede inferir lo siguiente:

En el pre test se preguntó a los niños que alimentos suelen ingerir y cuáles son los alimentos que más y que menos les gustan. Luego de realizar el taller, en el post test se les preguntó a los niños acerca de la clasificación de algunos alimentos, si sabían diferenciar entre una lonchera saludable de una no saludable y cuáles eran los elementos básicos para mantenerse activo, para lo cual el 99% de los estudiantes respondieron de forma acertada a las preguntas, creando consciencia en los alumnos de los alimentos que pueden ocasionarles alguna enfermedad por su consumo excesivo. En comparación con el pre test en donde el 72.5% de los estudiantes indicaban tener unos malos hábitos alimenticios.

Por lo anterior, se clasifican las respuestas del post test de los niños en un desempeño “Superior” obteniendo el 99% de las respuestas acertadas a comparación del pre test en donde el desempeño fue “Bajo” ya que solo el 27.5% de los niños eran conscientes del tipo de alimentación que tenían a diario. Se puede determinar que los talleres tuvieron un impacto positivo en los conocimientos de los niños ya que las respuestas del post test fueron un 71.5% más acertadas que las obtenidas en el pre test.

Basados en el taller de seguridad vial se puede inferir lo siguiente:

Por los resultados del pre test, el 86% de los estudiantes tenían conocimientos sobre la utilidad de los semáforos, las normas de tránsito y el cinturón de seguridad. No obstante, en el post test los estudiantes mostraron una mejoría en los conocimientos ya que el 99% de los estudiantes respondieron de forma adecuada a las preguntas de seguridad vial. De acuerdo al desempeño de los estudiantes, los conocimientos de los niños en el pre test se clasificarían como “Altos” y los conocimientos evaluados en el post test se clasificarían como “Superiores”. Por lo anterior, se puede observar un rendimiento superior en los estudiantes luego de la aplicación del taller de seguridad vial del 13%.

Acerca del taller de las 3 R's se puede inferir lo siguiente:

En el pre test el 71% de los estudiantes conocían el significado de las 3 R's. No obstante, la mayoría de los estudiantes no conocían para que servían las canecas de reciclaje por lo que no lograron comprender la pregunta No. 13 del pre test en donde se mostraban las canecas con los residuos. Por este motivo, se decidió replantear esta pregunta en el post test de tal forma que los estudiantes comprendieran que se les estaba

preguntando acerca de la correcta disposición de los residuos. En el post test, el 98% de los estudiantes sabían el significado de las 3 R's y adicionalmente el 81% de los estudiantes lograron responder de forma acertada la clasificación de los residuos en las canecas de reciclaje.

Al realizar la clasificación del desempeño, los conocimientos de los estudiantes en el pre test se catalogarían como “Básicos”, por el contrario, sus conocimientos en el post test se clasificaron como “Altos”. Obteniendo de esta forma un incremento en los conocimientos de los estudiantes del 19% acerca de las 3 R's.

Sobre el taller de prevención de bullying o acoso psicológico se puede inferir lo siguiente:

En el post test el 88% de los estudiantes clasificaron de forma adecuada los tipos de bullying que pueden presentarse, clasificando sus conocimientos de acuerdo al desempeño como “Altos”.

Acerca del taller de seguridad en la escuela y en la casa se puede inferir lo siguiente:

En el pre test, los estudiantes debían seleccionar la fotografía del ambiente que pudiera ocasionar un accidente, para lo cual el 96% de los estudiantes respondieron de forma acertada. Luego de realizar el taller sobre las 5 S's en donde se les explicó a los estudiantes la importancia del orden y aseo para evitar accidentes, se les preguntó en el post test que son las 5 S's y el 96% de los niños respondieron de forma acertada.

Las respuestas obtenidas tanto del pre test como del post test podrían clasificarse como “Superiores”, sin obtener ninguna mejora o disminución en los conocimientos de los

niños. No obstante, la pregunta del post test era más puntual y estaba más enfocada a lo visto en el taller de seguridad en la escuela y en la casa por lo que se puede concluir que tan solo el 4% de los niños no comprendieron la funcionalidad de las 5 S's.

Capítulo 6

Conclusiones y Recomendaciones

Al analizar los resultados del pre test y post test, se evidencia que el balance es satisfactorio, ya que al realizar los talleres se logró transmitir conceptos e incrementar los conocimientos en materia de seguridad y salud. Por lo anterior se puede concluir que si es posible generar una cultura de prevención en los niños de 4° de la Institución Educativa el Bosque, por medio de talleres de seguridad y salud. No obstante, para generar un mayor impacto, es ideal realizar los talleres en todos los cursos y con mayor frecuencia, elaborando diferentes instrumentos de recolección de datos de acuerdo al grado de escolaridad de los alumnos. De esta manera los estudiantes crecerán con una mentalidad y una cultura de prevención que los acompañará a lo largo de sus vidas, la cual contribuirá en la disminución de la accidentalidad en Colombia.

Una vez revisados los talleres de seguridad y salud aplicados en otras partes de la región, se realizó una adaptación de los mismos para elaborar los talleres con los niños de 4° de la Institución Educativa el Bosque teniendo en cuenta la información brindada por el coordinador del colegio.

Basados en el pre test, los talleres y el post test realizados a los niños, se logró mostrar al colegio una alternativa diferente de involucrar a los estudiantes en el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo que debe desarrollar la institución, incentivando en los alumnos la participación activa en las diferentes actividades que crearán en su formación un estilo de vida segura y saludable.

Partiendo de lo anterior, se afirma que se cumplió con los objetivos específicos del proyecto y por ende con el objetivo general a que dio lugar la presente investigación.

Por otro lado, se resolvió la hipótesis planteada inicialmente, ya que gracias a los buenos resultados de los niños y la receptividad que ellos tuvieron a lo largo de la implementación de los talleres, se pudo observar que si es posible generar una cultura de prevención por medio de talleres de seguridad y salud; adicionalmente, los estudiantes tomaron conciencia sobre los temas tratados y comentaron a sus profesores y al coordinador de la institución el agrado por los talleres y el aprendizaje que tuvieron durante las sesiones. Por lo anterior los estudiantes solicitaron que se les hicieran más talleres sobre estos temas para afianzar conocimientos.

Para el desarrollo de los talleres, se emplearon actividades lúdicas, entrega de kits de higiene y test para evaluar la efectividad de los conocimientos transmitidos. Los cuales sirvieron como herramientas para poder alcanzar los objetivos del proyecto.

En la actualidad, la ley exige que todas las empresas deben elaborar e implementar un Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) incluidas las instituciones educativas. Adicionalmente, estas últimas deben incluir en su implementación el diseño y divulgación de materiales educativos que ofrezcan una adecuada información sobre como incentivar el autocuidado en la población estudiantil y enseñarles cómo actuar ante cualquier eventualidad.

Para dar cumplimiento con la anterior, se recomienda que dentro del cronograma de desarrollo institucional, los directivos de las instituciones y los entes gubernamentales correspondientes, brinden los recursos necesarios a los docentes para que puedan

capacitarse en temas de seguridad y salud, y a su vez que se incluya dentro de la malla curricular de todos los estudiantes, contenidos relacionados con seguridad y salud para la creación, fomento y conservación de una cultura de prevención tanto en los estudiantes como en el cuerpo docente y directivo de la institución.

Se recomienda al Coordinador de la Institución Educativa el Bosque, evaluar la posibilidad de incluir dentro de la malla curricular una nueva asignatura denominada seguridad y salud, en donde se realicen taller educativos y lúdicos para que los estudiantes logren participar activamente y se interesen en este tema, resaltando la importancia del mismo y la utilidad que tendrá a lo largo de las vidas de los estudiantes. En caso de que esto sea viable, se recomienda que esta materia sea un 50% teórica y un 50% práctica con el fin de que los estudiantes trasladen los conocimientos adquiridos a su vida cotidiana.

Esta propuesta se puede evaluar y exponer como un valor agregado para el colegio, ya que los padres y la comunidad verán esta institución como una buena alternativa para la educación de los niños y jóvenes, quienes se formarán no solo con las asignaturas tradicionales, sino que además tendrán conocimientos y bases sólidas en seguridad y salud que les servirá a lo largo de sus vidas. De esta manera se generará una cultura de prevención y se avanzará como sociedad reduciendo las tasas de accidentalidad gracias a la concientización que se habrá inculcado en los estudiantes.

Por otro lado, la integración de las nuevas tecnologías en los talleres, amplía las posibilidades de lograr una implementación más dinámica para los estudiantes, abarcando

más contenidos sobre seguridad y salud y fomentando la participación de todos los estudiantes.

Cuando se forma a las personas desde edades tempranas sobre seguridad y salud, los conocimientos que se adquieren son adoptados como un estilo de vida, que permiten generar consciencia y desarrollar nuevas habilidades; estimulando su autonomía, la participación con la comunidad y la incursión en el campo laboral en la adultez, dando como resultados personas que tienen una cultura de autocuidado arraigada.

En los talleres se pudo observar que, aunque en la casa los niños adquieren bases de seguridad, es necesario reforzar los conocimientos en las instituciones educativas para que desde pequeños sean líderes y divulguen la información en sus casas y se pueda generar un trabajo transversal promoviendo la misma cultura con las personas a su alrededor.

Finalmente, es indispensable contar con la participación de los padres en la realización de los talleres, ya que la mayoría de los hábitos se adquieren en casa. Los padres de familia al no estar involucrados en este tipo de actividades no lograrán reforzar los conocimientos que adquieran los niños en el colegio, por lo cual ellos no le darán la importancia que merece y pasará desapercibido a lo largo de sus vidas.

Bibliografía

- (21 de Agosto de 2012). *El Mundo Maravilloso de la Alimentación*. Obtenido de <http://elmundomaravillosodelaalimentacion.blogspot.com/2012/08/tren-nutricional.html>
- Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo. (s.f.). *Integración de la SST en la educación*. Obtenido de Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo: <https://osha.europa.eu/es/themes/mainstreaming-osh-education>
- Ahmed, Y. M. (2011). El bullying en las escuelas. *Temas para la educación*, 7.
- Albarracín Peñaloza, X., Garay Díaz, L. D., & Pérez Flórez, T. M. (2016). Estrategias para el fomento de hábitos y estilos de vida saludables en una empresa manufacturera, localizada en el municipio de Madrid Cundinamarca, a partir de los diagnósticos de condiciones de salud de los años 2012 al 2015. Bogotá D.C., Colombia: Universidad ECCI.
- Anacona Gómez, I. E. (2014). Trabajo de grado. *Propuesta educativa sobre seguridad vial y prevención ambiental en la comunidad educativa integral indígena*. Santiago de Cali, Valle, Colombia: Universidad del Valle.
- Burgos García, A. (Octubre de 2007). Tesis Doctoral. *Formación y prevención de riesgos laborales: Bases para la adquisición de una cultura preventiva en los centros educativos*. España: Universidad de Granada.
- Cabaleiro Portela, V. M. (2010). *Prevención de Riesgos Laborales*. España: Ideaspropias.
- Calderon, J. M. (14 de 07 de 2012). *Google Academico*. Obtenido de http://copaso.upbbga.edu.co/legislacion/Ley_1562_2012_RIESGOS_LABORAL_ES.pdf
- Castro, N. (1996). Sistema comunitario de información sobre accidentes en el hogar y del tiempo de ocio. *Estudios sobre consumo*, 97-148.
- Congreso de la República de Colombia. (8 de Febrero de 1994). Ley 115. *Ley general de educación*. Bogotá, Colombia.
- Congreso de la República de Colombia. (14 de Octubre de 2009). Ley 1355. Bogotá, Colombia.
- Congreso de la República de Colombia. (15 de Marzo de 2013). Ley 1620. Bogotá, Colombia.
- Crissey, P. (2005). *Higiene Personal ¿Cómo enseñar normas de aseo a los niños?* Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica S.A. Recuperado el 13 de Enero de 2019, de <https://books.google.com.co/books?id=Jgc-6yJPNBsC&printsec=frontcover&dq=HIGIENE+PERSONAL+LIBROS&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwiE9YDbqevfAhVuzlkKHSxYDKQQ6AEIKTAA#v=onepage&q&f=false>
- Díaz, H., & Fundación de Educación para la Salud. (Diciembre de 2012). Guía para padres y madres. *Como construir una escuela saludable y segura*. Madrid, España. Obtenido de <https://www.fundadeps.org/recursos/documentos/558/guia-escuela-saludableysegura.pdf>
- EcuRed. (s.f.). Higiene Escolar. Cuba.

- Entorno Saludable. (28 de Agosto de 2013). *La higiene en el cole... cosa de todos*.
Obtenido de Entorno Saludable: <http://entornosaludable.com/28/08/2013/la-higiene-en-el-cole-cosa-de-todos/>
- Fasecolda. (06 de Junio de 2017). *Fasecolda en acción*. Obtenido de Fasecolda:
<http://www.fasecolda.com/index.php/sala-de-prensa/noticias/2017/junio/fasecolda-en-accion-junio-6-2017/>
- Fernández Aristizabal, L. M., & Parra Rojas, A. (2018). Diseño de una cátedra transversal en prevención de riesgos laborales para estudiantes de pregrado - Facultad de Ingeniería de la Universidad ECCI-Sede Bogotá. Bogotá D.C., Colombia: Universidad ECCI.
- Govern de les Illes Balears, Conselleria de Trebal i Formació & Institut Nacional de Seguretat i Higiene en el Treball. (Noviembre de 2005). *Accidentes a la llar. Per què ocorren? Com evitar-los?* España.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. (2010). *Metodología de la Investigación* (Quinta ed.). México: McGRAW-HILL.
- Hernández Sánchez, J., & UIS. (2006). *Fomento de una cultura en Salud Ocupacional en el Ámbito Escolar*. Bucaramanga, Colombia: Ministerio de la protección social.
Obtenido de
<https://www.minsalud.gov.co/Documentos%20y%20Publicaciones/GU%C3%8DA%20PARA%20EL%20DOCENTE%201%20a%205.pdf>
- Importancia. (s.f.). *Importancia de la buena alimentación*. Obtenido de Importancia.org:
<https://www.importancia.org/buena-alimentacion.php>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar & Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO . (Noviembre de 2015). *Plato saludable de la familia Colombiana*. Obtenido de Guías alimentarias basadas en alimentos:
<https://www.nocomasmentiras.org/wp-content/uploads/2017/11/00815-alimentacion.pdf>
- Instituto Distrital de Gestión de riesgos y Cambio Climático IDIGER. (12 de Enero de 2016). *Lineamientos para la elaboración del plan escolar de gestión de riesgos y cambio climático PEGR-CC*. Bogotá, Bogotá D.C., Colombia. Obtenido de
<http://www.sire.gov.co/documents/82884/83933/ANEXO+TECNICO+PEGR-CC.pdf/bd7a3036-cb93-4459-82d1-e775053ef0ee>
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. (2009). Hábitos saludables de Higiene Personal. *Erga-Primaria Transversal*, 5.
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. (2010). Erga-Primaria Transversal. *La Alimentación*. Obtenido de
http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Documentacion/TextosOnline/ErgaPrimaria/2010/Erga29_2010.pdf
- Instituto Nacional de Seguridad, Salud y Bienestar en el Trabajo (INSSBT). (Julio de 2018). *Erga PT*. (S. y. Instituto Nacional de Seguridad, Ed.) Obtenido de Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo INSHT:
<http://www.insht.es/portal/site/Insht/menuitem.1f1a3bc79ab34c578c2e8884060961ca/?vgnextoid=81be26214ace6110VgnVCM100000b80ca8c0RCRD&vgnnextchannel=9f164a7f8a651110VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>

- Lifeder.com, & Laiton, L. (s.f.). El Tren Alimenticio: 7 Vagones de una Alimentación Saludable. Recuperado el 13 de Enero de 2019, de <https://www.lifeder.com/tren-alimenticio/>
- Loaiza González, L., & Murcia Ocampo, J. (2017). Metodología para líderes en entornos saludables. Bogotá D.C., Colombia: Universidad ECCI.
- López, F. D. (2011). Las manifestaciones del bullying en adolescentes. *Uaricha Revista de Psicología (Nueva época)*.
- Macias, A. L. (2016). Trabajo de grado. *La higiene en educación infantil. Los talleres como recurso didáctico*. Valencia, España: Universitar Jaume I.
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (Noviembre de 2017). Documento final plan nacional de educación. *Plan nacional decenal de educación 2016-2026*. Bogotá, Bogotá D.C., Colombia. Obtenido de http://www.plandecenal.edu.co/cms/images/PLAN%20NACIONAL%20DECENAL%20DE%20EDUCACION%20DA%20EDICION_271117.pdf
- Ministerio de Salud y Protección Social. (s.f.). *Ministerio de Salud y Protección Social*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx>
- MinTrabajo. (Julio de 2014). *Plan Nacional de condiciones de seguridad y salud en el trabajo 2013-2021*. Obtenido de MinTrabajo: <http://www.oiss.org/wp-content/uploads/2000/01/PlanNacionalDeSeguridadySaludEnElTrabajo.pdf>
- Moll, L. (1993). *Vygotsky y la educación*. Buenos Aires: Aique Grupo Editor.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (s.f.). Obtenido de Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura: <http://www.fao.org/school-food/es/>
- Penas Castro, S. (2008). Tesis doctoral. *Aproximación a los valores y estilos de vida de los jóvenes de 13 y 14 años de la provincia de A Coruña*. Obtenido de https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/2465/9788498870879_content.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pulido Ríos, B. D., Segura Rodríguez, K. L., & Vargas Matiz, C. I. (2016). Diseño de un programa de autocuidado para la reducción de la accidentalidad en ACT Telemática S.A.S. Bogotá D.C., Colombia: Universidad ECCI.
- Renom Plana, A. (2007). *Educación emocional. Programa para educación primaria (6-12 años)* (Segunda ed.). Madrid: Wolters Kluwer.
- Rice, F. (1997). *Estudio del ciclo vital* (Segunda ed.). México: Prentice Hall.
- Sacristán, F. R. (2005). *Las 5S. Orden y limpieza en el puesto de trabajo*. España: FUNDACIÓN CONFEMETAL.
- Save The Children. (22 de Diciembre de 2016). Obtenido de Save The Children: <https://www.savethechildren.org.co/articulo/cada-d%C3%ADa-dos-ni%C3%B1os-o-ni%C3%B1as-mueren-v%C3%ADctimas-de-un-accidente-prevenible>
- Secretaría de Educación de Bogotá. (s.f.). Educación para la ciudadanía y la convivencia. *Planes Integrales de Educación para la Ciudadanía y la Convivencia –PIECC*. Bogotá, Bogotá D.C., Colombia. Obtenido de

- https://www.educacionbogota.edu.co/archivos/Temas%20estrategicos/Convivencia/2014/APOYOS_CiudadaniayConvivencia_PIECC.pdf
- Secretaria de Educación del Distrito. (2017). *Plan Sectorial de Educación 2016-2020*. Bogotá, Colombia. Obtenido de <https://www.educacionbogota.edu.co/es/nuestra-entidad/gestion/plan-sectorial>
- Secretaria de Educación del Distrito. (18 de Julio de 2018). *Educación Bogotá*. Obtenido de Secretaria de Educación del Distrito: <https://www.educacionbogota.edu.co/es/nuestra-entidad/quienes-somos/pibes-la-estrategia-del-distrito-para-fortalecer-el-bienestar-de-los-estudiantes-de-bogota>
- Tomás, J. (2016). *Master en Paidopsiquiatría*. Barcelona: Col-legi Oficial de Psicolegs de Catalunya.
- Univisión. (20 de Julio de 2015). *La importancia del bloqueador solar en los niños*. Obtenido de <https://www.univision.com/estilo-de-vida/papas-y-mamas/la-importancia-del-bloqueador-solar-en-los-ninos-tips-para-un-verano-sano-y-divertido>
- Vergara, C. (19 de Febrero de 2019). *Actualidad en Psicología*. Obtenido de <https://www.actualidadenpsicologia.com/vygotsky-teoria-sociocultural/>

Anexos

Anexo A. Encuesta sobre formación en Seguridad y Salud

ENCUESTA SOBRE FORMACIÓN EN SEGURIDAD Y SALUD

La presente encuesta se realiza con fines estrictamente académicos por estudiantes de la especialización de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Universidad ECCL, quienes están realizando el proyecto de grado. Esta encuesta contribuirá a que dicho proyecto esté fundamentado en información real y así poder sacar conclusiones y recomendaciones a partir de las respuestas aquí suministradas.

Agradecemos su colaboración.

Nombre del Proyecto:	En los niños de 4° de la Institución Educativa El Bosque mediante la implementación de talleres sobre Seguridad y Salud
Objetivo de la encuesta:	Averiguar si la Institución Educativa El Bosque ha formado o brindado espacios educativos a los niños que les permita adquirir conocimientos en seguridad y salud para promover una cultura de prevención.
Nombre de los encuestadores:	Bibiana Fernández, Angie Sánchez, Andrea Sandoval
Nombre del encuestado:	
Cargo que desempeña dentro de la institución:	

- ¿Cree usted que los estudiantes de la Institución Educativa El Bosque cuentan con una cultura de prevención en seguridad y salud?
 - Si
 - No
- ¿Alguna vez la Institución Educativa El Bosque ha formado a sus alumnos en temas de seguridad y salud?
 - Si
 - No
- Si su respuesta anterior es afirmativa, ¿Los niños son receptivos y aplican durante la jornada escolar lo que se les enseña sobre seguridad y salud?
 - Si
 - No
- Si la respuesta a la pregunta 2 es afirmativa, ¿cada cuánto se capacitan a los estudiantes en temas de seguridad y salud?
 - Diariamente
 - Mensualmente
 - Semestralmente
 - Anualmente
 - Otra. ¿Cuál? _____
- De las siguientes opciones, marque con una X los temas en los cuales se han formado a los estudiantes.
 - Seguridad Vial
 - Alimentación
 - Higiene personal
 - Efectos adversos al bullying
 - 3 R's
 - 5 S's
 - Ninguno de los anteriores
 - Todos los anteriores
- ¿Cómo contribuye la Institución Educativa el Bosque en la prevención de accidentes y enfermedades en los estudiantes dentro del colegio?
Rta: _____
- ¿Cree usted que es posible generar una cultura de prevención en los niños a través de la educación en temas de seguridad y salud?
 - Si
 - No
- ¿Cree usted que sería pertinente integrar la formación de seguridad y salud en la maya curricular de los centros educativos?
 - Si
 - No

¿Por qué?: _____

Anexo B. Pre test

Generación de una cultura de prevención mediante la implementación de talleres sobre Seguridad y Salud

¡Hola!

Queremos agradecerte por permitirnos estar aquí, para nosotras es muy valiosa la ayuda que nos brindarás.



Queremos contarte que en Colombia ocurren muchos accidentes que pueden ser evitados si se crea conciencia en las personas.

Nosotras somos estudiantes de la especialización en Seguridad y Salud en el Trabajo.

Por este motivo quisimos que nuestro proyecto de grado fuera generar cultura de prevención sobre seguridad y salud desde la niñez, la cual se va a adquirir por medio de 6 talleres que realizaremos a los cuales están invitados para saber si es posible crear una cultura de prevención en los niños y niñas de tu curso

Para empezar, ayúdanos contestando las siguientes preguntas.

¡Muchas gracias por tu colaboración!

¿Cuántos años tienes?		
P Marca con una equis (X) tu género		

Marca con una equis (X) tu respuesta

1. ¿Qué crees que es higiene?

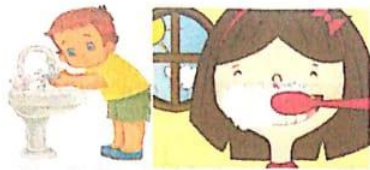
- Estar limpio y aseado siempre
- Descuidar nuestro aspecto personal
- Mantener todo en desorden
- Conservar nuestros objetos sucios

2. ¿Cuándo utilizas bloqueador solar?

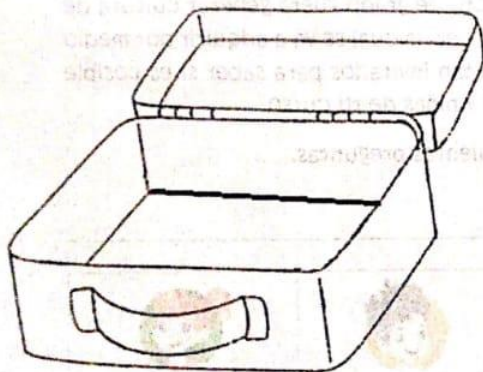
- Todos los días
- Nunca
- Solo cuando hay sol
- Solo cuando voy a piscina



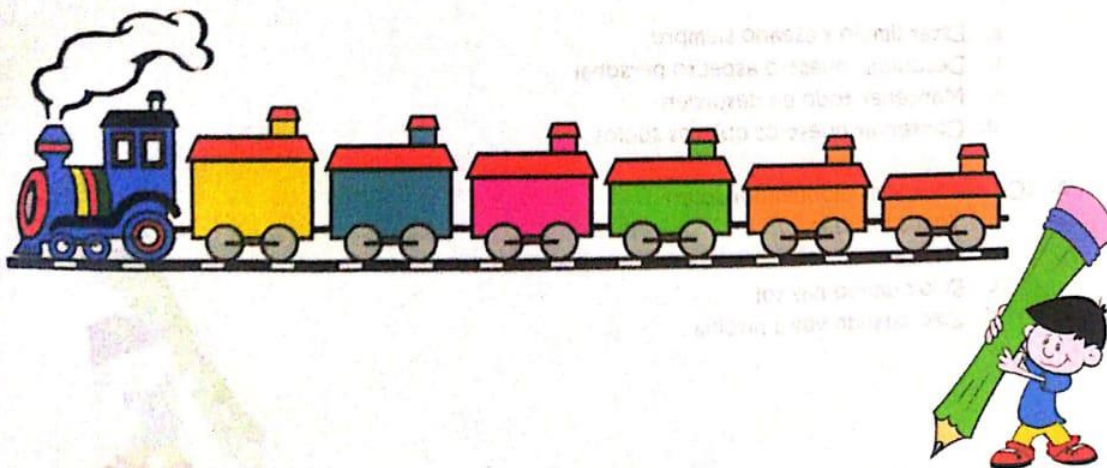
3. De los siguientes hábitos, encierra con un círculo cuales tienes tú.



4. En la siguiente lonchera, dibuja que traes de comer por lo general al colegio y escribe a un lado el nombre de cada alimento.



5. Piensa en 6 alimentos que consumas más veces por semana. Dibújalos del que más te guste al que menos te guste en cada vagón.



6. Selecciona con un círculo el grupo de dibujos que mejor te representen.



7. Por qué crees que existen las normas de tránsito y de seguridad vial

- Para que sea más divertido circular
- Para evitar accidentes viales
- Para molestar a las personas

8. ¿Por dónde debo cruzar como peatón?

- Por donde pueda
- Por el carril de las bicicletas
- Por puentes peatonales, cebras y esquinas

9. ¿Porque los vehículos tienen cinturón de seguridad?

- Para que los pasajeros no ensucien el vehículo
- Para proteger a todos los pasajeros en caso de accidente
- Para que los niños no hagan ruido

10. ¿Para qué sirve un semáforo?

- Para decorar la ciudad
- Para que los pájaros tomen el sol
- Para organizar a los peatones y conductores

11. ¿Qué significan las 3 R?

- Reducir, reciclar y reutilizar
- Recoger, recolectar, renombrar
- Reír, roncar, rugir



12. Indica encerrando en un círculo ¿cuál de los siguientes escenarios crees que puede causar un accidente?:



14. Indica en este recuadro, lo que consideres que representan las canecas de la siguiente imagen:



Anexo C. Post test

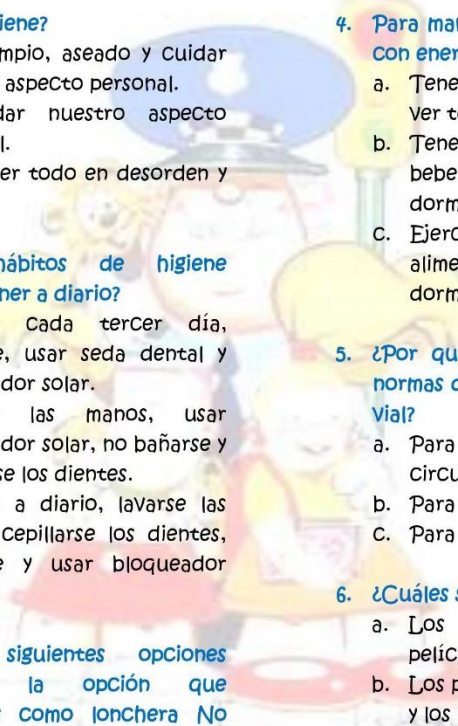
Generación de una cultura de prevención mediante la implementación de talleres sobre Seguridad y Salud

¡Hola!

De acuerdo a los 6 talleres que realizamos sobre seguridad y salud, queremos hacerte 13 preguntas las cuales nos ayudarán a medir los conocimientos que adquiriste.

¡Muchas gracias por tu colaboración!

Marca con una equis (X) tu respuesta

- 
1. **¿Qué es higiene?**
 - a. Estar limpio, aseado y cuidar nuestro aspecto personal.
 - b. Descuidar nuestro aspecto personal.
 - c. Mantener todo en desorden y sucio.
 2. **¿Cuáles hábitos de higiene deberías tener a diario?**
 - a. Bañarse cada tercer día, peinarse, usar seda dental y bloqueador solar.
 - b. Lavarse las manos, usar bloqueador solar, no bañarse y cepillarse los dientes.
 - c. Bañarse a diario, lavarse las manos, cepillarse los dientes, peinarse y usar bloqueador solar.
 3. **De las siguientes opciones selecciona la opción que describirías como lonchera No Saludable**
 - a. Gaseosa, papas de paquete, chokolatina y manzana.
 - b. Manzana, yogurt, maní y sándwich.
 - c. Uvas, jugo natural y pan integral con pollo
 4. **Para mantenerte siempre activo y con energía es importante:**
 - a. Tener una buena alimentación, ver televisión y jugar
 - b. Tener una buena alimentación, beber agua, ejercitarse y dormir
 - c. Ejercitarse, tener una mala alimentación, beber gaseosas y dormir
 5. **¿Por qué crees que existen las normas de tránsito y de seguridad vial?**
 - a. Para que sea más divertido circular en la ciudad
 - b. Para evitar accidentes
 - c. Para molestar a los ciudadanos
 6. **¿Cuáles son los actores viales?**
 - a. Los que aparecen en las películas de Rápido y Furioso
 - b. Los peatones, los conductores y los pasajeros
 - c. Las personas que actúan como conductores de auto
 7. **¿Por qué los vehículos tienen cinturón de seguridad?**
 - a. Para que los niños estén quietos
 - b. Para proteger a las personas en caso de accidente
 - c. Para adornar las sillas

8. ¿Para qué sirven los semáforos?

- Para decorar la ciudad con luces de colores
- Para organizar los peatones y conductores
- Para que los pájaros tengan donde pararse.

9. ¿Qué significan las 3 R's?

- Reciclar, Reducir y Reutilizar
- Repartir, Reutilizar, Respetar
- Reducir, Repartir, Reciclar

10. ¿Qué son las 5 S's?

- 5 personas que aprenden a jugar fútbol
- Un programa que sirve para organizar espacios y mantenerlos limpios y en orden
- Un juego de mesa

11. Une con líneas los alimentos de la Columna A con los tipos de alimentos de la columna B.

Columna A

Chocolatinas
Queso y Yogurt
Manzana y lechuga
Huevo y carne

Columna B

Frutas y Verduras
Dulces
Proteínas
Lácteos

12. Une con líneas los residuos de la Columna A con las basuras de la Columna B

Columna A

Botellas
Papel Higiénico
Hojas de papel/Cartón

Columna B



13. Une con líneas las imágenes de la Columna A con el tipo de Bullying de la Columna B

Columna A



Columna B

Bullying verbal

Ciberbullying

Bullying físico

Anexo D. Taller No. 1

Tema: Higiene personal

Objetivos

1. Concientizar a los niños para que tengan una higiene personal adecuada.
2. Identificar los ámbitos que componen la higiene personal tal como lavado de manos, lavado de dientes, baño diario, uso del bloqueador solar.
3. Explicar acerca de la importancia de la higiene personal y las consecuencias que acarrea en la salud la falta de la misma.
4. Identificar las situaciones anti higiénicas que se presentan a diario y comprender como se deben contrarrestar.

Contenido

“La higiene personal comprende todo lo que hacemos con el fin de ir limpios y estar sanos” (Crissey, 2005) En otras palabras la higiene son todos aquellos hábitos que tiene el ser humano para verse y sentirse limpio, y de esta manera evitar enfermedades ocasionadas por la falta de higiene personal y que pueden afectar la vida escolar, laboral, familiar, personal etc. Adicionalmente, los espacios en donde hay mayor concentración de gente como lo son los colegios, los hospitales, los lugares de trabajo, etc., tienen mayores probabilidades de contagiar enfermedades, siendo fuentes potenciales de riesgo para quienes permanecen largos periodos de tiempo en estos lugares.

Por lo anterior, la higiene personal comprende diversos hábitos que pueden ayudar a contrarrestar los peligros que puede acarrear la falta de higiene. Algunos de los hábitos más comunes son:

- **Higiene bucal:** Este hábito es la mejor manera de prevenir enfermedades como caries o halitosis. Se debe enseñar la forma adecuada de cepillarse los dientes, la frecuencia diaria de la higiene bucal, la importancia de un cepillo dental y un dentífrico adecuado y el uso de la seda dental y enjuague bucal.
- **Lavado de manos:** El ser humano está expuesto constantemente a virus y bacterias que pueden adquirirse a través del tacto. “El lavado de manos es una de las principales medidas de prevención de enfermedades infecciosas” y un lavado adecuado que incluya los 11 pasos puede evitar la aparición y propagación de algunas enfermedades. El lavado de las manos también incluye la limpieza y cuidado de las uñas, ya que en ellas también se acumula suciedad, virus y bacterias.
- **Baño diario:** El ser humano por naturaleza produce ciertos olores, los cuales pueden ser controlados por medio del baño diario. Es de vital importancia hacer énfasis en el lavado del cuerpo completo para evitar la acumulación de suciedad, gérmenes y bacterias en la piel que puedan ocasionar con el paso del tiempo lesiones cutáneas u otras enfermedades.
- **Bloqueador solar:** En la actualidad el uso del bloqueador solar es fundamental, debido a que la exposición a los rayos Ultra Violeta (UV) pueden ocasionar lesiones cutáneas, quemaduras o cáncer de piel. Aunque el uso del bloqueador solar no pertenece como tal a un hábito de higiene, si es de vital importancia que los niños lo utilicen a diario debido a que su piel es más sensible y están más expuestos a los rayos UV. (Univisión, 2015).

Estos hábitos solo pueden adquirirse cuando los padres o docentes educan a los niños e inculcan la importancia de estos a lo largo de la vida. “Si se forman bases simples y correctas de enseñanza y aprendizaje de dichos hábitos, los niños estarán en las mejores condiciones de salud para enfrentarse a los riesgos producidos por el ambiente y por el propio individuo” (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2009).

Como se manifestó inicialmente, los hábitos de higiene personal también ayudan a prevenir enfermedades y por ende a contribuir con la seguridad y bienestar de las personas. Algunas de las enfermedades que se pueden ocasionar debido a la falta de higiene son:

- Diarrea u otras infecciones gastrointestinales
- Hongos
- Caries dentales
- Gripe
- Alergias o enfermedades cutáneas
- Pediculosis

Dichas enfermedades pueden prevenirse si se crea una cultura de salud y conciencia higiénica, la cual puede generarse en los colegios en conjunto con los padres de familia. “El maestro tiene la oportunidad de influir en la manera de pensar de los escolares y de encaminar su acción, con el objetivo de alcanzar la salud individual y colectiva” (EcuRed).

Adicional a los hábitos de higiene que deberían tener los niños y las enfermedades que están relacionadas, “la higiene también se ocupa de aspectos como el ejercicio físico, la alimentación y la relación con el entorno”. (Entorno Saludable, 2013)

Actividad

1. Se les preguntará a los niños si saben que es higiene y cuales creen que son los beneficios de tener una buena higiene personal. Adicionalmente, se realizarán preguntas tales como: ¿Te bañas diariamente? ¿Cuántas veces al día te cepillas los dientes? ¿Conocen los pasos del lavado correcto de manos? ¿Evitas comer alimentos que se hayan caído al suelo?, etc. Con el fin de conocer las condiciones de higiene que tienen los estudiantes. Posteriormente, se les explicará a los niños acerca de los principales hábitos de cuidado y aseo personal que deberían tener y como deben adoptar dichas medidas en su vida cotidiana. *(15 minutos)*
2. Se escogerán al azar algunos niños para que pasen al frente y les muestren a todos los compañeros como se lavan las manos. Después, se les enseñará a los niños los 11 pasos del lavado de manos en donde todos los niños participarán. Seguidamente, algunos niños pasarán al frente para mostrar el lavado adecuado de manos y así asegurarnos que fue comprendido el tema. *(10 minutos)*.
3. Se realizará una actividad denominada “Dientes sanos” en donde los niños pasarán al frente a mostrar lo aprendido durante la explicación y a realizar la simulación de un cepillado de dientes apropiado para eliminar las bacterias o los residuos de comida que contiene la boca. *(5 minutos)*

4. Finalmente, se les entregará a los niños un kit de higiene el cual contiene una crema dental, un cepillo dental, papel higiénico, jabón y una pelota, con el fin de generar recordación en los niños y a motivarlos a que adquieran buenos hábitos de higiene que los acompañen a lo largo de sus vidas.

Anexo E. Taller No. 2

Tema: Seguridad Vial

Objetivos

1. Sensibilizar a los niños de cuarto grado sobre la importancia de la seguridad vial
2. Fomentar conductas responsables como actores viales.
3. Desarrollar conocimientos en un aprendizaje activo y participativo de seguridad vial.
4. Formar hábitos y conductas seguras.
5. Prevenir y reducir índices de accidentalidad vial.
6. Hacer que los niños sean generadores en seguridad vial con su entorno (familia, colegio, etc.).

Contenido

Seguridad vial son todas las actividades que permiten que el tránsito funcione adecuadamente, basándose en la normatividad y un buen comportamiento como actor en la vía (Conductor, pasajero o peatón).

La seguridad vial busca la prevención y minimización de accidentes de tránsito, al igual que los daños y efectos que estos traen como consecuencia, dando como resultado la disminución de los factores de riesgo y salvaguardar la integridad física de los diferentes actores viales.

La seguridad vial se puede dar de dos maneras y se aplica tanto al factor humano como a los vehículos y la vía:

1. **Activa:** Busca evitar que el accidente ocurra. Ejemplo: Señales de tránsito, manejo defensivo, frenos ABS, formación y educación.
2. **Pasiva:** Dispositivos que tratan de disminuir la gravedad de las lesiones. Ejemplo: Cinturón de seguridad, uso de EPP, airbag, chasis y carrocería, lunas, reposacabezas.

En la vía se pueden encontrar tres actores viales que son:

1. **Conductores:** Son aquellas personas que manejan cualquier tipo de vehículo (carro, moto, bicicleta)

Tips de seguridad:

- Conocer y respetar las señales de tránsito y los límites de velocidad acorde con lo establecido por la ley
- Evitar el uso del celular ya que es un distractor letal
- Usar los elementos de protección cuando se requiera (Motociclistas y ciclistas casco y chaleco reflectivo)
- Uso del cinturón de seguridad
- No conducir cuando se ha consumido licor y/o sustancias psicoactivas
- Verificar el estado mecánico del vehículo y realizar mantenimiento preventivo y correctivo
- Velar por la seguridad de sus pasajeros, peatones y demás conductores.

2. **Pasajeros:** Son aquellas personas que utilizan un vehículo para su desplazamiento

Tips de seguridad:

- No se debe distraer al conductor
- Si se está guiando a quien maneja debe darle las indicaciones a tiempo
- Debe usar cinturón de seguridad
- Los niños menores deben ir en la parte de atrás y en vehículos públicos estar sentados
- Prestar atención en la vía y advertir al conductor si hay condiciones inseguras
- Llamarle la atención a conductor si está manejando de manera peligrosa.

3. **Peatones:** Son las personas que se desplazan a pie por las diferentes vías publicas

Tips de seguridad:

- Debe caminar siempre sobre el anden
- Esperar a que cambie el semáforo antes de cruzar
- Cruzar únicamente por puentes peatonales, cruces marcados y esquinas.
- Cuando se cruce por las vías con tránsito vehicular deben mirar a ambos lados antes de cruzar la calle,
- Respetar las normas de transito
- Evitar exponerse a riesgos innecesarios.

Actividad

1. Actividad rompe hielo: Se les pedirá a los estudiantes que se ubiquen en pareja y cuenten hasta tres turnándose cada uno un número y repetir varias veces. Luego se

cambia el número 2 por un aplauso y se repite la actividad anterior varias veces, por último, se cambia el número 3 por un salto y se repite varias veces. Como conclusión de la actividad se les habla de la importancia del trabajo en equipo, el saber escuchar y seguir indicaciones. *(10 minutos)*

2. En Cartelera explicar que es la seguridad vial, los diferentes actores viales y los Tips de seguridad que se deben llevar a cabo y por darles a conocer el uso del semáforo, las cebras y la señal de Pare. *(10 minutos)*
3. Se les pedirá a los estudiantes que conformen dos grupos se les entregara un par de dados y en un juego de escalera deberán avanzar hasta llegar a la meta respondiendo cada pregunta que se le realice. *(20 minutos)*
4. Finalmente se realiza retroalimentación de la actividad. *(5 minutos)*

Anexo F. Taller No. 3

Tema: Alimentación saludable

Objetivos

1. Orientar a los niños acerca de los alimentos que deberían consumir en cada comida y que les aporten beneficios para su crecimiento y desarrollo.
2. Explicar acerca de la alimentación, su importancia y las consecuencias o enfermedades que se pueden presentar a causa de los malos hábitos alimentarios.
3. Informar sobre el tren de la alimentación

Contenido

“La alimentación saludable es aquella que proporciona los nutrientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo, conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, garantizar la reproducción, gestación lactancia, desarrollo y crecimiento adecuado” (Ministerio de Salud y Protección Social, s.f.). Una buena alimentación acompañada de actividad física puede garantizar una vida saludable y ayuda a la prevención de algunas enfermedades. Es por este motivo que los padres y docentes deberían fomentar hábitos alimentarios positivos en los niños durante su crecimiento; de esta manera, se adaptarán a llevar una vida más segura y saludable. Dichos hábitos alimentarios deben ser regulados para evitar un desequilibrio o alguna enfermedad.

“La ejecución de cualquier actividad humana implica un consumo de energía – incluso, el dormir-. Para reponer este gasto y mantener nuestra salud las personas necesitamos consumir alimentos en cantidad y calidad suficiente” (Instituto Nacional de

Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2010) Por tanto, es recomendable acudir al nutricionista para que este tenga en cuenta aspectos tales como edad, sexo hábitos de vida, etc., y partiendo de esto se pueda llegar a una alimentación saludable y variada que permita el crecimiento apropiado de los niños.

Una mala alimentación puede ocasionar diversas enfermedades tales como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, anemia, cáncer, entre otras. Es por esto que se considera fundamental la alimentación en todas las etapas de la vida del ser humano, especialmente cuando están niños, ya que es aquí cuando adquieren los hábitos que tendrán a lo largo de sus vidas.

La alimentación no solo está basada en una ingesta adecuada de alimentos, sino también en el consumo del agua, y la actividad física que realiza una persona. A esto se le denomina estilos de vida saludables y hábitos alimentarios los cuales son necesarios para todos los seres humanos pues aportan vitalidad y energía, ayudan a que las personas se mantengan activas, contribuye a mantener un peso adecuado, mejora la concentración y reduce las posibilidades de contraer enfermedades crónicas. (Importancia, s.f.)

De acuerdo a la OMS, un 10% de los niños entre 5 y 17 años sufren de obesidad o sobrepeso y cada día la situación empeora, por lo cual es fundamental contrarrestar esta acción, educando no solo a los niños, sino también a los docentes y padres de familia para que estén más pendientes de la alimentación de los menores. (Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, 2010)

Para contribuir con la formación de los niños sobre hábitos alimentarios, es indispensable enseñar sobre el tema de la alimentación, en el cual se clasifican todos los

alimentos de acuerdo a su contenido o composición nutricional. Este tren está compuesto por siete vagones los cuales son:

- 1. Cereales, raíces, plátanos y tubérculos:** Estos alimentos son aquellos que contienen una alta cantidad de carbohidratos y que aportan proteínas al ser humano. “El aporte de carbohidratos es básico para desarrollar las actividades del día, por tal razón debemos consumir cereales diariamente y así mejorar nuestra capacidad productiva” (El Mundo Maravilloso de la Alimentación, 2012)
- 2. Hortalizas y verduras:** Estos alimentos aportan vitaminas y minerales los cuales ayudan a prevenir enfermedades y a que los diversos sistemas del cuerpo funcionen correctamente.
- 3. Frutas:** Las frutas tienen un gran contenido de agua, fibra, y vitaminas, por lo cual ayuda a aumentar las defensas y a prevenir enfermedades infecciosas. “Se aconseja comer las frutas y verduras preferiblemente enteras, más que en jugos colados, para conservar todos sus nutrientes y evitar la oxidación” (Lifeder.com & Laiton)
- 4. Carnes, huevo y leguminosas secas:** Este vagón está compuesto por los alimentos ricos en hierro, proteína y algunas vitaminas y minerales. El consumo de proteínas animales tales como la carne, el pollo y el pescado, ayuda a formar, conservar y proteger las células y los órganos.
- 5. Lácteos:** Son alimentos que contienen proteínas, minerales y vitaminas. Algunos de los alimentos que se pueden encontrar en este vagón son la leche y todos sus

- derivados. Los lácteos “mantienen saludables tanto los huesos, los dientes y las uñas, como los órganos, células y tejidos” (Lifeder.com & Laiton)
6. **Grasas:** Este vagón está compuesto por dos tipos de grasas que son las grasas insaturadas y las grasas saturadas. Las primeras ayudan a aportar energía y vitaminas al organismo y las segundas aumentan el colesterol ocasionando problemas cardiovasculares y sanguíneos. (Lifeder.com & Laiton)
 7. **Azúcares y dulces:** Este vagón contiene todos los alimentos que le ofrecen al cuerpo energía de forma rápida tales como el chocolate, los helados, etc. Sin embargo, el consumo excesivo de estos alimentos puede causar diabetes, caries u obesidad.

La importancia de la alimentación en la población objetivo del presente trabajo, radica que la alimentación en los niños entre 6 y 12 años “contribuye a un adecuado crecimiento, desarrollo y aprendizaje” (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar & Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura FAO , 2015), por lo que contar unos buenos hábitos alimentarios ayudarán a que se mantengan concentrados en sus actividades y tengan energía suficiente para desempeñarlas reduciendo el riesgo a contraer algunas enfermedades.

Actividades

1. Se les pedirá a algunos niños que armen una lonchera que lleven al colegio con las fotografías de los alimentos que tendrán disponibles. (5 minutos)
2. Se les preguntará a los niños que suelen desayunar, almorzar y cenar a diario para conocer un poco sobre su dieta alimenticia. Luego se les explicará a los niños la

importancia de la buena alimentación a la edad de ellos y posteriormente se les explicarán conceptos básicos sobre alimentación y se les enseñará acerca del tren de la alimentación. *(15 minutos)*

3. Se les entregarán a los niños imágenes de ciertos alimentos, los cuales deberán ubicar en cada vagón del tren de la alimentación el cual se encontrará en el tablero. *(10 minutos)*
4. Se retomará la actividad No. 1 con el fin de crear un comparativo entre la lonchera que suelen llevar al colegio y la lonchera saludable que deberían llevar. *(5 minutos)*

Anexo G. Taller No. 4

Tema: 3 R's

Objetivos

1. Incentivar el cuidado por la naturaleza y el manejo de residuos
2. Concientizar acerca de los beneficios del reciclaje.
3. Relacionar los tipos de residuos con los diferentes colores del contenedor en que deben ir
4. Compartir con su familia y el entorno lo aprendido.

Contenido

Durante la cumbre del G8 en junio del 2004, el primer ministro de Japón Koizumi Junichiru presento la iniciativa de las 3R que busca construir una sociedad orientada hacia el reciclaje (Ministerio de medio ambiente, 2008). Las 3 R es un concepto que se basa en la reducción de residuos para proteger y conservar el medio ambiente. Estas tres letras significan reducir, reciclar y reutilizar.

1. **Reducir:** Elegir lo que se utiliza en la menor cantidad posible para generar menos residuos.

Tips:

- Comprar menos y solo lo necesario
- Adquirir productos en lugares cercanos
- Preferir productos que no tenga empaques excesivos o que estén con materiales fáciles de reciclar
- Cambiar las bolsas de plásticos por reutilizables

- Disminuir o eliminar la cantidad de materiales destinados a un uso único.
- Adaptar los aparatos en función a sus necesidades
- Reducir pérdida de recursos

2. Reutilizar: Prolongar la vida útil de un producto volviéndolo a utilizar o dándole otra función diferente a la inicial.

Tips:

- El agua que se utiliza para lavar frutas y verduras se puede utilizar para regar las plantas
- El agua de la lavadora puede ser usada para el aseo del interior de la casa y el uso del baño
- Utilizar la otra cara de las hojas impresas
- Rellenar botellas con bolsas desechables para elaborar ladrillos ecológicos

3. Reciclar: Darle un tratamiento al residuo para generar un nuevo producto. Dentro de los productos reciclables se encuentran:

- Papel y cartón
- Vidrio
- Plástico
- Latas de aluminio

Reciclar trae variados beneficios tanto ambientales como económicos ya que se aprovechan mejor los recursos, genera empleo, salva árboles y reduce la cantidad de residuos minimizando la contaminación.

Para facilitar el proceso de reciclaje se recomienda Seleccionar y separar los residuos para la transformación en nuevos productos de acuerdo a la guía de colores establecida en la GTC 24 (Tabla 1)

Sector	Tipo de residuo	Color
Doméstico	Aprovechable	Blanco
	No aprovechable	Negro
	Orgánicos y biodegradables	Verde
Industrial, comercial, institucional y de servicios	Cartón y papel	Gris
	Plástico	Azul
	Vidrio	Blanco
	Orgánicos	Crema
	Residuos Metálicos	Café Oscuro
	Madera Ordinarios	Naranja Verde

Tabla 4. Código de colores según GTC 24

Fuente: GTC 24 (2009). Gestión ambiental. Residuos sólidos. Guía para la separación en la fuente.
<http://www.bogotaturismo.gov.co/sites/intranet.bogotaturismo.gov.co/files/GTC%2024%20DE%202009.pdf>

Tips:

- Realice la separación de residuos para su correspondiente disposición
- Done la ropa que ya no uses
- Reutilice la ropa rota para hacer trapos
- Recoja el agua de la lluvia para el aseo
- Compre productos y materiales renovables y reciclados
- Vacía los envases y aplástalos para que ocupen menos espacio
- La basura orgánica como cascara de frutas y verduras se puede aprovechar como abono para las plantas

Actividades

1. Se les preguntará a los niños si alguna vez han reciclado, si conocen la importancia de reducir el consumo de productos y recursos y si saben cómo reutilizar algunos productos. Esto con el fin de conocer las experiencias de los niños y el acercamiento que han tenido con este tema *(10 minutos)*
2. En Cartelera explicar que son las 3R, y la importancia de aplicarlas para cuidar el medio ambiente y los Tips de cómo se puede utilizar cada una de las R. *(10 minutos)*
3. Se pedirá a los estudiantes que conformen dos grupos se les entregara varios residuos y tres bolsas de colores para que ellos coloquen cada material en la bolsa correspondiente. Adicional con los materiales entregados se les pedirá que elaboren un nuevo objeto. *(20 minutos)*
4. Finalmente se realiza retroalimentación de la actividad. *(5 minutos)*

Anexo H. Taller No. 5

Tema: Prevención de bullying o acoso psicológico

Objetivos

1. Analizar los daños que puede sufrir una persona víctima de bullying.
2. Identificar los cuatro tipos de bullying existentes con ejemplos.
3. Concientizar a los niños sobre evitar ser partícipes del bullying en cualquiera de sus tres formas.
4. Promover la tolerancia frente a las diferencias de los demás.
5. Sembrar bases de respeto dentro del aula de clases.

Contenido

Bullying es una palabra inglesa que significa intimidación. Se trata de una palabra actual debido a los innumerables casos de persecución y de agresiones que se están detectando en las escuelas y colegios, y que están llevando a muchos escolares a vivir situaciones verdaderamente aterradoras. (Ahmed, 2011)

El Bullying se refiere a todas las formas de actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, que ocurren sin motivación evidente, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros. El que ejerce el bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro, a través de constantes amenazas, insultos, agresiones, vejaciones, y así tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. El maltrato intimidatorio le hará sentir dolor a la víctima, angustia, miedo, hasta tal punto que, en algunos casos, puede llevarle a consecuencias devastadoras como el suicidio. (Ahmed, 2011)

Existen varios tipos de bullying siendo los principales: el físico, verbal y gesticular. En la actualidad se incluye otro tipo, el cyberbullying. (López, 2011)

El bullying físico incluye toda acción corporal como golpes empujones, patadas, formas de encierro o daño a pertenencias. Además de que estas acciones constituyen la forma más habitual de bullying, es importante hacer notar que los últimos años se ha mezclado con diversas formas de abuso sexual. (López, 2011)

El acoso físico es la forma que más fácilmente se identifica, ya que la mayoría de los casos deja huellas corporales. Como se verá más adelante, el incremento de la edad, tanto del agresor, como de la víctima, es un ingrediente muy importante en el Bullying físico, y tiene repercusiones dignas de atender. (López, 2011)

El bullying verbal se incluye acciones no corporales, pero igualmente dañinas, como poner apodos, insultar, amenazar, generar rumores, expresar dichos raciales o sexistas con la finalidad de discriminar, difundir chismes, realizar acciones de exclusión, bromas insultantes y repetidas, etc. Para pensar en este tipo de Bullying es imprescindible tomar en cuenta que los niños son mucho más sensibles que los adultos ante estas cuestiones. (López, 2011)

En el bullying gesticular las agresiones son más difíciles de detectar, ya que pueden consistir en una mirada, una señal obscena, una cara desagradable, un gesto, etc. Se trata de formas de agresión, amenaza o exclusión que por lo común se lleva a cabo a espaldas de cualquier persona que pudiese advertir la situación y, en consecuencia, ayudan a quien expresa estos gestos o señas a permanecer en el anonimato. (López, 2011)

El cyberbullying es un fenómeno nuevo, derivado de los grandes avances tecnológicos. Tanto Internet como la telefonía celular surgieron como canales de

comunicación que en muy poco tiempo se han vuelto necesarios en todo el mundo y que también son usados para agredir. (López, 2011)

En el Bullying se da la intervención de varios participantes entre los que se observan principalmente:

- Bully (abusón o agresor).
- Bulleado (víctima).
- Espectadores o Testigos.

Se hacen partícipes tanto quienes ejercen la violencia, quienes la reciben, así como los testigos que juegan un papel de gran relevancia en este fenómeno. (López, 2011)

El acoso escolar afecta en la calidad en el aprendizaje y las relaciones humanas pueden sufrir un notable descenso, pues hay un ambiente de falta de normas y de límites, a la vez que la indecisión y caos en el alumnado. Así mismo se observa que la falta de empatía, sensibilidad y comprensión de los problemas ajenos. Este ambiente de agresiones resulta un factor de riesgo ya que hace que el alumnado en un plazo más o menos largo, puedan llegar a ser futuros acosadores y maltratadores ajenos, u observadores pasivos que desarrollen insensibilidad social e indiferencia ante el sufrimiento de los demás. (López, 2011)

Actividad

1. Actividad rompe hielo: Se les pedirá a los estudiantes que realicen un círculo de pie y cada uno rápidamente mencione el nombre de su compañero que se encuentra a su derecha con una cualidad que consideren que le corresponda. Al finalizar se realizará una introducción al tema: Prevención del Bullying escolar,

- relacionando el poseer diferentes cualidades, el tolerar las diferencias y respetar a TODOS. *(10 minutos)*
2. En una diapositiva o en la escritura en el tablero se les explicara a los alumnos los cuatro tipos de Bullying que existen y las tres formas de ser partícipes del bullying. *(5 minutos)*
 3. Se les pedirá a los estudiantes que conformen cuatro grupos y se les designara un tipo de Bullying (Físico, verbal, gestual y cyberbullying), deberán buscar en un minuto la mayor cantidad de imágenes que se encuentran distribuidas por el salón referente al tipo de bullying que les correspondió, para terminar con esta parte de la actividad cada grupo socializara sus imágenes al resto del grupo. *(18 minutos)*
 4. Finalmente, se le pedirá a cada grupo que delibere frente a una consecuencia del bullying en un minuto y la expongan frente a sus compañeros. *(7 minutos)*

Anexo I. Taller No. 6

Tema: Seguridad en el colegio y en la casa

Objetivos

1. Identificar los elementos que pueden ocasionar accidentes o incidentes
2. Asociar el orden y la limpieza como prevención de accidentes.
3. Aterrizar la teoría de las 5S, al orden y aseo del salón de clases y espacios escolares para prevenir accidentes.

Contenido

Las 5S es un programa de trabajo para talleres y oficinas que consisten en desarrollar actividades de orden/limpieza y detección de anomalías en el puesto de trabajo, que por su sencillez permiten la participación de todos a nivel individual/grupal, mejorando el ambiente de trabajo, la seguridad de personas y equipos y la productividad. (Sacristán, 2005)

Las 5S son cinco principios japoneses cuyos nombres comienzan con S y que van todos en la dirección de conseguir una fábrica limpia y ordenada. Estos nombres son:

(Sacristán, 2005)

1. Seiri: ORGANIZAR Y SELECCIONAR. Se trata de organizar todo, separar lo que sirve de lo que no sirve y clasificar esto último. Por otro lado, se aprovecha la organización para establecer normas que permitan trabajar en los equipos/maquinas sin sobresaltos. Nuestra meta será mantener el progreso alcanzado y elaborar planes de acción que garanticen la estabilidad y nos ayuden a mejorar.
2. Seition: ORDENAR. Botar o deshacerse de lo que no sirve y establecer normas de orden para cada cosa. Además, colocar normas a la vista para que sean conocidas

por todos y en el futuro permitan practicar la mejora de forma permanente. Así pues, se sitúan los objetos/herramientas de trabajo en orden, de tal forma que sean fácilmente accesibles para su uso, bajo el eslogan de “un lugar para cada cosa y cada cosa en su lugar”.

3. **Seiso: LIMPIAR.** Realizar la limpieza inicial con el fin de que el operador/administrativo se identifique con su puesto de trabajo y maquinas/equipos que tenga asignados. No se trata de hacer brillar las máquinas y equipos, sino de enseñar al operario/administrativo como son sus máquinas/equipos por dentro e indicarle, en una operación conjunta con el responsable, donde están los focos de suciedad de su máquina/puesto. Así pues, se logrará limpiar completamente el lugar de trabajo, de tal forma que no haya polvo, salpicaduras, virutas, etc., en el piso, ni en las máquinas y equipos. Por último, siempre eliminar las fuentes de suciedad.
4. **Seiketsu: MANTENER LA LIMPIEZA.** A través de gamas y controles, inicial el establecimiento de los estándares de limpieza, aplicarles y mantener el nivel de referencia alcanzado. Así pues, esta S consiste en distinguir fácilmente una situación normal de otra anormal, mediante normas sencillas y visibles para todos. Así como controles visuales de todo tipo.
5. **Shitsuke: RIGOR EN LA APLICACIÓN DE CONSIGNAS Y TAREAS.**
Realizar la auto inspección de manera cotidiana. Cualquier momento es bueno para revisar. Establecer las hojas de control y comenzar su aplicación, mejorar los estándares de las actividades realizadas con el fin de aumentar la fiabilidad de los

medios y el buen funcionamiento de los equipos de oficinas. En definitiva, ser rigurosos y responsables para mantener el nivel de referencia alcanzado, entrenando a todos para continuar la acción con disciplina y autonomía.

Actividad:

1. Saludo inicial, se darán a conocer las actividades que se realizarán en el presente taller: explicación de las 5S mediante un juego de tingo tingo tango y aplicación del Post test.
2. En 25 minutos se jugará a tingo tingo tango. A quien le corresponda la penitencia deberá pasar al frente y darle vuelta al primer cartel el cual contendrá el título de la primera S es decir en este caso “ORGANIZAR Y SELECCIONAR”, el cual también contendrá imágenes referentes al título (los demás títulos serán iguales), se le preguntara al estudiante seleccionado que entiende sobre este título y a medida que exprese sus ideas se ira complementando el tema con las expositoras y la participación de sus compañeros. De esta forma se explicarán el resto de las S.
3. En cinco minutos se dará una pequeña conclusión al tema