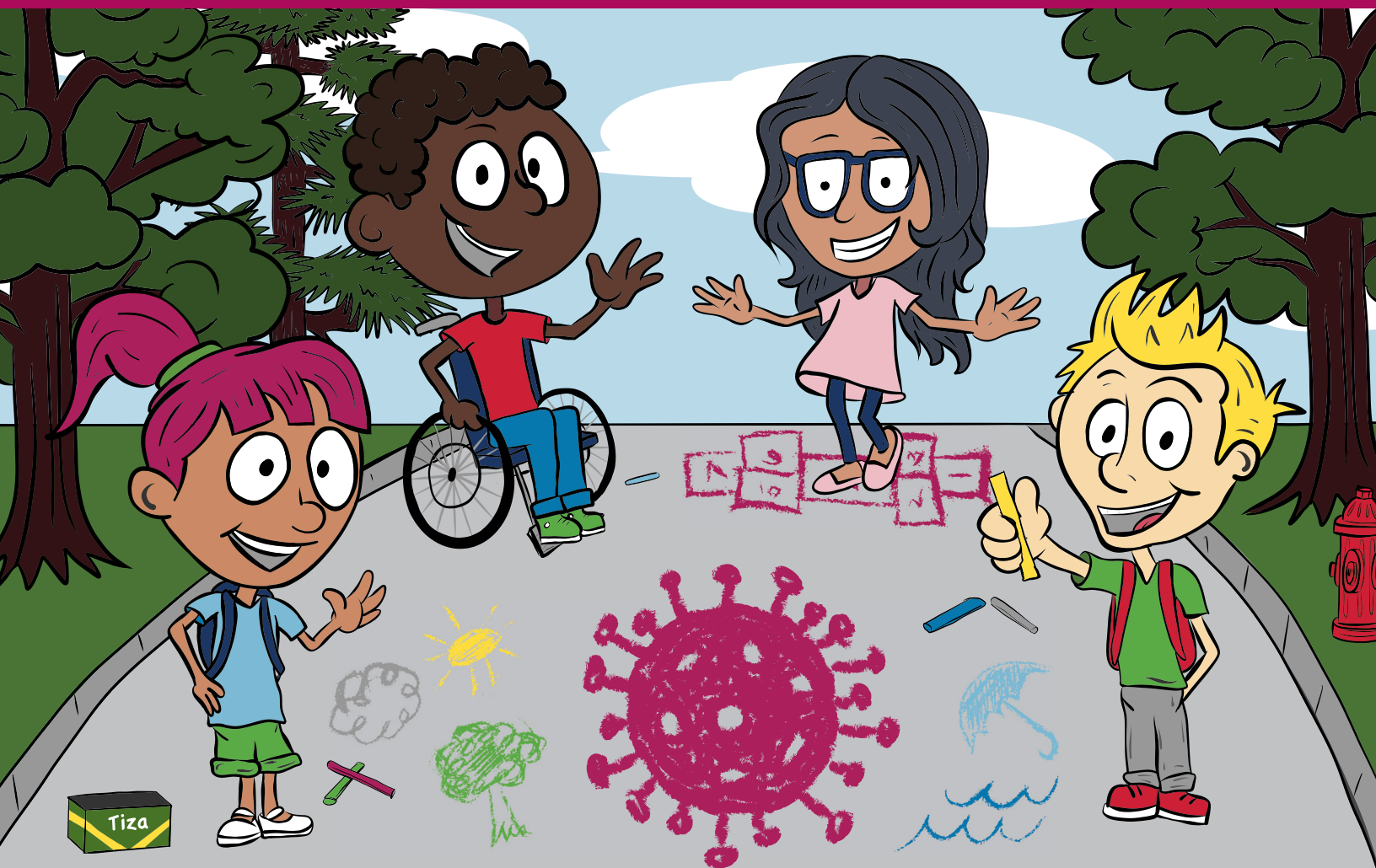


Programa de Herramientas del Alumno para la Planeación de Emergencias

Lección complementaria de riesgos: Guía del instructor para pandemias



FEMA







LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP: PANDEMIAS



La Lección Complementaria de Riesgos para Pandemias de Herramientas del Alumno para la Planeación de Emergencias (STEP, por sus siglas en inglés) ayudará a los alumnos a:

- Aprender qué son las pandemias y cuáles son sus causas
- Comprender los pasos que hay que tomar para mantenerse sano y salvo
- Relacionar lo que aprenden con el COVID-19

Duración: (30 min)

Mensajes Clave 	<ul style="list-style-type: none">• Una pandemia es un brote de una enfermedad nueva o ya existente que se propaga por el mundo. Las pandemias afectan a un gran número de personas.• La mayoría de las personas no tendrán inmunidad a nuevas enfermedades, y puede tomar tiempo desarrollar vacunas o tratamientos.• Hay muchos pasos a seguir para protegerte contra la enfermedad. Estos incluyen lavar o desinfectar tus manos frecuentemente, no tocarte la cara, usar cubrebocas y no acercarse demasiado a otras personas.• Las enfermedades pueden propagarse de distintas maneras: Directamente, de una persona enferma a la otra; indirectamente, de un objeto inanimado a una persona, y por personas que pueden no presentar síntomas.• Si te contagias, díselo a tus papás y permanece en casa para que no contagies a otras personas.
Habilidades 	<ul style="list-style-type: none">• Salud• Inglés• Escritura• Preparación• Resolución de Problemas en la Vida Real
Actividades 	<ul style="list-style-type: none">• Pódcast Ayudándonos a Mantenernos Sanos• Debate sobre Pandemias y sesión de Preguntas y Respuestas• Completar un dibujo animado sobre pandemias
Materiales 	<ul style="list-style-type: none">• Internet para transmitir o descargar el pódcast• Copias del texto del pódcast y actividad del dibujo animado• Lápices y crayones, lápices de colores o marcadores para cada alumno

LECCIÓN PANDEMIA

Esta lección ofrece una mirada más cercana a qué son las pandemias y como mantenerse sano durante una. Estas actividades ayudarán a que los alumnos amplíen sus conocimientos sobre lo que saben acerca del COVID-19 para entender que ocasiona las pandemias y qué pasos seguir para evitar la transmisión de la enfermedad.



Consejo de Seguridad: *Debatir sobre desastres puede desencadenar una fuerte respuesta emocional en algunos alumnos que hayan experimentado una pandemia. Permita que los estudiantes sepan que es normal sentirse ansioso o estresado algunas veces y que todos reaccionamos diferente ante situaciones de estrés. Sugiera que platiquen con sus padres u otro adulto de confianza si se sienten mal. Consulte la página 7 de la Guía del Instructor de STEP para orientación sobre cómo proteger a los alumnos, así como la lista de libros en la página 42 acerca de recursos sobre resiliencia emocional.*

Actividad 1: Pódcast: Ayudándonos a mantenernos sanos

Texto del Instructor: *Una pandemia es un brote de una enfermedad que se propaga por todo el mundo. Algunas veces es una enfermedad que ya conocemos, pero en otras ocasiones, es ocasionada por un nuevo germen que no habíamos visto antes. Las pandemias afectan a un gran número de personas. Aunque las personas se contagien, hay formas que pueden ayudar a mantenerte sano. Una pandemia que seguramente conocen es la del COVID-19. La llamamos COVID-19 porque su nombre oficial es “enfermedad del coronavirus”, y ocasionó un nuevo brote en el año 2019. Los investigadores y doctores trabajan todo el tiempo para aprender más sobre gérmenes y tratamientos para las enfermedades que ocasionan.*

Primero, vamos a escuchar un pódcast sobre una niña llamada Brianna que va al trabajo con su papá. Él trabaja en un laboratorio en el Centro de Control de Enfermedades y estudia las enfermedades. Mientras escuchan el pódcast, vayan siguiéndolo en sus copias impresas. Asegúrense de escuchar cuidadosamente porque de cuando en cuando a las copias les faltan algunas palabras importantes. Escriban la palabra cuando la escuchen.

Consejo de Enseñanza: **Hacer que los alumnos completen las palabras que faltan puede ayudar a que se mantengan enfocados en el pódcast y mejoren sus habilidades de escucha. Puede ser que necesite detener momentáneamente el pódcast para dar a los alumnos tiempo para escribir la palabra.**

Acción: Entregue copias impresas de la actividad o pida a los alumnos que completen los PDFs en sus dispositivos. Ponga el archivo de audio del pódcast.

Preguntas de debate

Texto del Instructor: *El pódcast nos dio una introducción a las pandemias y algunas formas de mantenernos sanos. Hablemos un poco más sobre esto.*

Acción: Inicie un debate con todo el grupo sobre las pandemias.



PREGUNTAS	POSIBLES RESPUESTAS
Si tienes un resfriado y contagias a tus compañeros de clase, ¿es una pandemia?	No. Aun cuando los resfriados son causados por gérmenes que pueden propagarse igual que en una pandemia, solo ocasionan que se enfermen grupos muy pequeños de personas, como podría ser tu salón de clases o tu familia. No tienen el potencial de propagarse por todo el mundo.
¿Cuáles son algunas de las cosas que sabes acerca del COVID-19?	<p>Es ocasionado por el coronavirus, inició en 2019, y enfermó a la gente en todo el mundo.</p> <p>Usar cubrebocas, mantenerse alejado de otras personas con una distancia de por lo menos seis pies, y no reunirse en áreas cerradas con personas que no sean parte de tu familia ayudó a disminuir la propagación del COVID-19.</p> <p>Las vacunas se crearon en tiempo récord para ayudar a inmunizar a las personas contra el virus.</p>
¿Cuáles son algunas de las formas de evitar contagiarte si hay una pandemia?	<p>Aun cuando puede haber distintas medidas de seguridad para los distintos tipos de pandemias, conocemos algunas reglas básicas que pueden ayudar a mantener sanas a las personas sin importar qué gérmenes estén ocasionando la enfermedad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón por lo menos durante 20 segundos, que es aproximadamente el tiempo que te toma cantar la canción de Feliz Cumpleaños. • No tocarse los ojos, nariz y boca. • Mantenerse alejado con una distancia de por lo menos seis pies de personas que no son parte de tu familia. • Cubrir la nariz y boca con un cubrebocas al estar en áreas públicas. Los cubrebocas pueden evitar que los gérmenes de tu nariz y boca se propaguen en el aire a las personas que estén cerca de ti. También pueden ayudarte a evitar que respires los gérmenes de otras personas. • Lavar y desinfectar los objetos y superficies que tocamos frecuentemente, como tu teléfono, las manijas de las puertas y los interruptores de luz. • Permanecer en casa el mayor tiempo posible para evitar que se propague la enfermedad.
¿Crees que las pandemias afectan igual a todos los grupos de personas o algunos pueden ser más propensos a enfermarse?	<p>Las distintas enfermedades ocasionadas por las pandemias pueden hacer que unas personas se enfermen más que otras. Con el COVID-19, los niños se enfermaban menos que los adultos, especialmente aquellos con más de 65 años de edad. Aún no sabemos por qué pasa eso.</p> <p>Pero otras enfermedades pueden afectar más a niños pequeños y adultos mayores. Esto puede ser ocasionado porque el sistema inmune de los niños aún se está desarrollando, y conforme la gente va envejeciendo, sus sistemas inmunes se debilitan. Tu sistema inmune lucha contra los gérmenes que entran en tu cuerpo.</p>
¿Cómo puede ayudar un kit de emergencia durante una pandemia? ¿Qué tipo de artículos es importante tener en el en caso de que te enfermes?	<p>Tener varios días de agua y comida en tu kit de emergencia significa que no tendrás que salir a comprar algo si te encuentras enfermo. Esto puede ayudarte a evitar las aglomeraciones y evitar que contagies de tu enfermedad a otras personas.</p> <p>Aquí hay algunas cosas para incluir en tu kit, además de agua y comida, que pueden ayudarte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Termómetro para medir tu temperatura • Jabón y desinfectante para manos • Toallitas desinfectantes • Cubrebocas • Medicinas de venta con receta • Artículos para mascotas

Actividad 2: Patrulla de gérmenes



Texto del Instructo: *La siguiente actividad te permitirá ser un poco creativo y compartir lo que has aprendido hoy sobre pandemias. ¿Recuerdas a Brianna del pódcast? Ella va al parque en un soleado día de primavera, no mucho tiempo después de que su papá la llevó con él a su trabajo. En el parque encuentra a algunos de sus amigos, y platican sobre lo que han aprendido sobre mantenerse sanos.*

Tu trabajo consiste en completar a continuación lo que cada niño diría. Puedes escribir o teclear directamente en sus globos de diálogo. Aquí no existe respuesta correcta, así que sé creativo y usa tu imaginación.

Acción: Entregue copias impresas de la actividad o pida a los alumnos que completen los PDFs en sus dispositivos.

LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



Actividad de escucha ayudándonos a mantenernos sanos

BANCO DE PALABRAS

Inmunidad
Laboratorio
Virus
Microscopios
Enfermedades
Saludables
Lavándote
Pandemia
Gérmenes
Cubrebocas

Brianna: Hola, me llamo Brianna. Hoy es el Día de Lleva a tu Hijo al Trabajo, y voy a ir al trabajo con mi papá. Una vez durante el fin de semana fui al _____ donde trabaja, pero hoy, todos los científicos con los que él trabaja.

Trabaja en el Centro de Control y Prevención de Enfermedades, pero todo mundo lo conoce por sus iniciales, (CDC, por sus siglas en inglés). El CDC ayuda a proteger nuestra salud. Hacen investigaciones sobre _____ y cómo controlarlas y curarlas. Mi papá estudia las pandemias. Esa palabra puede resultar familiar por la más reciente pandemia que ocasionó que muchas personas se enfermaran. Voy a dejar que mi papá explique porque él es el experto.

Papá: ¡Brianna, me da mucho gusto que hayas podido venir hoy conmigo al trabajo! Tienes toda la razón, mi trabajo es estudiar pandemias. Una _____ es un brote de una enfermedad que se propaga por el mundo y puede hacer que se enferme mucha gente. Algunas de estas enfermedades son nuevas para los humanos, así que aún no hemos desarrollado _____. Esto quiere decir que las personas no podrán luchar contra ella tan fácilmente.



Brianna: ¿Eso es lo que sucedió con el COVID-19?

Papá: Sí, así es. Las pandemias pueden ser ocasionadas por _____ como virus y bacterias. La Enfermedad del Coronavirus 2019, o COVID-19 como la llama la mayoría de las personas, es llamada una nueva pandemia porque es la primera vez que los humanos se enferman con este virus específico. Aunque no puedes entrar en los laboratorios, puedes ver a través de una ventana cómo están estudiando los científicos los gérmenes que hacen que la gente se enferme.

Brianna: Wow, están usando cubrebocas y ropa de protección sobre todo su cuerpo. ¡Sólo les puedo ver los ojos! Veo científicos viendo por un _____. Hicimos eso en la escuela, y aprendí que los microscopios hacen que las cosas chiquitas se vean enormes.

Papá: Eso es lo que están haciendo aquí. Las bacterias o _____ son muy pequeños para verlos con nuestros ojos, pero un microscopio los amplía tanto que podemos ver como son.

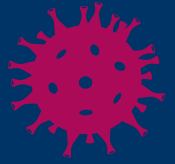
Hay un par de cosas más que pueden ocasionar pandemias. Los hongos son una de ellas. Los champiñones y el moho son ejemplos de hongos. La mayoría de los hongos no te hacen daño, pero algunos sí. Otra causa de las pandemias son los parásitos. Estos son organismos que viven en o dentro de otros seres vivos y se alimentan de ellos. Algunos pueden causar enfermedades.

Brianna: No me gusta enfermarme y sentirme mal. ¿Hay algo que puedo hacer para mantenerme sana en una pandemia?

Papá: Por supuesto. Algunas de las mismas cosas que haces para evitar resfriarte. Algunas enfermedades pueden propagarse por medio de gotitas que nuestros cuerpos producen cuando hablamos, respiramos, tosemos o estornudamos. Llamamos a esto “transmisión directa”. Algunas enfermedades pueden propagarse por medio de “transmisión indirecta”, como cuando muchas personas tocan las mismas cosas, como las perillas de las puertas o el mouse de una computadora.

Tú puedes ayudar a disminuir la propagación de una enfermedad _____ las manos y usando desinfectante

LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



de manos con frecuencia. Cubrir tu nariz y boca con la parte interna de tu codo cuando tosas o estornudes. Trata de no tocarte mucho los ojos, nariz y boca porque esos son los lugares por los que los gérmenes pueden entrar a tu cuerpo. Cuando te sientas mal, no vayas a la escuela o pases tiempo con tus amigos.

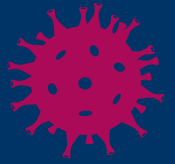
Hay otras cosas más que puedes hacer durante una pandemia para protegerte. Asegúrate de mantener una distancia de por lo menos seis pies con otras personas. Esto quiere decir no amontonarse cuando estés jugando o formada en una fila. También se te puede pedir que uses un _____ para que no esparzas gérmenes cuando hables o respires.

Brianna: Papá, estoy muy orgullosa de que trabajes para ayudar a que la gente se mantenga _____. Me gustó mucho ver dónde trabajas. ¿Ahora me puedes enseñar la cafetería? ¡Me gustaría comer algo!

¡No olvides!

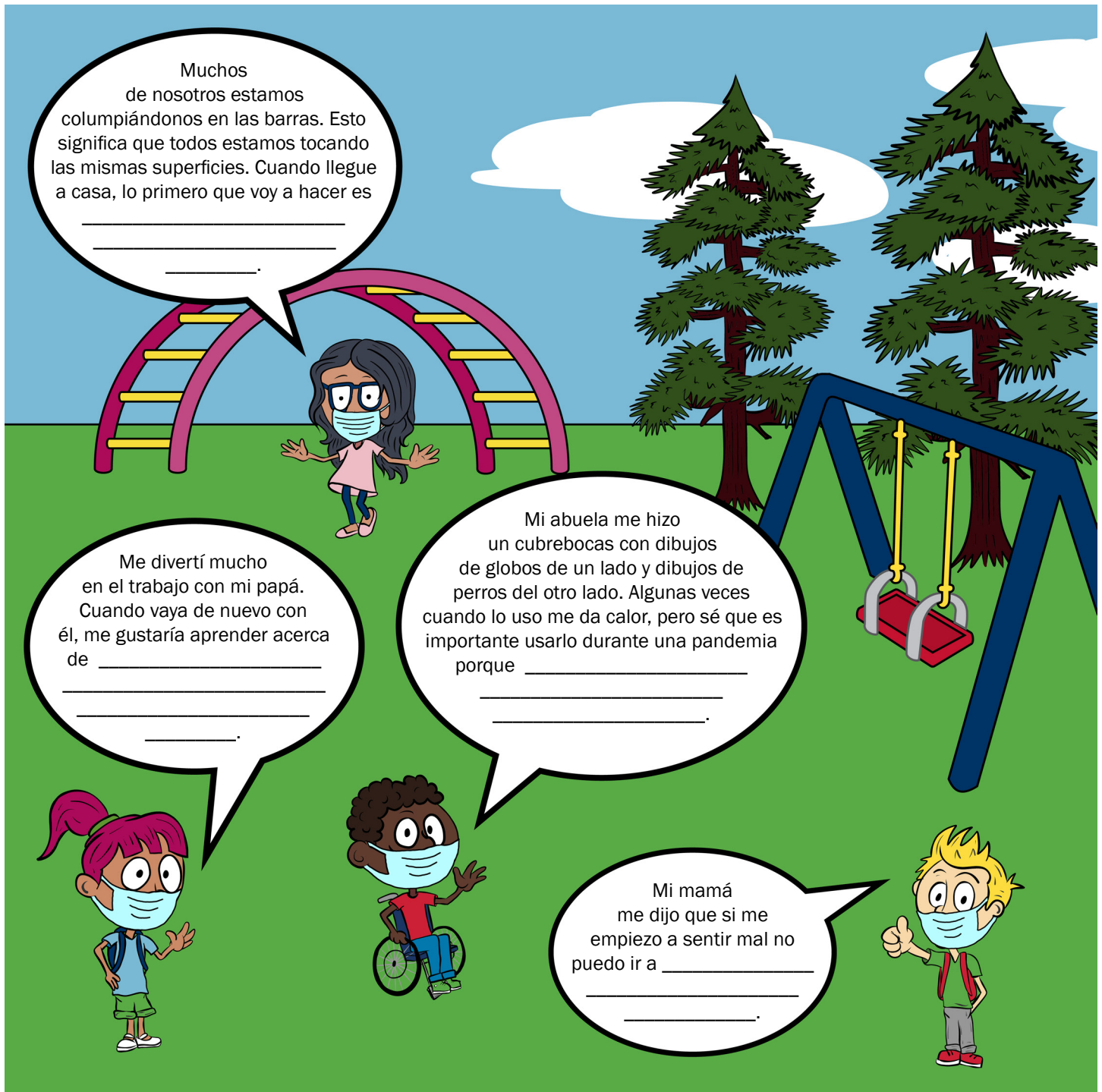


LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



Actividad de patrulla de gérmenes

Instrucciones: Únete a la conversación con Brianna y sus amigos. Ayúdalos a completar las oraciones escribiendo o tecleando lo que piensas que dirían en su globo de diálogo.



LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



Clave de respuestas de la actividad de escucha ayudándonos a mantenernos sanos



BANCO DE PALABRAS

Inmunidad
Laboratorio
Virus
Microscopios
Enfermedades
Saludables
Lavándote
Pandemia
Gérmenes
Cubre bocas

Brianna: Hola, me llamo Brianna. Hoy es el Día de Lleva a tu Hijo al Trabajo, y voy a ir al trabajo con mi papá. Una vez durante el fin de semana fui al **laboratorio** donde trabaja, pero hoy, todos los científicos con los que trabaja estarán ahí.

Trabaja en el Centro de Control y Prevención de Enfermedades, pero todo mundo lo conoce por sus iniciales, (CDC, por sus siglas en inglés). El CDC ayuda a proteger nuestra salud. Hace investigaciones sobre **enfermedades** y cómo controlarlas y curarlas. Mi papá estudia las pandemias. Esa palabra puede resultar familiar por la más reciente pandemia que ocasionó que muchas personas se enfermaran. Voy a dejar que mi papá explique porque él es el experto.

Papá: ¡Brianna, me da mucho gusto que hayas podido venir hoy al trabajo conmigo! Tienes toda la razón, mi trabajo es estudiar pandemias. Una **pandemia** es un brote de una enfermedad que se propaga por todo el mundo y puede hacer que se enfermen muchas personas. Algunas de estas enfermedades son nuevas para los humanos, así que aún no hemos desarrollado **inmunidad**. Esto quiere decir que la mayoría de las personas no podrán luchar contra ella fácilmente.

Brianna: ¿Eso fue lo que pasó con el COVID-19?

Papá: Sí, así es. Las pandemias pueden ser ocasionadas por **gérmenes** como bacterias y virus. La Enfermedad del Coronavirus 2019, o COVID-19 como la llama la mayoría de las personas, es llamada una nueva pandemia porque es la primera vez que los humanos se enferman con este virus específico. Aunque no puedes entrar en los laboratorios, puedes ver a través de una ventana cómo están estudiando los científicos los gérmenes que hacen que la gente se enferme.

Brianna: Wow, están usando cubrebocas y ropa de protección sobre todos sus cuerpos. ¡Sólo les puedo ver los ojos! Veo que los científicos están viendo a través de **microscopios**. Hicimos eso en la escuela, y aprendí que los microscopios hacen que las cosas chiquitas se vean enormes.

Papá: Eso es lo que están haciendo ahí. Las bacterias o **virus** son demasiado pequeños para verlos con nuestros ojos, pero un microscopio los aumenta tanto que podemos ver cómo son.

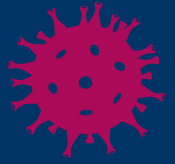
Hay un par de cosas más que pueden ocasionar pandemias. Los hongos son una de ellas. Los champiñones y el moho son ejemplos de hongos. La mayoría de los hongos no te hacen daño, pero algunos sí. Otra causa de las pandemias son los parásitos. Estos son organismos que viven en o dentro de otros seres vivos y se alimentan de ellos. Algunos pueden causar enfermedades.

Brianna: No me gusta estar enferma y sentirme mal. ¿Hay algo que puedo hacer para mantenerme sana en una pandemia?

Papá: Por supuesto. Algunas de las mismas cosas que haces para evitar resfriarte. Algunas enfermedades pueden propagarse por medio de gotitas que nuestros cuerpos producen cuando hablamos, respiramos, tosemos o estornudamos. Llamamos a esto “transmisión directa”. Algunas enfermedades pueden propagarse por medio de “transmisión indirecta”, como cuando muchas personas tocan las mismas cosas, como las perillas de las puertas o el mouse de una computadora.

Puedes ayudar a disminuir la propagación de la enfermedad **lavándote** las manos y utilizando frecuentemente

LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



desinfectante de manos. Cubrir tu nariz y boca con la parte interna de tu codo cuando tosas o estornudes. Trata de no tocarte mucho los ojos, nariz y boca porque esos son los lugares por los que los gérmenes pueden entrar a tu cuerpo. Cuando te sientas mal, no vayas a la escuela o pases tiempo con tus amigos.

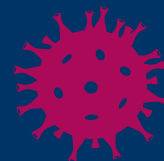
Hay otras cosas más que puedes hacer durante una pandemia para protegerte. Asegúrate de mantener una distancia de por lo menos seis pies con otras personas. Esto quiere decir no amontonarse cuando estés jugando o formada en una fila. También te pueden pedir que uses un **cubrebocas** para que no propagues los gérmenes cuando hables o respires.

Brianna: Papá, estoy muy orgullosa de que trabajes para ayudar a que las personas se mantengan **saludables** . Me gustó mucho ver dónde trabajas. ¿Ahora me puedes enseñar la cafetería? ¡Me gustaría comer algo!

¡No olvides!



LECCIÓN COMPLEMENTARIA DE RIESGOS STEP PANDEMIAS



Clave de respuestas de la actividad patrulla de gérmenes

Instrucciones: Únete a la conversación con Brianna y sus amigos. Ayúdalos a completar las oraciones escribiendo o tecleando lo que piensas que dirían en su globo de diálogo.

Estas respuestas son abiertas. Algunas de las respuestas pueden incluir:

