

División de Ciencias Biológicas y de la Salud
Departamento de Atención a la salud
Licenciatura en Enfermería

INFORME FINAL
PROGRAMA DE INTEGRACION INFANCIA
PERAJ ADOPTA A UN AMIGO

ALUMNA: Stephanie Gutiérrez Velázquez

MATRICULA: 210322406

LICENCIATURA: Enfermería

LUGAR: Universidad Autónoma Metropolitana: Aula PERAJ D-07, ubicada a un costado de la entrada de calzada de las Bombas, áreas verdes circulantes al aula PERAJ D-07.

PERIODO: fecha de inicio: 01 de agosto del 2018 al 31 de julio del 2019

Mtro. Abel Antonio Ramírez Juárez Responsable del programa

PROBLEMÁTICA

Los principales problemas de salud en la población escolar son la anemia, la obesidad, las enfermedades respiratorias y parasitosis intestinales aunadas a problemas de visión, auditivos y posturales, que en varias ocasiones no son detectados en los niños. Algunas de estas condiciones afectan su capacidad de aprendizaje y son causa de ausentismo, deserción escolar y bajo rendimiento académico.¹

Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2015) ²mencionó los problemas de salud en escolares y adolescentes son cada vez resaltante, un millón de niñas menores de 15 años dan a luz cada año, la mayoría son en países de ingresos bajos y medianos. Se calcula que murieron 1,3 millones de adolescentes, por causas de enfermedades prevenibles o tratables. Otras de las principales causas de mortalidad entre los adolescentes son el VIH, el suicidio, las infecciones de las vías respiratorias inferiores y la violencia interpersonal. La detección temprana de estos problemas de salud prevén enfermedades como los trastornos de salud mental que se manifiesta a los 14 años, pero la mayoría de los casos no se detectan ni son tratados.

De igual manera, el Ministerio de Salud afirmó que en la encuesta global de salud escolar demostraron lo más resaltante, que el 20% de los estudiantes presentaron sobrepeso, y un 3% obesidad, de acuerdo a los valores de índice masa corporal (peso y talla) y el 54,0% de los estudiantes consume productos perjudiciales ofrecidos por los quioscos escolares. En relación a la higiene, el 16,5 % de los estudiantes tiene inadecuados hábitos de higiene.

En el consumo del alcohol, más de la mitad de los estudiantes encuestados el 59.6%; han tomado alguna bebida alcohólica antes de los 14 años, faltó a la escuela

¹ Davila Tintaya A. Coca Atencio S. Percepcion de los profesores sobre la importancia de la enfermera escolar en instituciones educativas estatales de la UGEL 06,Vitarte,2016. [Tesis Licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión., 2017.

² OMS Organización mundial de la salud 2015.

o se mezcló en peleas una o más veces como resultado de ingerir bebidas alcohólicas. En relación a salud sexual y reproductiva, entre los estudiantes que tuvieron relaciones sexuales el 46.7% fue antes de los 14 años. Y solo el 38.9% utilizan algún método anticonceptivo.³

En la actualidad nos enfrentamos, dentro de la comunidad escolar, a nuevos problemas de salud difíciles de abordar sin la ayuda de profesionales de la salud. Los niños y adolescentes de hoy en día, tienen necesidades en materia de salud que no pueden ser cubiertas por padres o profesores, como, por ejemplo: cuidado de su higiene personal que al tener tanto padres como profesores sus actividades diarias no se enfocan como tal a estos cuidados de cada uno de ellos, así como la prevención de diferentes enfermedades que con estos cuidados se pueden radicar. Por otro lado, también brindarles el conocimiento básico de cuidado y primeros auxilios es importante no solo para la comunidad escolar sino también para toda persona que les rodea por cualquier circunstancia que se pueda presentar ya sea un raspón desde lo más común hasta tener lo indispensable en un botiquín por cualquier movimiento telúrico que se pueda presentar y que nos ayuden en esos momentos.

La ayuda de nosotros como profesionales de la salud, es de conocimiento ya que, además, los niños en general, así como los que padecen enfermedades y discapacidades crónicas deben ser integrados y atendidos en sus necesidades de salud, por lo que requieren una serie de cuidados y atenciones en la escuela, lugar donde pasan la mayor parte del día.

Por otro lado nosotros los profesionales de la salud, en este caso enfermería quisimos integrarnos al programa Peraj para brindarles el conocimiento a los amigos sobre la importancia de la salud y cuidado como higiene personal, el cómo ayuda a nosotros como personas a prevenir enfermedades desde una deshidratación, así como una infección estomacal que son las principales causas de inasistencia en clases, pero también nos ayuda a prevenir enfermedades

³ Davila Tintaya A. Coca Atencio S. Percepcion de los profesores sobre la importancia de la enfermera escolar en instituciones educativas estatales de la UGEL 06,Vitarte,2016. [Tesis Licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión., 2017.

infecciosas, desde una simple gripa hasta ahorita la actualidad que es el coronavirus; que como bien es una enfermedad que no se esperaba, siento que por ese lado se brindó la información respecto a la importancia de la higiene de manos con agua y jabón así como la importancia de usar el alcohol-gel, para la prevención de distintas enfermedades causadas por bacterias gram negativas, gram positivas, virus, hongos, protozoo. Así también problemas que se llegaron a ver con los amigos en Peraj, como la importancia de la comunicación que muchos de ellos no tienen la seguridad de desenvolverse con las personas cercanas a ellos. Mucho menos con sus padres por pena, vergüenza, miedo o falta de confianza y por esto se llegan a aislar o a desarrollar depresiones que ni ellos mismos saben que lo presentan, de igual manera tocar temas que en la entrada a la adolescencia es difícil para ellos abordar temas delicados, desde una simple regla (menarquia) hasta violaciones de sus derechos como persona.

OBJETIVOS GENERAL

Contribuir a la formación de estilos de vida saludables, manteniendo como prioridad la calidad de vida de nuestros amigos, atendiendo a sus necesidades y problemas

de salud que existe en la actualidad, las enfermedades y los accidentes, así como promover el autocuidado, la aspiración profesional, un pensamiento crítico, científico, creativo pero también la integración social y escolar llevando de la mano la prevención de la salud en la comunidad Peraj, con los amiguitos pertenecientes al programa UAM- peraj.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Brindar una visión general sobre la carrera de enfermería.
- Conocer la importancia, el contenido, la funcionalidad y los aspectos generales básicos sobre el botiquín de primeros auxilios en la escuela y en hogar.
- Establecer ámbitos saludables para la convivencia en el aula y en la sociedad.
- Implementar ámbitos de higiene en su persona para la prevención de enfermedades.
- Dar a conocer la efectividad de la vacunación y la prevención de enfermedades a través de esta
- Conocer la importancia de la salud y la promoción para la prevención de enfermedades.
- Trabajar en el desenvolvimiento de la persona como individuo en la sociedad y la importancia que este es para la comunidad con un enfoque profesional.

JUSTIFICACIÓN:

La incorporación de una enfermera en el proyecto Peraj adopta a un amigo, crea efectos en los padres-coordinadores verdaderamente positivos, creando

sentimientos de tranquilidad, seguridad y confianza, ya que la enfermera en el ámbito escolar es una figura que puede actuar mejor ante problemas de salud inmediatos, problemas de salud crónicos, y en la educación sanitaria de toda la comunidad escolar.

Esta presencia, se hace aún más importante, cuando tienen relación con un niño con problemas de salud crónicos. Aquí la enfermera podría tener un importante papel en lo que se refiere tanto a educación sanitaria como atención asistencial.

En la actualidad, niños y adolescentes tienen necesidades específicas en materia para la salud y en muchos casos, son difíciles de comprender por padres y profesores sin el soporte y ayuda de profesionales de la salud, como enfermería.

La importancia de enfermería a nivel escolar va más allá del cuidado de la salud, los enfermeros/as trabajan en la prevención y promoción de la salud. Por tanto, la tarea de enfermería es lograr un estado de salud óptimo para todos los niños y promover el auto-empoderamiento en el cuidado, para que cuiden de sí mismos durante su crecimiento.⁴

Es por eso que considero de importancia la integración de enfermería en este proyecto, ya que se busca reforzar los conocimientos básicos con los amigos en Peraj para prevenir enfermedades, pero también el brindarles conocimientos que el día de mañana lo pueden utilizar para el cuidado de otra persona no nada más en un cuidado personal. El poder actuar en situaciones emergentes, así como comprender el sentir y pensar de los demás. Es decir, lograr empatizar y sentir lo que los demás piensan, viven y sienten para poder ayudar a más personas como nosotros queremos lograr un cuidado óptimo de la sociedad en general.

MARCO TEORICO

La OMS(2018)⁵ manifiesta que las enseñanzas en salud siguen siendo pobres, situación que compromete a los profesionales sanitarios a convertirse en

⁴ ICISE, Asociación catalana de enfermería y salud escolar 2016

⁵ OMS Organización mundial de la salud 2018

verdaderos agentes. Este agente de salud, está llamado a fortalecer los estilos de vida saludable, desde la más temprana infancia a través de la familia y la escuela.

Los niños y los jóvenes viven en un mundo complejo y cambiante, que a menudo los expone a riesgos significativos de salud. Así, los programas de salud escolar desarrollados en las instituciones de enseñanza pueden ayudar a los estudiantes a responder a esos riesgos, para lo cual deben plantear:

- Una educación en estilos de vida saludable.
- Acciones para el cuidado y protección de los niños y adolescentes.
- Mecanismos para la construcción de una verdadera cultura de la salud.⁶

La enfermería es un arte y compromiso hacia las personas, por ende para aprender cada día más de esta profesión no dejo atrás el conocimiento que nuestras pioneras de la profesión como la enfermera teórica virginia Henderson(30 de noviembre de 1897 a 19 de marzo del 1996) que fue una enfermera teorizadora que incorporo los principios fisiológicos y psicológicos a su concepto personal de enfermería, que definía la salud a partir de la capacidad del individuo de realizar por sí solo y sin ayuda las 14 necesidades básicas; la salud es el máximo grado de independencia, por lo tanto, es una calidad y cualidad de vida necesaria para el funcionamiento del ser humano ya sea a nivel biológico (satisfacciones) y a nivel fisiológico (emocional).

- Necesidad 1: Respirar normalmente.
- Necesidad 2: Comer y beber de forma adecuada.
- Necesidad 3: Eliminar los desechos corporales.
- Necesidad 4: Moverse y mantener una postura adecuada.
- Necesidad 5: Dormir y descansar.
- Necesidad 6: Elegir la ropa adecuada.
- Necesidad 7: Mantener la temperatura corporal.
- Necesidad 8: Mantener la higiene corporal.

⁶ Amanda Encinar Casado, Rev. enferm. ENFERMERÍA ESCOLAR. LA SITUACIÓN HOY EN DÍA. Cyl Vol 7 - Nº 1 (2015)

- Necesidad 9: Evitar los peligros del entorno.
- Necesidad 10: Comunicarse con los otros.
- Necesidad 11: Actuar con arreglo a la propia fé.
- Necesidad 12: Trabajar para sentirse realizado.
- Necesidad 13: Participar en diversas formas de entretenimiento.
- Necesidad 14: Aprender, descubrir o satisfacer la curiosidad.

Por lo tanto, estos niños y jóvenes que son sanos, física y emocionalmente, y que reciben su educación en un entorno adecuado, tienen más autoestima que aquellos que no poseen las mismas ventajas, les va mejor en la escuela y disfrutan de mejores relaciones con los demás. El bienestar de los niños es una obligación de la familia, pero también es una responsabilidad compartida de toda la comunidad y sus instituciones⁷.

En las estrategias del proyecto Peraj adopta a un amigo, estuvieron sujetas a las características de los amigos en cuanto a su edad y a temas que se vienen presentando en su entorno escolar y familiar.

Se tomaron en cuenta criterios de selección pues cabe destacar que solo se trabajaron con amigos de quinto año de primaria, sin ningún lazo ni parentesco con los mentores ni coordinadores del programa Peraj adopta a un amigo.

El rol de enfermería para este proyecto, fue trabajar a nivel escolar, es decir, favorecer el desarrollo de la capacidad humana del niño para enfrentar, transformar y desarrollar esta experiencia ante toda adversidad que se le presente. por lo tanto, se consideraron temas precisos que apuntaran al desarrollo de la autonomía para su autocuidado y adaptación de la disciplina para fortalecer la funcionalidad del hogar, en cuanto a entornos saludables, escuela saludable, para prevenir enfermedades.

⁷ Gallego P. REVISTA AQUICHAN: año 3. Núm. 3. Bogotá, Colombia. Octubre 2016, "Una estrategia de enfermería escolar en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad".

Es por esto que elegí a esta teórica virginia Henderson (30 de noviembre de 1897 a 19 de marzo del 1996) ya que ella me ayudo a entender que la salud no solo se debe de ver dentro de una institución hospitalaria, sino que también se debe trabajar con la sociedad en general desde que la persona nace hasta cuándo va creciendo y desarrollándose para ser el individuo que quiere ser.

Maneja 14 necesidades básicas y estas, nos ayudaron a comprender la importancia de la salud ya que si alguna de estas necesidades llegase a faltar o no se llegase a realizar adecuadamente, es ahí donde provienen muchas enfermedades, en cuanto a nuestro trabajo en Peraj cada necesidad tiene un propósito de comprensión y un trabajo grupal, es decir:

- Necesidad 1: Respirar normalmente.

Se trabajo con los amigos a la realización de ejercicios respiratorios, desde inhalar, exhalar, se realizaron descansos para no esforzarse más en cada actividad. Tocamos temas de ecología, del cuidado de las plantas ya que los árboles, son la principal fuente de oxígeno para nosotros como seres humanos, la importancia del no contaminar para mantener el aire limpio y respirable.

- Necesidad 2: Comer y beber de forma adecuada.

La alimentación es muy importante pero también la higiene de las cosas que se va a consumir, el lavado adecuado de las frutas y verduras, así también como la importancia del consumo de cada alimento y la hidratación, ya que de los alimentos nosotros los seres vivos obtenemos la energía.

- Necesidad 3: Eliminar los desechos corporales.

Es una necesidad fisiología que si se ve interrumpida nos provocan deficiencia de la funcionalidad corporal y por ende es una necesidad importante.

- Necesidad 4: Moverse y mantener una postura adecuada.

Con los amigos Peraj se realizaron actividades como futbol, quítale la cola al zorro, quemados, entre otras, para reforzar músculos y ligamentos para una buena movilización del cuerpo y sobre todo para mantener la salud.

- Necesidad 5: Dormir y descansar.

Se hablo sobre la importancia de esta necesidad para evitar enfermedades como insomnio, pero también es importante para mantener los niveles de energía que el cuerpo necesita.

- Necesidad 6: Elegir la ropa adecuada.

Elegir una ropa adecuada y limpia para que el amigo Peraj se mantenga cómodo y seguro para la realización de sus actividades diarias.

- Necesidad 7: Mantener la temperatura corporal.

Es importante esta necesidad para evitar enfermedades por los simples cambios que la temperatura pueda provocar y estar alertas cuando se presente alguna alteración de esta.

- Necesidad 8: Mantener la higiene corporal.

Se trabajo mucho en este punto para inculcar el habito que pocos niños tenían por falta de tiempo en sus actividades, desde el cepillado de dientes, así como el lavado de manos y baño diario para la prevención de enfermedades.

- Necesidad 9: Evitar los peligros del entorno.

En este tema incluimos el botiquín de primeros auxilios, que materiales lo conforma para actuar en situaciones imprevistas tales como sismos, caídas, accidentes, asi

como también la falta de luz. También se habló de la importancia de no hablar con extraños y al sentirse amenazados por otra persona comunicarlo inmediatamente sin temor alguno para evitar algún riesgo de su persona.

- Necesidad 10: Comunicarse con los otros.

La confianza es muy importante, es por eso que se habló mucho de esto porque a muchos amigos Peraj se les dificulta desenvolverse y convivir con sus compañeros, nos costó mucho trabajo lograr esta convivencia en el grupo ya que cada niño es un mundo diferente.

- Necesidad 11: Actuar con arreglo a la propia fe.

La fe es un punto que respetamos en el entorno Peraj, pues cada persona cree de diferente manera y es un punto respetable y no por eso se debe ser excluyente con las personas, al contrario, son puntos que nos hacen únicos y ejemplares de cada persona.

- Necesidad 12: Trabajar para sentirse realizado.

La colaboración de cada uno en Peraj es importante es por eso que buscamos la manera de que cada compañerito Peraj trabajara en las actividades, así también se buscaban actividades que nos gustaran realizar para que ninguno se excluyera y se sintieran cómodos al realizar cada una de estas, pues el trabajo con gusto no es trabajo, es diversión.

- Necesidad 13: Participar en diversas formas de entretenimiento.

Esto viene de la mano con lo anterior, ya que siempre se buscó realizar varias actividades entretenidas y didácticas para hacerles llegar cada tema presentado y que pudieran comprenderlo.

- Necesidad 14: Aprender, descubrir o satisfacer la curiosidad.

Se buscaban actividades que a los amigos Peraj les llamaran la atención y aprendieran algo nuevo cada día, también cualquier duda que se llegase a presentar, lo comentábamos y tratábamos de que no se quedaran con dudas en los temas y las dinámicas.

DESARROLLO

Se realizó un conjunto de dinámicas en la que nos ayudaron a la integración de los amigos al grupo Peraj adopta a un amigo, nosotros los mentores apoyamos en la realización de temas para el desenvolvimiento de los amigos en base a las dinámicas establecidas.

Para conocer los temas de las diferentes carreras en la que se desarrolla el programa Peraj, realizamos ponencias, rotafolios, collages, así como dinámicas que ayudaron a los amigos a desarrollar diferentes campos de habilidad y destreza como: dibujos, maquetas, realización de actividades en áreas verdes, elaboración

de sustancias de simulación e imaginación, que facilitaron al amigo a la comprensión y aprendizaje de estos temas.

Presentación de la licenciatura de enfermería, se procuró trabajar con cada amigo fortaleciendo el desarrollo de su persona ante la sociedad y sobre todo se le brindó la confianza para participar ante cualquier ámbito social y cultural que se le presente, es por ello que se desarrollaron diferentes temas, como primer plano, se realizó la presentación de la licenciatura de enfermería, en el que dio inicio con una lluvia de ideas acerca del conocimiento previo de los amigos sobre la carrera, se pidió que realizaran un dibujo y lograran plasmar nuestra profesión. Una vez que terminaron con la dinámica, se dio a conocer que es la enfermería, las diferentes ramas en las que se logra desenvolver y se habló de las actividades que realiza en el área laboral, así como de los cuidados que brindamos. Posteriormente continuamos con otra actividad; se elaboró el botiquín de primeros auxilios del aula Peraj y se les facilitó dibujos para que cada uno de ellos elaborara su propio botiquín en una hoja blanca, se habló sobre la importancia de tener un botiquín en casa y la utilidad de este en el hogar.

¿Cómo se cuida un huevo?, Con el propósito del cuidado, a cada amigo se le dio un huevo de gallina, con el fin de que lograran mantener su huevo intacto en el periodo de dos meses, sin embargo, se obtuvo un análisis significativo en cuanto al cuidado, ya que por muy fácil que parezca el cuidar de algún ser vivo, siempre debe haber una responsabilidad pues son pocas las personas que tienen la vocación para llevarlo a cabo. Los resultados de esta actividad fueron que solo 5 niños lograron mantener su huevo intacto, el resto de ellos rompieron el huevo.

En la siguiente clase impartida se habló sobre la importancia de *la higiene personal* en la que nuevamente se comenzó con una lluvia de ideas para conocer el panorama de la información previa con la cual cuenta el amigo. Una vez escuchados los puntos de vista de cada uno iniciamos hablando del cuidado de los dientes. Se dio a conocer cómo se va desarrollando la caries y el sarro en los dientes, los tipos de enfermedades que genera, así como los beneficios que se obtienen al tener una boca saludable. Se llevó a cabo la práctica del cepillado de dientes y se enseñó la forma adecuada de cómo se debe realizar. Una vez realizada continuamos con la

realización de una maqueta dental con materiales reciclables esto con el fin de que cada uno de ellos comprendiera la estructura anatómica del área dental. Al final se mencionó la importancia de la higiene corporal, así como la importancia del lavado de manos antes y después de las actividades a realizar.

Otra clase más que se impartió fue respecto a la *prevención y promoción de la salud*. En esta clase fue considerada debido a la campaña de vacunación que estaba presente en la que profundizamos en cuanto al tema de la importancia de las vacunas, se habló sobre que es una bacteria, que es un virus, la composición de las vacunas, los beneficios que aporta a nuestro sistema inmune y la creación del sistema preventivo ante las enfermedades. De igual manera hicimos referencia sobre métodos de prevención y promoción que se realiza en la sociedad. Fortalecimos este tema con la elaboración de una dinámica a la que nombramos “elabora tu propia vacuna”. Ahí los amigos tenían que inventar una vacuna y tenían que explicar como la elaboraron, que bacterias, virus o toxoides utilizaron, la enfermedad a la que atacaría y los beneficios que genera en el sistema inmune de nuestro cuerpo con el fin de que les quedara claro la importancia de la vacunación. Una vez que tuvieran estos puntos definidos tenían que buscar una forma de convencernos de que su vacuna era adecuada para nuestra salud y así comprendieran la importancia de la promoción para la prevención de enfermedades.

De igual manera se preparó una clase para brindar la información a padres de familia de los amigos Peraj y así brindarles un conocimiento básico sobre la enseñanza y el cuidado de la alimentación para los niños, se les mostro a los alumnos el semáforo de una alimentación sana para su crecimiento y prevención de enfermedades que azotan en este país. Se realizaron dinámicas de información general, debido a que era una complementación de apoyo con los compañeros mentores de la carrera de nutrición. Esto era para brindar un enfoque de lo que es la sana alimentación, un sano crecimiento y así lograr prevenir enfermedades.

Estas son actividades que facilitan la atención del amigo para adquirir el conocimiento de una educación saludable, así como el desarrollo de habilidad/aprendizaje con una convivencia grupal para un mejor cuidado hacia la

salud a nivel personal y social. Por otra parte, nosotros como profesionales, desarrollamos y fortalecemos el desenvolvimiento de la transmisión de estos temas.

Se realizó un cartel referente a la carrera de enfermería en el cual se les brindo explicación de la importancia del cuidado del ser humano, en este proyecto cabe recalcar que la amiga binomio perteneciente a Peraj, le llamo mucho la atención varios puntos de a carrera, uno de los principales es el acercamiento que nosotros como profesionales tenemos para abordar a cualquier persona que requiera o necesite un cuidado, acerca de la prevención de enfermedades, así como nosotros como profesionales podremos ayudar a el entorno que nos rodea para poder iniciar un cambio. La enfermería abarca la atención autónoma y en colaboración dispensada a personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o no, y en todas circunstancias. Comprende la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la atención dispensada a enfermos, discapacitados y personas en situación terminal.⁸

Se realizaron dinámicas de conocimientos básicos de la carrera que son de suma importancia para los amigos que se van desarrollando en el entorno social. Ellos podrán ir aplicando este conocimiento durante su crecimiento y prevenir diferentes tipos de enfermedades. Estas actividades fueron:

Lavado o higiene de mano: en esta actividad se manejó la importancia del lavado de manos, en qué momento nosotros debemos de realizar esta actividad, antes de hacer una actividad, antes de tener contacto con una persona enferma, después de tener el contacto no solo con la persona enferma sino también con el entorno, se realizó la explicación de la importancia de lavarnos con agua y jabón, no solamente con agua ya que en nuestras manos existen bacterias, virus, hongos, protozoo que nos provocan enfermedades y para eso se necesita un agente químico que pueda eliminarlas ya que las manos es una fuente principal de contagio de cualquier enfermedad.

⁸ Organización mundial de la salud 2021; <https://www.who.int/es>

Lavado de dientes: se le explico del como las bacterias y virus pueden no solo provocar caries en los dientes sino también algunas enfermedades que a futuro si no se tratan se llegan a complicar como la gingivitis, así como por la falta de higiene se pueden ir perdiendo dientes a muy temprana edad. Se realizo la práctica de este para enseñarles a los amigos el correcto lavado de dientes y el beneficio que obtenemos al realizarlo que es la eliminación de la placa bacteriana que se va acumulando durante el día.

Se impartió la importancia del cuidado las medidas de seguridad, tanto en la escuela como en el hogar, el cuidado del entorno, pues si no cuidamos el planeta, iremos construyendo un futuro muy contaminante que nos provoque enfermedades, también como nosotros debemos cuidarnos no solo por objetos peligrosos sino también del entorno que nos rodea para evitar alguna lesión en nuestra persona, se mostró en esta clase el botiquín de primeros auxilios, se explica el contenido de dicho, los materiales que debe contener para poder ocupar cada uno de estos en los momentos inesperados que suelen ocurrir, ya sea algún accidente o la importancia de lo que contiene en algún evento inesperado como sismos, apagones, entre otras.

La importancia de la vacunación y la prevención de enfermedades: en esta clase se explicó de cómo se componen la vacuna y la importancia de aplicárnosla, ya que con ella se previenen muchas enfermedades que en su tiempo provocaron muchas muertes.

Actividades como estas facilitan la atención del amigo para adquirir el conocimiento de una educación saludable, así como el desarrollo de habilidad/aprendizaje con una convivencia grupal para un mejor cuidado hacia la salud a nivel personal y social. Por otra parte, nosotros como profesionales, desarrollamos y fortalecemos el desenvolvimiento de la transmisión de estos temas.

Al inicio del programa Peraj cada quien se juntaba con sus amigos, con sus conocidos y se veía un grupo por un lado, otro en una esquina, cada quien en su mundo, en lo personal se me hizo muy complejo poder relacionarme con amigos de diferente edad y personas nuevas que comenzaba a conocer, sin embargo, conforme iban avanzando los días y el programa, la confianza fue dándose por si

sola, hubieron amigos que se apegaron mucho a mi persona, entonces se me hizo muy complicado poder enfocarme solo en una pues el grupo Peraj nos enseñó a trabajar como un grupo formidable un grupo que se apoya, y eso fue muy padre ya que nosotros como profesionales nos ayudan a ir aprendiendo cosas nuevas que en la carrera no lo implementamos. Esto me ayudo como profesional poder acercarme a cada uno en su mundo y así poder ganarme la confianza de varios. De igual manera conforme a las actividades que se realizaron en cada dinámica se procuraba que los niños participaran más y con el tiempo esto ayudo a que todos nos relacionáramos en conjunto y dejáramos a un lado lo desconocido aprendiendo de cada uno de nosotros.

MARCO DE REFERENCIA:

Mi compañera en Peraj al inicio era una niña muy tímida, en cuanto a platicar de su vida personal, sin embargo, me comentaba que su mama es muy dedicada con ella en cuanto a la escuela, desde muy chica las ha enseñado a ser independientes, hablo en plural ya que tiene una hermanita más chiquita, me comento que tiene una hermana mayor que ya hizo su vida, tiene hijos y vive con su esposo. Como su hermana mayor se juntó muy joven, su mama busca que ella sea dedicada e independiente, pero por otro lado a ella le gusta mas convivir con sus amigas que estar en su casa, ya que su mama, por ser la hermana mayor que esta con ella, le dejaba mucho la responsabilidad de cuidar a su hermana y no le gustaba porque como esta mas chiquita, en lugar de divertirse tenía que estar cuidándola. Melany es una niña muy atenta, le llama mucho la atención conocer cosas nuevas, por lo

que conforme íbamos trabajando en Peraj ella se divertía, me comenta que me escogió como mentora porque le llamo mucho la atención el como puedo cuidar a otras personas y que me guste, el aprender a realizar curaciones y ayudar a las personas me dijo que es un trabajo muy bonito y sobre todo que las personas te agradezcan por realizarlo, en cuanto a su gustos también me dijo que otra carrera que le llama la atención es el diseñar y crear cosas de mujer, como pulseras, ropa, le gusta realizar actividades como día de campo, salir al parque, ella era muy seria al inicio, nos costo mucho platicar entre nosotras y abrir nuestras vidas, sin embargo conforme a los gustos que Melany me iba contando, realizamos actividades extra curriculares, es decir fuera de Peraj, con permiso y autorización de su mama, realizamos picnic en la misma escuela, así como fuimos al parque q esta enfrente de su casa, le ayude a que comprendiera matemáticas, ya que comenzaban a ver problemas matemáticos en la escuela y su mamá me pidió ayuda para explicarle un poco.

Ella es una niña muy tímida, no platica mucho de su vida personal, pero es una niña que le motiva estar aprendiendo, las actividades que realizamos juntas en Peraj, le agradaban y decía que era un tiempo muy bonito, ya que a pesar de que aprendía algo nuevo, no se aburría y se la pasaba muy bien esos ratos. A pesar que el tiempo que se convivió en Peraj fue corto, me pude percatar que es una niña muy cariñosa y si le brindas tu confianza ella se puede abrir emocionalmente, se encariña mucho con las personas y busca que ese vinculo no se rompa, es muy atenta e inteligente, muchas veces me comento que Peraj es una experiencia única para su vida y que si cada año la dejaran participar ella con gusto estaría en el programa, también me comento que cuando sea grande quiere ser mentora para ser un ejemplo a seguir como ella me ve, ya que de grande si le gustaría ser enfermera como yo.

PROYECTO INDIVIDUAL

Se realizo un cartel referente a la carrera de enfermería en el cual se les brindo explicación de la importancia del cuidado del ser humano, en este proyecto cabe recalcar que la amiga binomio perteneciente a Peraj, le llamo mucho la atención varios puntos de la carrera, uno de los principales es el acercamiento que nosotros como profesionales tenemos para abordar a cualquier persona que requiera o necesite un cuidado, acerca de la prevención de enfermedades, así como nosotros como profesionales podremos ayudar a el entorno que nos rodea para poder iniciar un cambio. La enfermería abarca la atención autónoma y en colaboración dispensada a personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o no, y en todas circunstancias. Comprende la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la atención dispensada a enfermos, discapacitados y personas en situación terminal.8

Se realizaron dinámicas de conocimientos básicos de la carrera que son de suma importancia para los amigos que se van desarrollando en el entorno social. Ellos podrán ir aplicando este conocimiento durante su crecimiento y prevenir diferentes tipos de enfermedades. Estas actividades fueron:

Lavado o higiene de mano: en esta actividad se manejó la importancia del lavado de manos, en qué momento nosotros debemos de realizar esta actividad, antes de hacer una actividad, antes de tener contacto con una persona enferma, después de tener el contacto no solo con la persona enferma sino también con el entorno, se realizó la explicación de la importancia de lavarnos con agua y jabón, no solamente con agua ya que en nuestras manos existen bacterias, virus, hongos, protozoo que nos provocan enfermedades y para eso se necesita un agente químico que pueda eliminarlas ya que las manos es una fuente principal de contagio de cualquier enfermedad.

Lavado de dientes: se le explico del como las bacterias y virus pueden no solo provocar caries en los dientes sino también algunas enfermedades que a futuro si no se tratan se llegan a complicar como la gingivitis, así como por la falta de higiene se pueden ir perdiendo dientes a muy temprana edad. Se realizo la práctica de este para enseñarles a los amigos el correcto lavado de dientes y el beneficio que obtenemos al realizarlo que es la eliminación de la placa bacteriana que se va acumulando durante el día.

Se impartió la importancia del cuidado las medidas de seguridad, tanto en la escuela como en el hogar, el cuidado del entorno, pues si no cuidamos el planeta, iremos construyendo un futuro muy contaminante que nos provoque enfermedades, también como nosotros debemos cuidarnos no solo por objetos peligrosos sino también del entorno que nos rodea para evitar alguna lesión en nuestra persona, se mostró en esta clase el botiquín de primeros auxilios, se explica el contenido de dicho, los materiales que debe contener para poder ocupar cada uno de estos en los momentos inesperados que suelen ocurrir, ya sea algún accidente o la

importancia de lo que contiene en algún evento inesperado como sismos, apagones, entre otras.

La importancia de la vacunación y la prevención de enfermedades: en esta clase se explicó de cómo se componen la vacuna y la importancia de aplicárnosla, ya que con ella se previenen muchas enfermedades que en su tiempo provocaron muchas muertes.

Actividades como estas facilitan la atención del amigo para adquirir el conocimiento de una educación saludable, así como el desarrollo de habilidad/aprendizaje con una convivencia grupal para un mejor cuidado hacia la salud a nivel personal y social. Por otra parte, nosotros como profesionales, desarrollamos y fortalecemos el desenvolvimiento de la transmisión de estos temas.

Al inicio del programa Peraj cada quien se juntaba con sus amigos, con sus conocidos y se veía un grupo, por un lado, otro en una esquina, cada quien, en su mundo, en lo personal se me hizo muy complejo poder relacionarme con amigos de diferente edad y personas nuevas que comenzaba a conocer, sin embargo, conforme iban avanzando los días y el programa, la confianza fue dándose por sí sola, hubo amigos que se apegaron mucho a mi persona, entonces se me hizo

muy complicado poder enfocarme solo en una pues el grupo Peraj nos enseñó a trabajar como un grupo formidable un grupo que se apoya, y eso fue muy padre ya que nosotros como profesionales nos ayudan a ir aprendiendo cosas nuevas que en la carrera no lo implementamos. Esto me ayudo como profesional poder acercarme a cada uno en su mundo y así poder ganarme la confianza de varios. De igual manera conforme a las actividades que se realizaron en cada dinámica se procuraba que los niños participaran más y con el tiempo esto ayudo a que todos nos relacionáramos en conjunto y dejáramos a un lado lo desconocido aprendiendo de cada uno de nosotros.

RESULTADOS:

Los resultados del Proyecto Peraj adopta un amigo fueron significativos pero positivos en cuanto al enriquecimiento de conocimientos adquiridos por parte de los amigos, dichos conocimientos fueron y serán una parte fundamental para su vida diaria, ya que podrán irlos implementando día a día.

Independientemente de los problemas que surgieron durante el lapso de este proyecto (huelga), no lo considero un desperdicio de tiempo, debido a que gracias al apoyo de los coordinadores y amigos de trabajo, se logró empatizar y fortalecer los puntos principales que se tenía en mente con dicho programa, desarrollar y explotar el potencial de cada amigo para crear una visión crítica ante la sociedad, así como el desenvolvimiento en las diferentes áreas que se quería trabajar para adquirir un pensamiento crítico, científico y recreativo.

CONCLUSIONES:

Este proyecto fue un reto para mi Licenciatura en enfermería ya que durante toda la carrera te enseñan a trabajar con personas que tienen alguna enfermedad o discapacidad, familiares de estos, así como instituciones de trabajo, sin embargo, se deja de lado la transmisión de conocimientos a un nivel poco alcanzable que es el escolar y es el pilar fundamental en que se debería iniciar a trabajar en cuanto a la prevención y cuidado de sí mismos.

Aunado a ello se logra hacer llegar a los amigos las diferentes necesidades básicas, que esta teoriza y pionera virginia Henderson (30 de noviembre de 1897 a 19 de marzo del 1996) de mi profesión de enfermería, me enseñó a ver los diferentes ámbitos y estados del ser humano y sobre todo lo que mis niños Peraj necesitan para una comprensión óptima para el bienestar de su crecimiento y desarrollo de este programa y de su vida de cada uno de mis chiquitines con los que convivimos en este periodo.

Concluyo que la enfermería no solo se debe desarrollar en el ámbito hospitalario, sino en todo nuestro entorno social, ya sea nivel escolar, industrial, inclusive en el hogar. Es una rama muy grande en donde podemos impartir nuestros conocimientos y la carrera nos da las herramientas para poder desarrollar cada proyecto que queramos iniciar, potencializarlo para un mejor entorno, es decir un mejor panorama para nuestra vida.

BIBLIOGRAFIA:

- ❖ Organización Mundial de la Salud (OMS)2015/2018

- ❖ ¹ Davila Tintaya A. Coca Atencio S. Percepción de los profesores sobre la importancia de la enfermera escolar en instituciones educativas estatales de la UGEL 06,Vitarte,2016. [Tesis Licenciatura]. Lima: Universidad Peruana Unión., 2017.

- ❖ Gallego P. REVISTA AQUICHAN: año 3. Núm. 3. Bogotá, Colombia. Octubre 2016, “Una estrategia de enfermería escolar en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad”.
- ❖ ¹ Amanda Encinar Casado, Rev. enferm. ENFERMERÍA ESCOLAR. LA SITUACIÓN HOY EN DÍA. CyL Vol 7 - Nº 1 (2015).
- ❖ ICISE, Asociación catalana de enfermería y salud escolar 2016
- ❖ Virginia Henderson, imported from Wikipedia, publicado el 1 de diciembre del 2003, revisado el 10 de octubre del 2015, actualizado el 24 de agosto del 2018, estado libris, referencia URL <http://libris.kb.se/katalogisering/20dgjxxl3jf4ttn>
- ❖ LANSDOWN Gerison (2005). ¿Me haces caso? El derecho de los niños pequeños a participar en las decisiones que les afectan. Cuadernos sobre Desarrollo Infantil Temprano No. 36s. Fundación Bernard van Leer, La Haya Países Bajos.
- ❖ Yolanda C, Gáal F. Marrone A. Hernandez J. Antología de estrategias participativas: algunos aportes para escuchar a los niños y realizar consultas infantiles. 1ª edición, 2006

Bibliografía complementaria para la realización del servicio y realización de las actividades de desarrollo.

- ✚ Norma oficial mexicana nom-019-ssa3-2013, para la práctica de enfermería en el sistema nacional de salud.
- ✚ Norma Oficial Mexicana, NOM-017-ssa2-1994, para la vigilancia epidemiológica.
- ✚ NORMA Oficial Mexicana NOM-026-SSA2-1998, Para la vigilancia epidemiológica, prevención y control de las infecciones nosocomiales.

- ✚ NORMA Oficial Mexicana NOM-030-STPS-2009, Servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo-Funciones y actividades.
- ✚ Norma oficial mexicana nom-043-ssa2-2012, servicios básicos de salud. promoción y educación para la salud en materia alimentaria. criterios para brindar orientación.
- ✚ NORMA Oficial Mexicana NOM-036-SSA2-2002, Prevención y control de enfermedades. Aplicación de vacunas, toxoides, sueros, antitoxinas e inmunoglobulinas en el humano.
- ✚ NORMA Oficial Mexicana NOM -008-SSA2-1993, Control de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño y del adolescente. Criterios y procedimientos para la prestación del servicio.

Anexos:

TEMATICA	Higiene bucal y de manos		
OBJETIVO PARA EL PRESTADOR DE SERVICIO SOCIAL	Establecer un aprendizaje significativo con el/la niño/a de primaria, con el propósito de fortalecer sus conocimientos previos en el cuidado de la salud.		
OBJETIVO PARA EL NIÑO	Inculcar hábitos saludables en la población escolar.		
ACTIVIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de higiene bucal • Cepillado de dientes • Presentación de lavado de manos • Uso de gel antibacterial 		
RESPONSABLES DE LA ACTIVIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Gutiérrez Velázquez Stephanie • Ortega Garnica Alondra María 		
PROCEDIMIENTOS	TIEMPO	MATERIALES	OBSERVACIONES
Juego libre	20min	<ul style="list-style-type: none"> • Áreas verdes • Material dependiendo el juego (balones, cascadas, conos, silbato, existentes en el aula) 	Los niños decidirán la actividad a realizar en el área verde ellos decidirán el juego y sus respectivos equipos.
Presentación higiene bucal	15 min	<ul style="list-style-type: none"> • Papel bond, con información (enfermería) • Cinta diurex (coordinación) 	Formato tipo exposición para dar a conocer el tema general, se iniciará con una lluvia de ideas y después de ello se dará a conocer el tema

			general con el material de apoyo.
Cepillado de dientes	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Vaso desechable(coordinación) • Agua (institución) • Pasta dental (coordinación) • Cepillo de dientes (niño/a) 	Actividad para dar a conocer el uso adecuado del cepillado, eliminando la placa bacteriana de los dientes para evitar problemas de caries dentales o de encías.
Tiempo libre	10 min	<ul style="list-style-type: none"> • Papel higiénico • Bebederos de la UAM 	Se les proporcionara este espacio entre la sesión con el fin de que los amigos y mentores vayan al sanitario o a beber agua, según lo deseen.
Elaboración de maqueta dental	30min	<ul style="list-style-type: none"> • Taparroscas de refresco • Cartón • Papeles de colores • Punturas de colores (existentes en el aula Peraj) • Pegamento silicón 	Se formarán equipos por binomio, cada amigo trabajara con un mentor para la elaboración de una maqueta dental, se pintarán los taparroscas de color blanco para hacer simulación a los dientes y se plasmaran sobre un cartón haciendo

			referencia a la anatomía bucal. Una vez terminado, dejaran secar en la intemperie.
Presentación del lavado de manos	20 min	<ul style="list-style-type: none"> • Papel bond, con información (enfermería) • Cinta diurex (coordinación) 	Formato tipo exposición para dar a conocer el tema general, se iniciará con una lluvia de ideas y después de ello se dará a conocer el tema general con el material de apoyo.
Lavado de manos	5min	<ul style="list-style-type: none"> • Jabón de manos 200ml. (Coordinación) • Agua (institución) 	Dinámica destinada para eliminar la materia orgánica, flora transitoria-residente de las manos y así evitar la transmisión de microorganismos de mentor/amigo.
Uso de gel antibacterial	5min	<ul style="list-style-type: none"> • Gel antibacterial 250ml. (coordinación) 	Actividad para evitar la propagación de gérmenes y microorganismos.
Diario de campo	5min	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel • Lápices • colores 	Los amigos realizaran su diario y se les pedirá que dejen los materiales que

hayan utilizado en su lugar, mientras tanto los mentores pondremos limpieza y orden en el aula Peraj.

Enfermería

La enfermería abarca la atención autónoma y en colaboración dispensada a personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermas o no, y en todas circunstancias. **OMS, 2018**



La enfermería a nivel escolar va más allá del cuidado de la salud, los enfermeros trabajan en la prevención y promoción de la salud.

La tarea de enfermería es lograr un estado de salud óptimo para todos los niños y promover el auto-empoderamiento en el cuidado, para que cuiden de sí mismos durante su crecimiento.



Se realizaron dinámicas de conocimientos básicos de higiene, el cuidado, medidas de seguridad, botiquín de primeros auxilios, campañas de vacunación, y hablamos temas sobre la prevención de enfermedades, alimentación saludable, bacterias y virus.



Elaboración del botiquín de primeros auxilios.



Técnica del lavado de dientes y elaboración de una dentadura con objetos reciclables y lavado de manos.



Dibujos sobre enfermería y el cuidado.



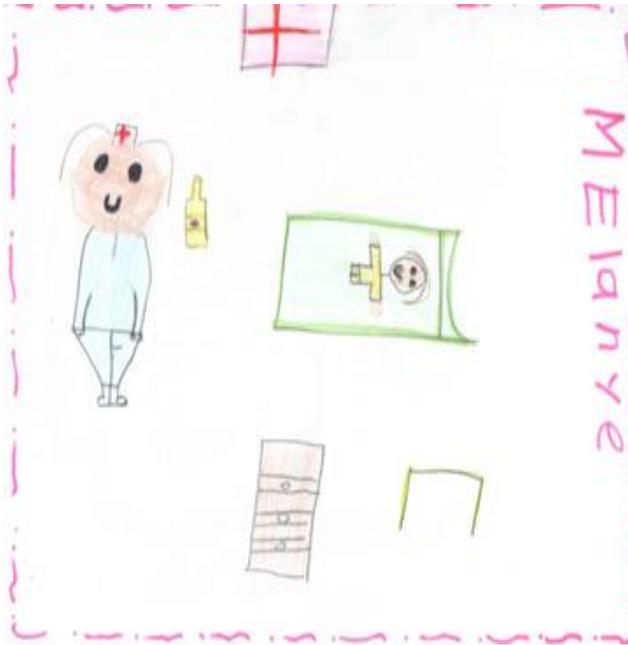
Elaborado: Guillerme Velázquez Shephard
Asísta: Fátima Melany Hidalgo Salinas



Prevención de enfermedades, promoción de la salud, importancia de vacunación, así como creando una vacuna.



Actividades como estas facilitan la atención del amigo para adquirir el conocimiento de una educación saludable así como el desarrollo de habilidades y aprendizaje con una convivencia grupal para un mejor cuidado hacia la salud a nivel personal y social. Por otra parte, nosotros como profesionales, desarrollamos y fortalecemos el desenvolvimiento de la transmisión de estos temas.



responsabilidad

Higiene

¿Qué es enfermería?

La **enfermería** abarca la atención autónoma y en colaboración dispensada a personas de todas las edades, familias, grupos y comunidades, enfermos o no, y en todas circunstancias. OMS

cuidado

salud



1. Enfermería Obstétrico-Ginecológica (matrona)
2. Enfermería de Salud Mental
3. Enfermería del Trabajo
4. Enfermería Geriátrica
5. Enfermería Pediátrica
6. Enfermería Familiar y Comunitaria
7. Enfermería en Cuidados Médico-Quirúrgicos

CARACTERÍSTICAS DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN:

Hablar y escuchar, finalmente comprender al paciente

ESTABILIDAD EMOCIONAL:

Aceptar el sufrimiento y la muerte

HABILIDADES INTERPERSONALES:

Buena relación enfermero-paciente

EMPATÍA:

Sentir compasión y sufrimiento, estar en el lugar del otro

FLEXIBILIDAD:

No excederse en los horarios de turno, para tener una mejor respuesta y relación con el paciente

ATENCIÓN AL DETALLE:

No cometeré errores, estar atento

RESPECTO / RESPUESTA RÁPIDA:

Reacciones inesperadas

HABILIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS:

Evitar situaciones complicadas

OTROS:

- Dignidad humana
- Maleficiencia
- No maleficiencia
- Autonomía

