



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

TALLER SEGURIDAD Y SALUD EN LA ESCUELA

**OFICIO MÚLTIPLE N.º 000498 -2021-MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-
ASGESE**

ASGESE

**UGEL
02**



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



Para un buen desarrollo del taller , agradeceremos:



Silenciar su micrófono y apagar su cámara



Registrar su asistencia y encuesta en el link remitido en el chat



Mantener una escucha activa durante el taller



Participar activamente en los momentos indicados por las especialistas

Link de Asistencia <https://forms.gle/M5t2s92LCmxUNNjW7>



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



Propósito:

Brindar orientaciones y promover las prácticas de seguridad y salud pertinentes al contexto de la educación a distancia y/o presencial a fin de contribuir en la mejora de los aprendizajes, la continuidad y permanencia de los estudiantes.

Producto:

Compromisos de los directivos para promover el desarrollo de prácticas de seguridad y salud en su Institución Educativa.

SOPORTE EMOCIONAL

Ps. Convivencia Escolar. Lic. HENRY HUERE



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Un cuento para despertar...

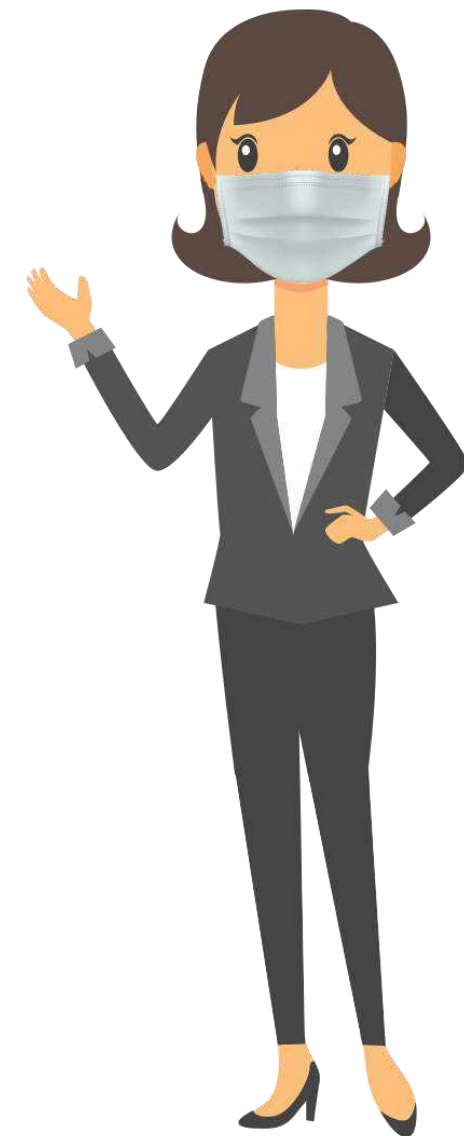


Extradido de:
Cuentos narrados por Francois Vallaey
Repositorio Institucional de la PUCP



Lecciones:

1. *Un mensajero nunca sabe los mensajes que trae con él.*
2. *La libertad no es una flor que se pide, la libertad es una flor que se toma.*



BLOQUE I:

Reflexionamos



BLOQUE III:

Salud

Lic. MARTÍN YACAS MEDINA
Nutricionista del Centro de Salud Año Nuevo

Mg. VÍCTOR CUADROS MARIÑOS
Psicólogo del Centro Materno Infantil Santa Rosa

BLOQUE II:

Seguridad

GIOVANNI CRISTOFER AYALA ARROYO
Técnico Profesional en Mantenimiento y
Gestión de Riesgos Equipo de Creación de
Instituciones Educativas

BLOQUE IV:

Ideas Fuerza- Compromisos



BLOQUE I

Reflexionamos



CASUÍSTICA: Carlos es un director que ha venido liderando su comunidad educativa desde el 2020, ha estado atento a las dificultades que ha presentado la educación a distancia. En esta última semana de gestión ha estado reflexionando con su comunidad educativa sobre cómo fortalecer la seguridad y salud de sus estudiantes en el contexto actual y el que se seguirá desarrollando conforme a lo expresado por las autoridades competentes.

En su opinión ¿ A qué nos referimos exactamente al hablar de seguridad?



Chat



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



SEGURIDAD





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

BLOQUE II

ACCIONES DE SEGURIDAD EN EL CONTEXTO DE EMERGENCIA SANITARIA EN LA ESCUELA



GIOVANNI CRISTOFER AYALA ARROYO Técnico Profesional en
Mantenimiento y Gestión de Riesgos Equipo de Creación de
Instituciones Educativas – UGEL 02



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Condiciones de seguridad

Índice de Seguridad en Instituciones Educativas

CONDICIONES DE SEGURIDAD ESTRUCTURAL

Corresponde a la verificación de los elementos estructurales: losas, vigas, columnas, muros y cimientos de concreto, albañilería, metálica, madera, adobe.

CONDICIONES DE SEGURIDAD FUNCIONAL ORGANIZATIVO

Corresponde a la verificación para hacer frente a la emergencia, brigadas, Comisión de Educación Ambiental y GRD, los cuales están plasmados en el Plan de GRD y protocolos.



CONDICIONES DE SEGURIDAD FÍSICO FUNCIONAL

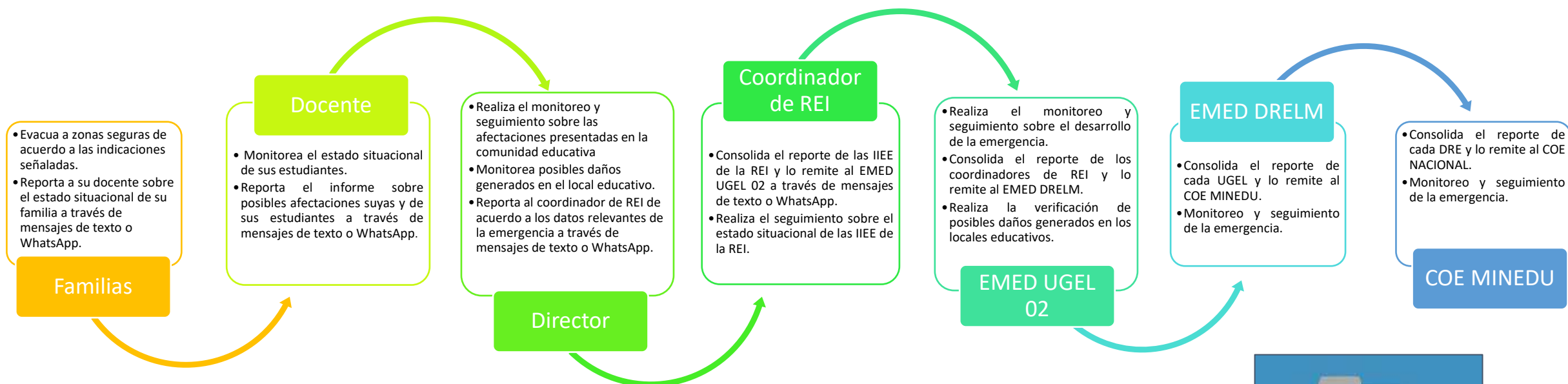
Corresponde a la verificación:

- A.Arquitectura
- B.Instalaciones sanitarias
- C.Instalaciones eléctricas
- D.Medios de protección contra incendios.

CONDICIONES DE SEGURIDAD ENTORNO INMEDIATO

Comprende la identificación de peligros originados por fenómenos de origen natural o inducidos por la acción humana en el entorno del local educativo.

Flujograma de comunicaciones ante emergencias



BASE LEGAL

- Resolución Ministerial N° 215-2015-ED Manual de Operaciones de la Dirección Regional de Lima Metropolitana- DRELM.
- Resolución de Secretaria General N°239-2018-MINEDU, que aprueba la "Norma Técnica de Criterios Generales de Diseño para Infraestructura Educativa"
- Resolución Viceministerial N° 056-2019-MINEDU que aprueba la Norma técnica denominada "Criterios de Diseño para Locales Educativos de Educación Básica Especial"
- Resolución Viceministerial N° 104-2019-MINEDU que aprueba la Norma técnica denominada "Criterios de Diseño para Locales Educativos del Nivel de Educación Inicial"
- Resolución Viceministerial N° 208-2019-MINEDU que aprueba la Norma técnica denominada "Criterios de Diseño para Locales Educativos de Primaria y Secundaria".
- Resolución Ministerial N° 068-2020-Vivienda, que modifica de la Norma Técnica A.040 "Educación" del Reglamento Nacional de Edificaciones.
- Resolución Ministerial N°121-2021-MINEDU "Disposiciones para la prestación del servicio en las instituciones y programas educativos públicos y privados de la Educación Básica de los ámbitos urbanos y rurales, en el marco de la emergencia sanitaria de la COVID-19"





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

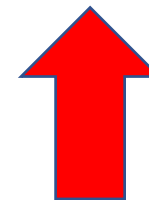
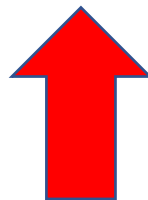
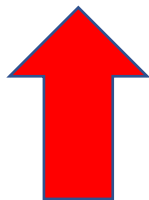
Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Orientaciones sobre el retorno a los locales educativos de acuerdo a la RM N° 121-2021-MINEDU



Orientaciones sobre el retorno a escuela

GENERALIDADES			
Seguro	Flexible	Gradual	Voluntario



CONDICIONES DE CONTEXTO	
Territoriales	Epidemiológicas

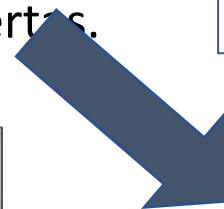
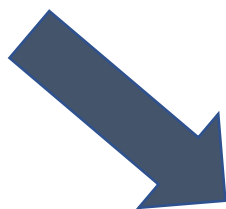
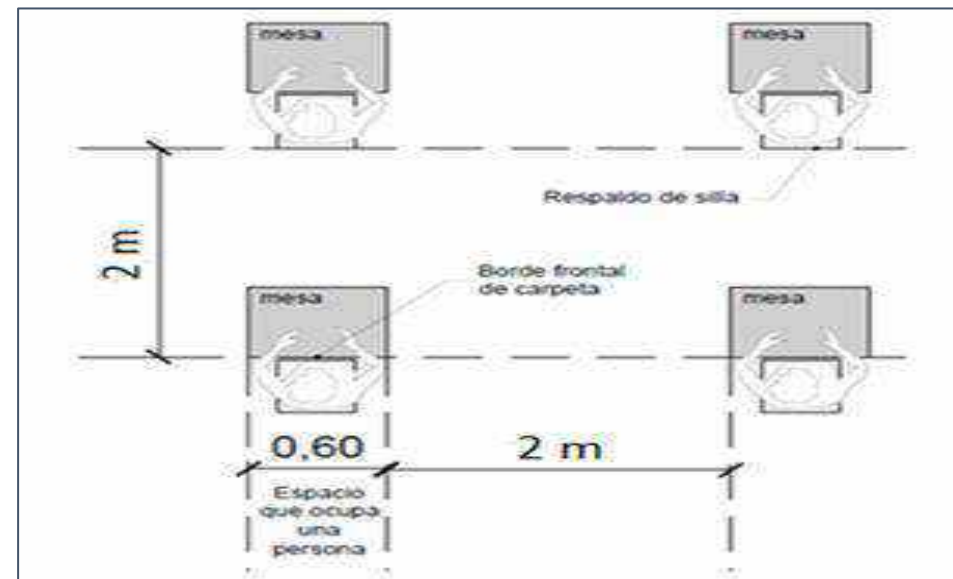


Condiciones de bioseguridad

- Aforo y mobiliario
- Considerando el distanciamiento físico obligatorio de dos metros, el área mínima ocupada por persona será de 4m².

■ Ventilación

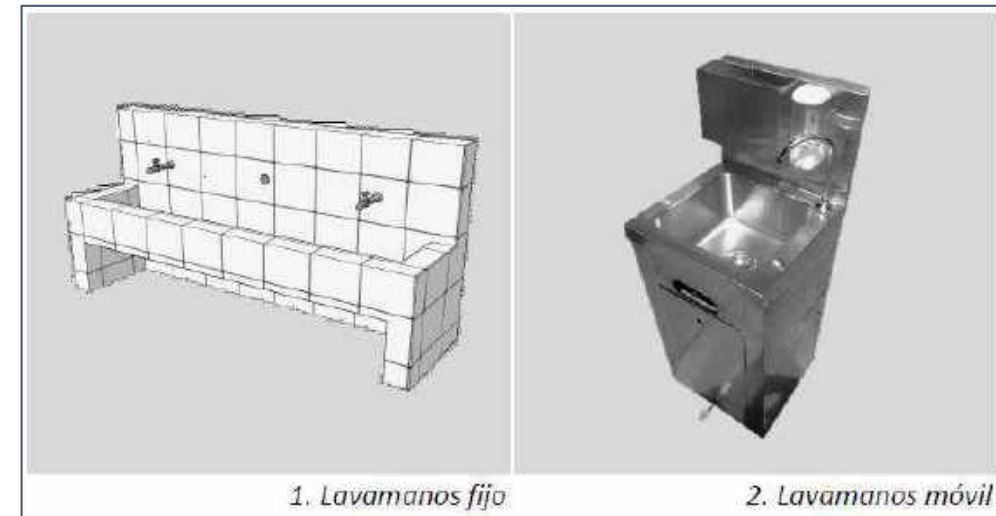
- Todos los ambientes del local educativo deben encontrarse ventilados constantemente y contar con puertas y ventanas en buenas condiciones y operativas, las cuales deben mantenerse abiertas.



Condiciones de bioseguridad

■ Estaciones de lavado o desinfección de manos

- Todos los locales educativos deben contar con estaciones de lavado de manos que deberán ubicarse en un espacio abierto del local, según el aforo máximo previsto para el local educativo.



• Aparatos sanitarios en servicios higiénicos

- Todos los locales educativos deben contar con suficiente cantidad de aparatos sanitarios operativos y de acuerdo al tipo de nivel (inicial, primaria y secundaria) acorde a lo establecido en la Resolución Ministerial N° 068-2020-Vivienda.



**Cuadro N° 4. Dotación de Aparatos Sanitarios:
Educación Básica Regular (EBR)**

NIVEL	Inicial (*)		Primaria / Secundaria	
	Niños	Niñas	Hombres	Mujeres
Inodoro	1 c/25	1 c/25	1 c/60	1 c/30
Lavatorios (**)	1 c/25	1 c/25	1 c/30	1 c/30
Urinario (**)	1 c/25	-	1 c/60	-

(*) Para el Ciclo I (Cuna) no se requiere diferenciar SS.HH. por sexo y no es obligatorio incluir urinarios. Para el Ciclo II (Jardín) se debe diferenciar por sexo. Las particularidades se encuentran señaladas en las disposiciones normativas del MINEDU.

(**) Los lavatorios y urinarios pueden sustituirse por aparatos de mampostería corridos recubiertos de material vidriado, a razón de 0.60 m por posición.

Condiciones de bioseguridad

- Kits de higiene
- Todos los locales educativos deben contar con suficiente cantidad de insumos para la prevención y protección ante la COVID-19 durante la prestación presencial o semipresencial, para uso de todos los miembros de la comunidad educativa programados para participar en actividades presenciales (estudiantes, docentes, directivos, administrativos, etc.).



ADQUISICIÓN DE KITS DE HIGIENE			¿Qué elementos se pueden adquirir?	
Funcionalidad de los elementos:	Locales educativos CON agua potable KIT 01	Locales educativos SIN agua potable KIT 02		
	✓ Jabón líquido o en barra Papel higiénico, papel toalla o similar	✓ Jabón líquido o en barra Papel higiénico, papel toalla o similar Lejía (para purificación de agua) Recipientes para almacenamiento de agua		
	✓ Solución de alcohol al 70% Alcohol en gel antibacterial	✓ Solución de alcohol al 70% Alcohol en gel antibacterial		
	✓ Papel higiénico	✓ Papel higiénico		
	✓ Escobilla Lejía	✓ Escobilla Lejía		

* Elementos habilitados mediante la actualización de la Norma Técnica, aprobada mediante RM N° 179-2020-MINEDU.

Condiciones del local educativo

■ Señalización de prevención del COVID-19



Condiciones sociales

- Los padres de familia dan su conformidad para la prestación del servicio educativo presencial o semipresencial en la IE bajo cualquier medio que permita su verificación y sobre la base de los mecanismos de consulta que determine el/la director(a) de la institución o programa educativo.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

¡Juntos lograremos contrarrestar el COVID-19!

Consultas y dudas comunicarse a través del correo:

Consultas y dudas comunicarse a través del correo:

NOMBRES	APELLIDOS	CARGO ESTRUCTURAL	CORREO INSTITUCIONAL
GIOVANNI CRISTOFER	AYALA ARROYO	Técnico Profesional en Mantenimiento y Gestión de riesgos	giovanni.ayala@ugel02.gob.pe





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

BLOQUE III:

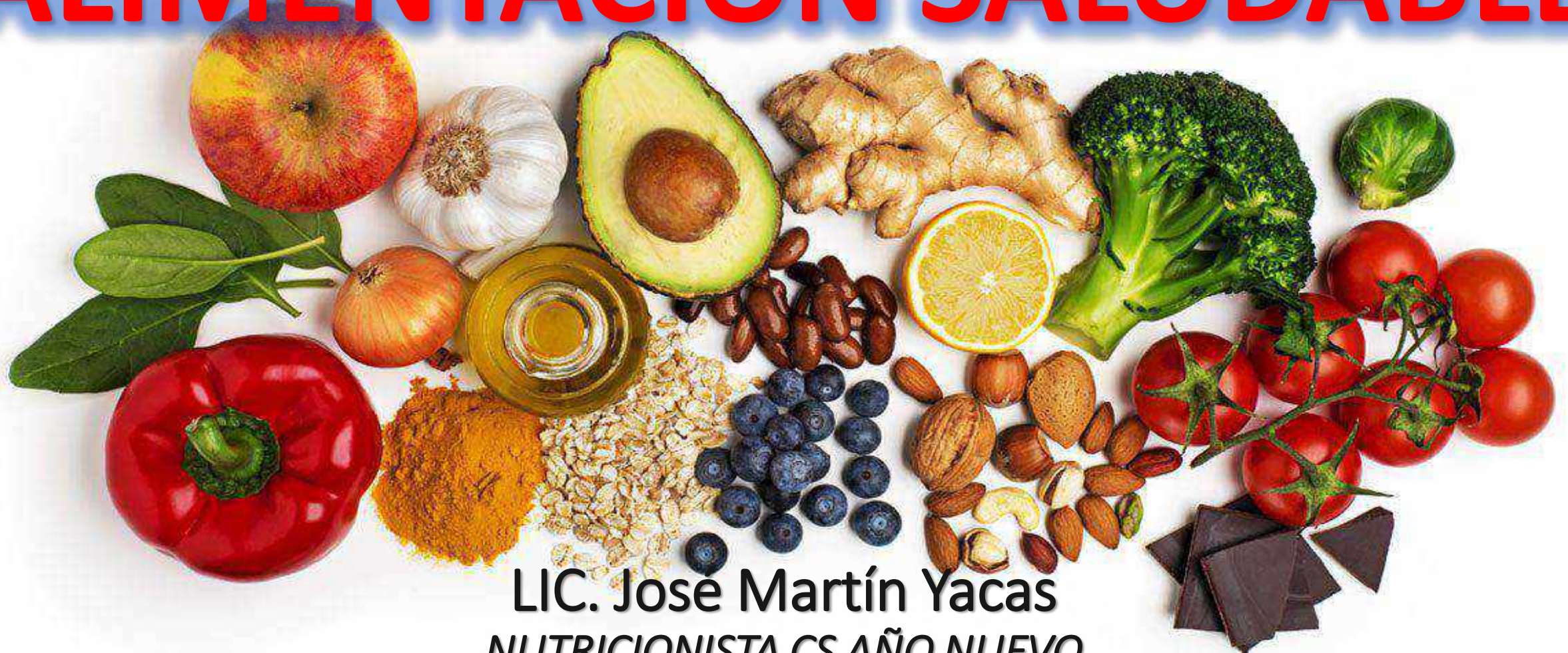
Salud



Lic. MARTÍN YACAS MEDINA
Nutricionista del Centro de Salud Año Nuevo

Mg. VÍCTOR CUADROS MARIÑOS
Psicólogo del Centro Materno Infantil Santa Rosa

ALIMENTACION SALUDABLE



LIC. José Martín Yacas
NUTRICIONISTA CS AÑO NUEVO
DIRIS LIMA NORTE
ESTRATEGIA DE TUBERCULOSIS

El primer punto importante es el incremento de la frecuencia de comidas.

Asegúrate de comer por lo menos **5** veces al día.



OJO: Estas no deben ser comidas voluminosas



Segundo:
Incrementa tu ingesta de
PROTEINAS

Es importante que cada una
de tus comidas tenga una
por lo menos una pequeña
porción de ellas.



Tercero:
Reduce pero NO ELIMINES tu
ingesta de **CARBOHIDRATOS**

Al reducirlos empezaras a
quemar grasa.
Pero CUIDADO!!
La restricción no debe ser muy
drástica ni muy grande



OJO: Elige sobre todo productos integrales



Cuarto:
Incrementa tu consumo de
VERDURAS altas en fibra.

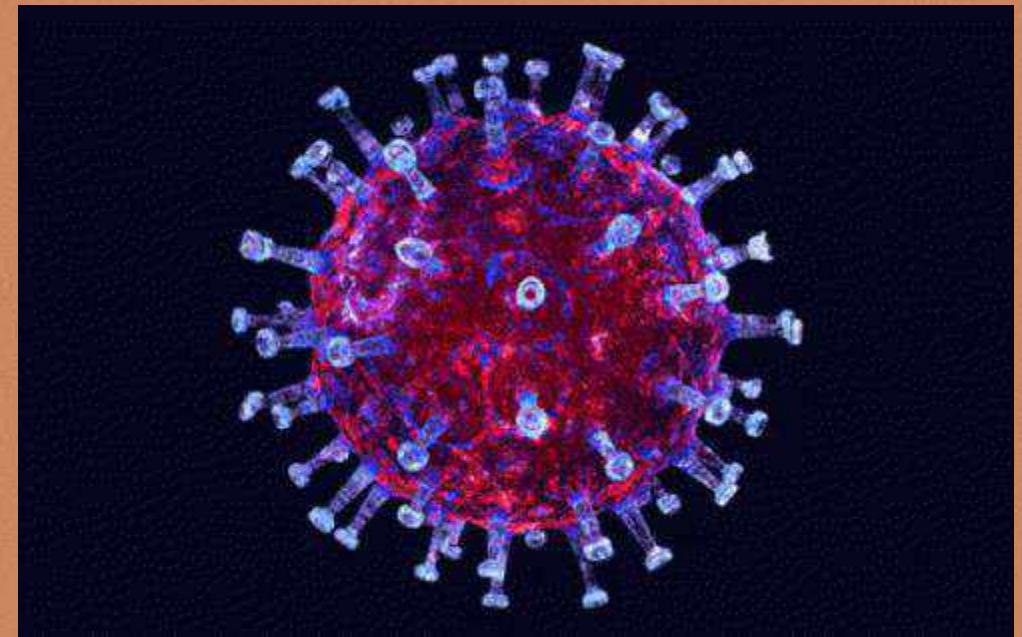
Así gastarás mas energía para
digerirlas que la obtienes de
ella, quemando mas calorías!!



Mantener el cuerpo hidratado, es recomendable beber entre 8 y 10 vasos de agua natural o sin azúcar al día.



Alimentos para tener un buen sistema inmune y prevención de enfermedades



¿Qué debemos incluir en una lonchera saludable?



Hidratantes

Aguas y jugos



Reguladores

Frutas y verduras



Energéticos

Granos y derivados, tubérculos, grasas y azúcares



Constructores

Alimentos de origen animal: lácteos, huevos y carnes.



¿Sabes cuál es la mejor dieta?



·La que te mantiene saludable, en forma y la que puedes conservar para siempre.



Recuerda:

Siempre asesórate de un Profesional en NUTRICION
para que puedas lograr tus objetivos, cuidando tu salud

José Martín Yacas
NUTRICIONISTA



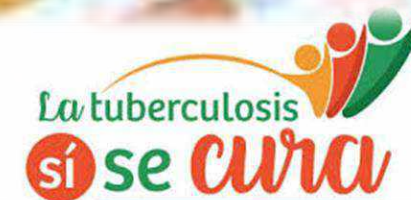


PERÚ

Ministerio
de Salud

Dirección de Redes
Integradas de Salud
Lima Norte

CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL SANTA ROSA



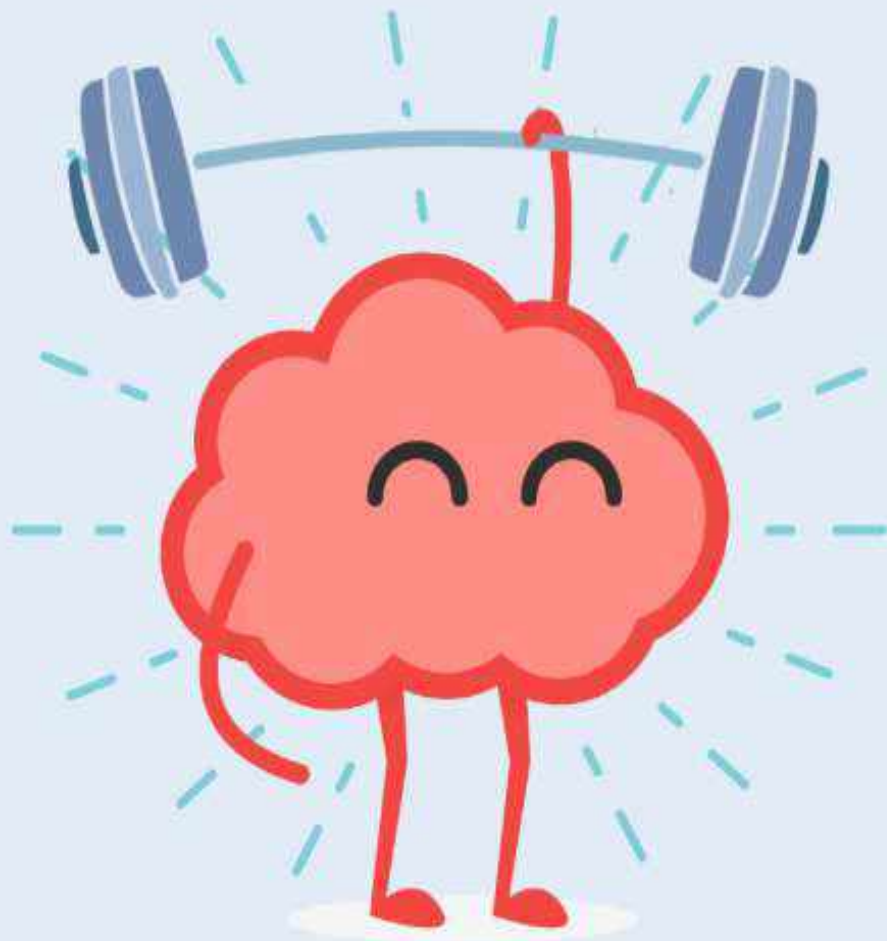
LA SALUD EMOCIONAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA



Mg. Víctor Cuadros Mariños
Especialista en Terapia Cognitivo Comportamental

Salud Mental

Se define como un **estado de bienestar** en el cual el individuo:



Puede afrontar
las dificultades
normales de la
vida

Es consciente
de sus propias
capacidades

Puede trabajar
de forma
productiva

Es capaz de
hacer una
contribución a
su comunidad



Tuberculosis

Es una enfermedad causada por una bacteria (*Mycobacterium tuberculosis*) que afecta principalmente a los pulmones y puede dañar otras partes del cuerpo.



¿Cómo se transmite?

A través del aire, al inhalar bacterias que expulsa la persona con tuberculosis al toser, estornudar o escupir.

Síntomas

- Tos por más de 15 días, a veces con flema y sangre.
- Dolores en el pecho.
 - Fiebre
- Pérdida de peso
- Falta de apetito
- Debilidad

¿Tiene tratamiento?

Si, una combinación de antibióticos durante 6 meses y que por ningún motivo debes interrumpir.





¿Qué han podido observar?

¿Te has identificado con alguna imagen?

¿Qué emoción sentiste al mirar las fotos?

¿Qué pensaste al mirar estas imágenes?

¿Tu cuerpo ha reaccionado al mirar estas imágenes?



Organismo Andino de Salud
Convenio Hipólito Unanue



SECRETARÍA EJECUTIVA
COMISCA
CONSEJO DE MINISTROS DE SALUD DE LOS PAÍSES ANDINO Y REPÚBLICA DOMINICANA



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

SALUD MENTAL EN PERÚ EN EL CONTEXTO COVID 19

Emergencia nacional y aislamiento social obligatorio desde el 16 de marzo hasta el 30 de junio del 2020.





Organismo Andino de Salud
Convenio Hipólito Unanue



SECRETARÍA EJECUTIVA
COMISCA
COMITÉ DE MINISTROS DE SALUD DE LOS PAÍSES ANDINOS



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN EL CONTEXTO COVID-19

3 de 10 personas presentaron sintomatología depresiva.

De este grupo:

4 de 10 presentaron sintomatología asociada a depresión moderada a severa.

1 de 10 refirió ideación suicida.

Perú: Encuesta poblacional sobre Salud Mental durante la pandemia y toque de queda (58,349 personas mayores de 18 años). MINSA-OPS.



(Antiporta, 2020).



Organismo Andino de Salud
Convenio Hipólito Unanue



SECRETARÍA EJECUTIVA
COMISCA
COMITÉ INTERAMERICANO DE COORDINACIÓN Y SERVICIOS ADMINISTRATIVOS



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN EL CONTEXTO COVID-19 EN NIÑOS Y NIÑAS



**1 de cada 4 niños sufre ansiedad por el
confinamiento.**

Save the Children, 2020

Encuesta en 6.000 niños, niñas y familias en Alemania, Finlandia, España, Estados Unidos y el Reino Unido para conocer cómo está afectando la emergencia sanitaria y el confinamiento obligado por el coronavirus a su estado emocional y psicológico



PROBLEMAS SOCIALES QUE IMPACTAN LA SALUD MENTAL EN EL CONTEXTO COVID-19

- Exposición al riesgo del contagio
- Pobreza
- Desigualdades
- Inequidades
- Insuficiente solidaridad y apoyo mutuo
- Corrupción
- Exacerbación de la violencia en el hogar
- Precariedad del sistema sanitario



**¿Qué actividades puedo
Realizar?**



OBJETIVOS

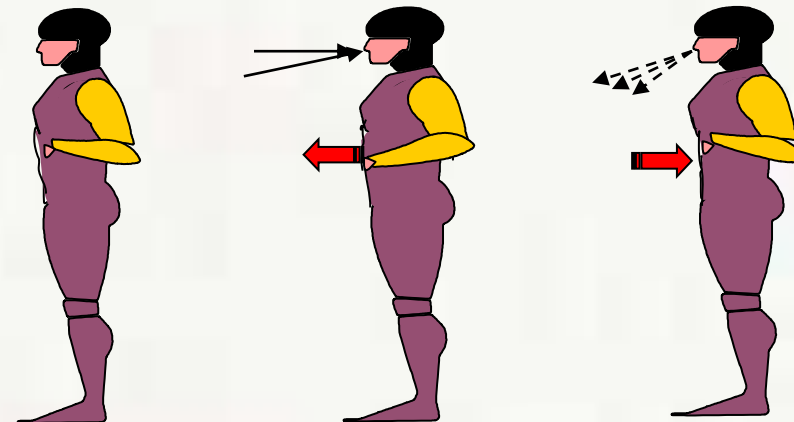
- ☞ Prevenir trastornos osteo musculares causados por los factores de riesgo de cargas estáticas y dinámicas como las posturas prolongadas y los movimientos repetitivos
- ☞ Romper la monotonía laboral, disminuir los niveles de estrés ocupacional y propiciar la integración grupal
- ☞ Tomar conciencia de que la salud mental integral es responsabilidad de cada individuo.
- ☞ Practicar ejercicios para activar la circulación sanguínea contribuyendo a disminuir la fatiga física y mental e incrementar los niveles de productividad.



TÉCNICAS DE RESPIRACIÓN

- La respiración debe ser lo más profunda y rítmica posible.
- Relájese.
- Concéntrese en los músculos y articulaciones que va a estirar.
- Sienta el estiramiento.
- No debe existir dolor
- Realice ejercicios de calentamiento, antes del estiramiento

RESPIRACION ABDOMINAL



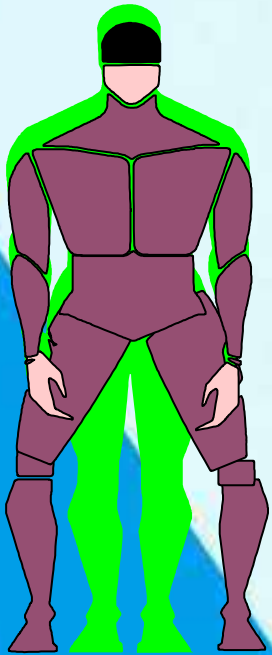
ESTIRAMIENTO

CABEZA - CUELLO

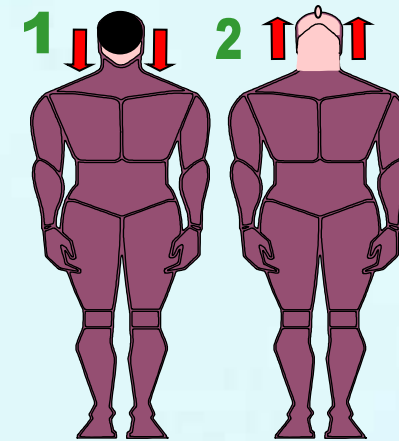


1

Gire su cabeza a la derecha -como si tratara de mirar su espalda- y sostenga esa posición por cinco segundos, vuelva la cabeza al centro y cambie hacia el lado contrario. Repita el ejercicio tres veces de cada lado.



Lleve su cabeza hacia atrás, como si tratara de mirar el cielo, sostenga esa posición por cinco segundos, vuelva la cabeza al centro, y baje lentamente la cabeza como si tratara de mirar el suelo sostenga por cinco segundos. Realice tres repeticiones hacia cada lado.



2

ESTIRAMIENTO

EJEMPLOS DE PAUSAS ACTIVAS QUE SE PUEDE REALIZAR EN POSICION SENTADO...

Sentado con la espalda recta, contraiga los músculos del abdomen durante diez segundos, suelte los músculos. Repita tres veces.



1



2

Con la espalda recta, estirar los brazos hacia delante y entrelazar los dedos, las palmas de las manos deben estar hacia fuera, sostener durante diez segundos y repetir tres veces.

Recomendaciones para disminuir mi ansiedad



Reduce el tiempo que pasas en redes, viendo noticias y leyendo sobre el tema

Establece horarios para mantenerte estrictamente informado, pasar mucho tiempo activa tu preocupación.



Recomendaciones para disminuir mi ansiedad



Establece una rutina de autocuidado

- Aliméntate sanamente
- Mantente Hidratado
- Descansa



- Ejercicio físico (bailar, brincar la cuerda, etc.)
- Meditación



- Consulta con un profesional de salud mental.
- Expresa lo que sientes, date permiso
- Expresa gratitud
- Pide ayuda



- Conéctate con otras personas, familia, amigos.
- Arregla tu espacio personal



Recomendaciones para disminuir mi ansiedad



Técnicas de distracción

- Describe los detalles de los objetos que veas a tu alrededor.
- Trae a tu mente recuerdos de momentos agradables.
- Puedes imaginar que te encuentras en un lugar agradable y seguro mientras respiras profundo.
- Has tareas numéricas (cuenta del 100 al 0).



Recomendaciones para disminuir mi ansiedad



Realizar ejercicios

- Mueve tu cuerpo, esto puede ayudar a mejorar tu salud mental porque reduce la ansiedad, depresión y un estado de ánimo negativo. Al realizar ejercicio de forma recurrente, puedes mejorar tus funciones cardio pulmonares y reducir el riesgo de sufrir una enfermedad crónica.



¿Qué hacer si tienes niños o adolescentes en mi hogar?

¿Cómo puedes ayudarles?

- Primero, conserva la calma. **Los niños copian nuestras reacciones.** Mantén una conversación abierta con tus hijos para hacerles entender qué está pasando de una forma serena y segura.
- Reconoce y valida sus emociones. Escúchales y hazles saber que están seguros, que es una situación temporal y que es normal que sientan lo que sienten. **Verbaliza juntos esas emociones y darles un nombre.**
- Ayúdales también a diferenciar entre rumores y información verificada. Debes vigilar además que están en contacto con contenidos adecuados y lenguaje acorde a su edad.
- **Fomenta la empatía, la inclusión, la tolerancia y la no discriminación.**





**LA SALUD SE CREA DONDE
SE VIVE, SE TRABAJA,
SE JUEGA, SE AMA...**



Antonovsky



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

PREGUNTAS



Chat



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

BLOQUE IV



Ideas Fuerza- Compromisos



PERÚ

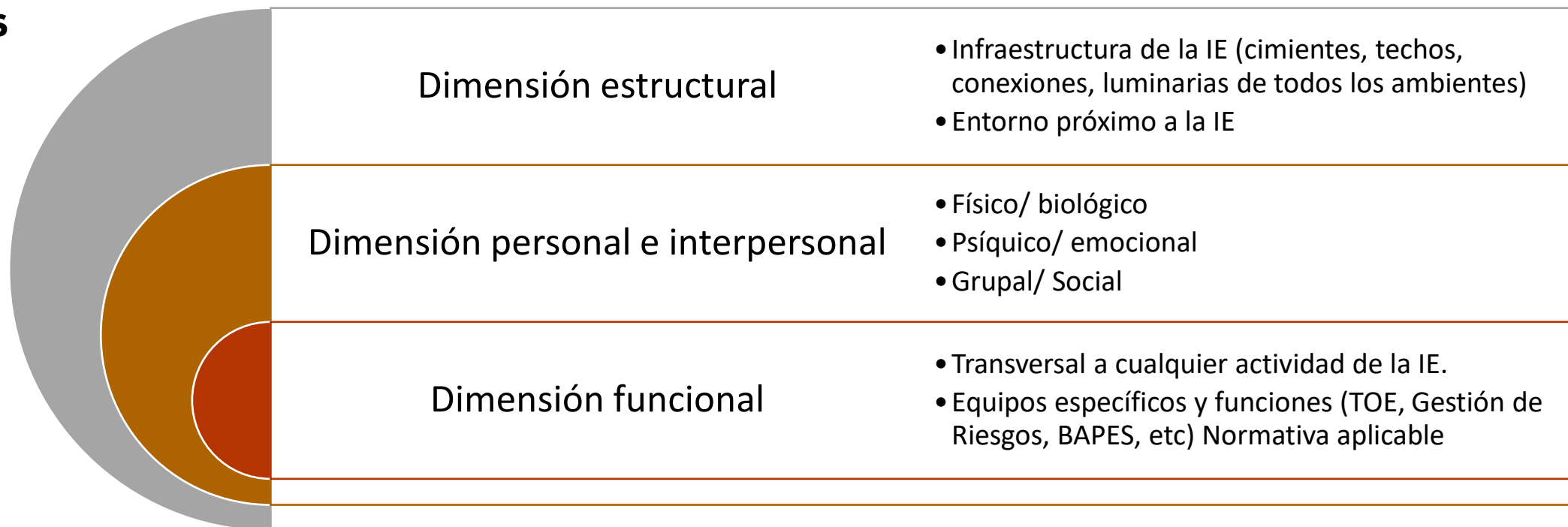
Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

¿A QUÉ NOS REFERIMOS EXACTAMENTE AL HABLAR DE SEGURIDAD?

DIMENSIONES DE LA SEGURIDAD



CONSIDERACIONES

No es estática

- Capacidades de sus individuos
- Factores contextuales

Características propias

- Riesgos particulares de cada IE (cómo los afronta)
- Recursos para establecer medidas y actividades

Recomendaciones

- Analizar la interrelación entre sus componentes organizativos (favorecen /dificultan).
- Promover la comunicación entre todos los estamentos.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Ideas fuerza



En su opinión ¿Qué medidas de seguridad y salud considera prioritarias fortalecer en su IE o con su comunidad educativa para hacer frente a los retos que nos impone la educación a distancia y/o presencial?, ¿Por qué es importante?





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Respondemos en el PADLET

Mis compromisos

TALLER DE SEGURIDAD Y SALUD EN LA ESCUELA



<https://padlet.com/elizabethchuquin1/c4tvgvyr0sm3u1rz>



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



ENCUESTA DE SATISFACCIÓN TALLER SEGURIDAD Y SALUD EN LA ESCUELA

REFERENCIA: OFICIO MÚLTIPLE N.º 000498 -2021-MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-ASGESE

Estimado/a su opinión es muy importante sus respuestas a las siguientes preguntas de la encuesta.

<https://forms.gle/73uq9oGfUyUBPWeP6>



GRACIAS

Área de Supervisión y Gestión del Servicio Educativo