



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de Gestión
Educativa Local N° 02

Área de Supervisión y
Gestión del Servicio
Educativo

"Decenio de la Igualdad de oportunidades para mujeres y hombres"

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

San Martín de Porres, 23 de junio de 2021

ESSE2021-INT-0044344

OFICIO MÚLTIPLE N° 00024-2021-MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-ASGESE-ESSE

Señores (as):

Directores (as) de la UGEL 02

Presente. –

Asunto : Difusión del material de trabajo de la "Conferencia Magistral de salud mental en los tiempos del coronavirus"

Referencia : - PLAN DE TRABAJO 2021 –ASGESE
- OFICIO MÚLTIPLE N° 396 - 2021– MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-ASGESE
- ESSE2020-INT-0041759

De mi consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarlo(a) cordialmente y en el marco del Plan de trabajo 2021 del Área de Supervisión y Gestión del Servicio Educativo de la UGEL 02 difundir el material de trabajo utilizado en la *"Conferencia Magistral de salud mental en los tiempos del coronavirus"*, dirigida a los directivos y coordinadores de las 22 Redes Educativas Institucionales, realizada el 16 de junio de 2021, a las 3:00pm., a través de la plataforma Microsoft Teams.

Al respecto, siendo la temática abordada muy significativo y de vital importancia en el contexto en el que nos encontramos por motivo de la pandemia por COVID-19, es necesaria ser replicada en las instituciones educativas de nuestra jurisdicción.

En tal sentido, se remite el referido material para ser difundido y socializado con los miembros de su comunidad educativa (ANEXO 01).

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para expresar los sentimientos de mi especial consideración y estima.

Atentamente,

Firmado digitalmente

Lic. MARLENY LAZARO PORTA

Jefe del Área de Supervisión y Gestión del Servicio Educativo
ASGESE - UGEL 02 (*)

(*) Se suscribe el presente documento en mérito a las facultades y atribuciones delegadas por la directora de la entidad. Lic. ANABEL ALICIA POMA PORRAS, mediante Resolución Directoral UGEL02 N°05691-2021 de fecha 10 de junio del 2021.

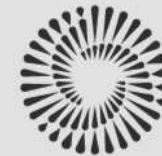


PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

CONFERENCIA MAGISTRAL

“SALUD MENTAL EN LOS TIEMPOS DEL CORONAVIRUS”

OFICIO MÚLTIPLE N° 396 - 2021 – MINEDU/VMGI-DRELM-UGEL.02-ASGESE



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

OBJETIVO

Sensibilizar a los directivos de las instituciones educativas de la UGEL 02 sobre la importancia del cuidado de la salud mental y el impacto del contexto de pandemia por COVID-19.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

Dinámica Socioemocional

“¿CÓMO ES TU HISTORIA?”



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

“No solo es importante la experiencia que vivimos....
Sino cómo la vivimos y lo que hacemos con ella”



“Los retos de la vida no están ahí solo para
paralizarnos, sino también para ayudarnos a
descubrir quienes somos y reconocer los recursos
con los que contamos”

Y Ahora

¿Cómo quieres escribir tu historia?



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Dr. MARTÍN NIZAMA-VALLADOLID

Médico especialista en Salud Mental, Psiquiatría, Familia y Adicciones

Prof. Principal de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

Psiquiatra del Staff de la Torre de Consultorios Anglo Americana. San Isidro.

Director de la Clínica Nizama, especializada en adicciones.

16-06-2021





PERÚ

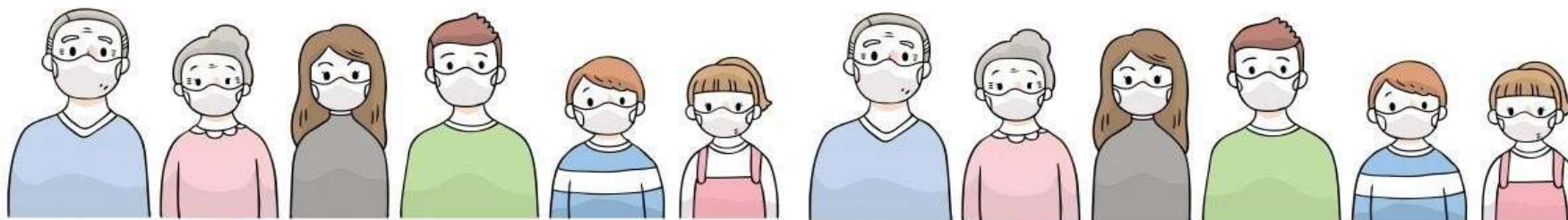
Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021



SALUD MENTAL EN LOS TIEMPOS DEL CORONAVIRUS

INTRODUCCIÓN

El estado de estrés, miedo e incertidumbre sostenible que sufre actualmente la sociedad global por causa del apocalipsis pandémico de COVID-19 y sus variantes mutacionales, ha quebrantado drásticamente la salud mental de la humanidad en todos los países del orbe. Cotidianamente, con vehemencia, la gente se pregunta por doquier ¿y, ahora qué va a pasar?; obviamente que nadie tiene la respuesta; puesto que tras el rebrote y la Segunda Ola ya padecemos la Tercera Ola. La crisis humanitaria estimula en el imaginario social el acontecimiento de hechos funestos e imprevisibles con grandes expectativas de sufrimiento individual, familiar y comunitario. Los millones de personas contagiadas, casos infectados y de muertos crecen aceleradamente día a día, generándose una percepción apocalíptica con impotencia, evasión al refugio hedonista, duelos, fatalismo, desesperanza e irresponsabilidad autodestructiva contra la vida y la salud en grandes sectores de la población...



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...INTRODUCCIÓN

La pandemia, cuya expansión carece de precedentes en la historia de la civilización, ha desencadenado una crisis humanitaria total que ha obligado al humano a refugiarse en el domicilio, dejando a la naturaleza libre de su presencia devastadora y contaminadora. Sin embargo, el virus lo acosa de manera implacable provocando pánico colectivo y retraimiento social global. Así, mientras el humano se ha autoaislado protegiéndose de la pandemia, la madre naturaleza ha retornado a los espacios abandonados por él, evidenciando una recuperación esplendorosa y prodigiosa procreatividad. La pandemia de Covid-19 se inició el 31-12-2019 en la ciudad de Wuhan (China). El 6-3-2020 se diagnosticó el primer caso infectado en Lima. A mediados de diciembre del 2020 llegó al Perú la 2da. Ola de Covid-19. A fines de marzo del 2021 ya se anunciaba la presencia de la 3ra. Ola de Covid-19 en el país con variantes mutacionales cada vez más agresivas y letales. En junio-21, la variante Delta o Hindú que ingresó por Arequipa. En la Nueva Normalidad que vive la humanidad el estrés pandémico ha causado la siguiente zozobra social global:





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

ZOZOBRA SOCIAL GLOBAL

- Miedo colectivo mayoritario al contagio de Covid-19 y sus variantes
- Inicialmente, incredulidad social y de los gobernantes, sobre la magnitud de la pandemia.
- Al comienzo, subestimación de la letalidad del virus en el ámbito social y entre los gestores políticos.
- Retraso en las acciones de salud por parte de la mayoría de gobiernos del mundo.
- Sentimiento de indefensión ante la alta velocidad de contagio del coronavirus.
- Angustia por la vertiginosa expansión exponencial del contagio.
- Estrés insoportable por el aislamiento social obligatorio en el domicilio...



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

... ZOZOBRA SOCIAL GLOBAL

- Inicialmente, inadaptación y resistencia al distanciamiento social, luego adaptación.
- Impotencia porque las políticas de contención no frenaron la curva epidemiológica de crecimiento del contagio masivo.
- Respuesta irresponsable a la pandemia en sectores sociales, mediáticos y políticos oscurantistas.
- Al comienzo de la pandemia hubo compras de pánico y acaparamiento, provocando escasez de productos alimenticios.
- Angustia por el colapso de los sistemas de salud públicos y privados. No hay camas hospitalarias, en Emergencia ni en UCI.
- Sufrimiento social por la súbita e imprevista parálisis económica y de la producción con severos indicadores de desempleo...



...ZOZOBRA SOCIAL GLOBAL

- Visibilización del síndrome de idiotización de gente que se cree inmune o privilegiada con protección divina, evidenciando irresponsabilidad, desacato, soberbia, indisciplina, oscurantismo, estulticia y anomia irreductibles.
- Desembalse de la delincuencia y criminalidad con asaltos en la calle, domicilios, centros comerciales y académicos, mercados, hoteles e instituciones públicas y privadas.
- Incremento del estrés, ansiedad, depresión, crisis de pánico, hipocondría, adicciones, TEPT, psicosis, TB, suicidio.
- Impotencia ante el avance indetenible de la pandemia...





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ZOZOBRA SOCIAL GLOBAL

- Desamparo económico al no poder laborar por el cierre de empresas, despidos masivos y escasas oportunidades de empleo.
- Hambre en la población pobre, de extrema pobreza y en estado de abandono social e indigencia que pernoctan en la calle.
- Desolación por falta o insuficiente abastecimiento de la vacuna
- Temor por la inexistencia de tratamiento médico específico contra la infección viral.
- Miedo personal a morir o por la posible pérdida de seres queridos.
- Miles de duelos por la muerte de familiares a causa de Covid-19.
- Insuficiente cobertura nacional de las acciones de salud pública.
- Presagios negativos, pesimismo, tristeza y desesperanza colectiva.
- Horizonte sin futuridad.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

EVOLUCIÓN DE LA CRISIS HUMANITARIA EN EL PERÚ

La pandemia global tiene más de un año y medio de duración con millones de contagiados, casos infectados y muertos en todo el orbe, lo cual ha provocado estrés, miedo e incertidumbre generalizada. En el Perú, el estrés colectivo se intensificó por el aislamiento social obligatorio en el domicilio dispuesto por el gobierno a partir del 16-3-20, que el común de la gente se negó a acatar, desobedeciendo las disposiciones preventivas del Estado de Emergencia Sanitaria y la Cuarentena, en el contexto de la Crisis Humanitaria mundial. Entonces, el gobierno impuso el toque de queda todo el día sábado 2 de mayo. Dos días después, el lunes 4, debido a una serie de factores de contingencia como la cuarentena mandatoria y la creciente tensión social por la insatisfacción de necesidades básicas, se produjo un explosivo desembalse de estrés acumulado durante el prolongado confinamiento domiciliario...



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...EVOLUCIÓN DE LA CRISIS HUMANITARIA EN EL PERÚ

Ese lunes 4-5-2020, la población salió despavorida del encierro domiciliario a comprar productos alimenticios en los mercados de abastos más populosos de las urbes, desafiando a la autoridad nacional y local. Hacinaron los medios de transporte público, incumplieron el distanciamiento personal, transgredieron las normas del aislamiento social obligatorio e irrespetaron a las autoridades policiales, militares y ediles, insultándolas y agrediéndolas.

Así, los mercados de abastos, el transporte público y la circulación monetaria se convirtieron en los principales focos de transmisión viral con elevadas tasas de contagio e infección en las poblaciones más vulnerables. Entonces, la pandemia se salió de control y la casuística de infectados se extendió de modo alarmante en el ámbito nacional, afectando mayormente a las comunidades carentes de servicios sanitarios y de bajos ingresos económicos.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...EVOLUCIÓN DE LA CRISIS HUMANITARIA EN EL PERÚ

Con el sistema de salud colapsado en el país, la atención médica quedó paralizada parcialmente y la salud colectiva en condición de desamparo. Esta situación es hipercriticada en modo psicopático por políticos y ex-funcionarios que anteriormente, por décadas, fueron gobierno y mantuvieron a la salud pública en situación de abandono evidenciando insensibilidad, sujeción a la corrupción, nula vocación de servicio y un aprovechamiento voraz de los cargos públicos en beneficio personal y de intereses corruptos subrepticios.

Durante los dos primeros meses de cuarentena la población cumplió parcialmente las normas del autoaislamiento domiciliario en Lima y en menor proporción en el interior del país. De modo que, cuando el gobierno prolongó la cuarentena hasta el 30-6-20, luego el Estado de Emergencia Sanitaria hasta el 7 de setiembre del mismo año, debido a la expansión vertiginosa del virus, las autoridades perdieron el control social del país.

...EVOLUCIÓN DE LA CRISIS HUMANITARIA EN EL PERÚ

Fue así como los mercados de abastos comenzaron a funcionar y el transporte público a normalizarse; al igual que la circulación peatonal en las calles; la delincuencia y criminalidad se desbocaron. El hampa criminal había permanecido en un calculado retiro silente, esperando el momento oportuno para retornar a su quehacer delictivo. Sin embargo, el impulsor del desbande de los sectores populares y marginales para quebrantar la cuarentena, fue la urgencia impostergable de satisfacer necesidades básicas de subsistencia como alimentación y trabajo, formal e informal, en aras de ingresos económicos para el sustento diario; puesto que carecen de ahorros y otros recursos de supervivencia.

Así, el gobierno perdió el manejo de la crisis humanitaria. La pandemia se desbordó y la tasa de mortalidad tiene muy pobre registro en un sistema de salud colapsado. La falta de educación en los sectores populosos fue la condición propicia para el estallido pandémico sin precedentes en la historia sanitaria peruana. A mediados de diciembre-2020 llegó al país la 2da. Ola de Covid-19, mucho más agresiva, expansiva y tanática.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...EVOLUCIÓN DE LA CRISIS HUMANITARIA EN EL PERÚ

El primer lote de 300 mil vacunas Sinopharm procedente de China ingresó al Perú el 7-2-21, desatándose una indignante cadena de corrupción por la vacunagate que involucró al estamento científico, académico, político y burocrático respectivo. Los lotes de vacunas siguen llegando al país a cuenta gotas, por lo que la población vulnerable se encuentra en la indefensión. El 3 de abril se reconoció la presencia de la 3ra. Ola de Covid-19 en Piura, cuya variante mutacional brasileña es aún más invasiva, agresiva y letal, provocando pánico colectivo.

El Perú, tiene la mayor tasa de morbilidad y mortalidad por la pandemia de COVID-19 en Latinoamérica y una de las más altas del mundo; hecho que amerita una rigurosa autoevaluación de la Salud Pública nacional. Por su lado, la población se muestra incapaz de afrontar comunitariamente una enfermedad comunitaria por falta de unidad, trabajo en equipo y un preexistente estado de abandono de la Salud Pública durante los 200 años de vida Republicana.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

IMPACTO MÓRBIDO DE LA PANDEMIA

La pandemia provoca efectos catastróficos en la salud mental global y nacional. Al inicio produjo un impacto de miedo, estrés, dolor, sufrimiento, fatalismo, desolación, desesperanza, TEPT y duelos por la pérdida de miles de vidas a causa del apocalipsis pandémico, lo cual ha generado impotencia y bloqueo emocional cognitivo, con pérdida del horizonte de futuridad en mucha gente afectada por la prolongada crisis humanitaria. Continuó el desborde de procesos mórbidos epidémicos como ansiedad, crisis de pánico, depresión, suicidio, psicosis, adicciones e hipocondría. Igualmente, regresión social al primitivismo cavernícola, bestializado y reptiliano de la delincuencia y violencia brutal, vinculadas a la criminalidad y homicidios macabros en el contexto de una creciente cultura tanática.

Como **secuela**, en el Perú se pusieron de moda los eventos sociales clandestinos, “Fiestas Covid”, con alcoholización masiva y policonsumo de otras drogas; al igual que libertinaje y desenfreno. La 1ra. tragedia en estas fiestas fue en el distrito de Los Olivos de Lima (22-8-20) donde hubieron 13 muertos por aplastamiento y asfixia. Unos 120 jóvenes desacataron irresponsablemente el Toque de Queda y el Estado de Emergencia Sanitaria, exponiéndose temerariamente a un inconsciente suicidio colectivo.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...IMPACTO MÓRBIDO DE LA PANDEMIA

Por ello, urge la necesidad de iniciar un proceso de reorganización social intensiva destinada a la construcción de una nueva normalidad con esencia humana, centrada en la familia y en el amor profundo a la madre naturaleza; al igual que la convivencia en una sociedad comunitaria sustentada en la educación. Sin embargo, la recuperación de la sociedad peruana será un proceso muy lento y progresivo que durará varias décadas, lo cual demandará una conducción social sostenible con liderazgos fuertes en el ámbito nacional.



ACCIONES DE SALUD MENTAL DE ABORDAJE HOLÍSTICO

ACCIONES

- INDIVIDUALES
- FAMILIARES
- SOCIALES Y LABORALES
- MEDIÁTICAS
- ECOLÓGICAS
- DEL ESTADO





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

INDIVIDUALES

- Con la mayor responsabilidad evitar todo riesgo de contagio del virus.
- Poseer mente positiva, siempre.
- Paz interior, equilibrio emocional, fortaleza y resiliencia.
- Conducirse con serenidad en toda circunstancia.
- Ser empático y compasivo con el prójimo.
- Lectura compartida de literatura culta y educativa.
- Escuchar música clásica diariamente por su efecto relajante.
- Entretenimiento con hobbies personales y familiares...

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

...Individuales

- Ejercicios de respiración diarios: 15 min. M-T-N, antes de cada comida para la oxigenación cerebral.
- Ejercicios físicos diarios: 15 min. M-T-N antes de cada comida.
- Ejercicios de meditación diarios: 15 min. al despertar y antes de dormir.
- Cuerpo relajado para incrementar las defensas inmunológicas contra el Covid-19 y sus variantes mutacionales.
- Control semanal del peso corporal al amanecer, antes del desayuno para incrementar la autoestima.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

FAMILIARES

- Proteger a los miembros con mayor riesgo de contagio del virus.
- Cultivar el nido familiar cotidiano con amor profundo y sostenible.
- Mantener el clan familiar fuertemente unido contra la amenaza viral.
- Comer juntos sobriamente y hacer sobremesa. No, cada uno por su lado.
- Contacto sensorial con los 5 sentidos: Visual, auditivo, olfato, gusto y tacto.
- Diálogo familiar auténtico: Intensivo, gratificante y saludable. Reír y gozar.
- Conocer el mundo interior de cada uno. No tratarse como desconocidos.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

...Familiares

- Excluir temática de la pandemia de conversaciones cotidianas del hogar.
- Apagar TV basura, cloacal y alienante. Produce síndrome de idiotización.
- No oír repetición de noticias sadomasoquistas, macabras y tanáticas.
- Rechazar el morbo mediático impuesto por el ranting y las tandas publicitarias.
- Proscribir la robotización digital. Deshumaniza y primitiviza al individuo.
- Lectura compartida de obras de literatura infantil, juvenil y de adultos.
- Escuchar música clásica a volumen suave durante el día. Es relajante.
- Realizar actividades de esparcimiento grupal contra el estrés, la vacuidad y el aburrimiento.



PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

SOCIALES Y LABORALES

- La pandemia está poniendo fin a la sociedad materialista, consumista, hedonista, banal, de la apariencia y deshumanizada: "Cultura del envase", "sociedad líquida", "sociedad hueca" y de "vivir para afuera".
- Reencuentro y reconciliación del humano con la madre naturaleza.
- Rehumanización total y profunda para recuperar la sociedad natural.
- Aprender a convivir con la madre naturaleza respetándola y preservándola.
- Cumplir con el distanciamiento social de dos metros mínimo...





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

...**Sociales y laborales**

- Condena pública a los inductores del síndrome de idiotización social.
- Solidaridad con los infectados. No estigmatizarlos ni abandonarlos.
- Proscribir la divulgación de información apocalíptica de la pandemia.
- Unidad y responsabilidad social activa contra la expansión del virus.
- Educar en salud mental a todos los estamentos sociales y laborales.
- Promover el bienestar del trabajador con un clima laboral grato.
- Prodigarse respeto, empatía, dignidad. Compartir felicidad cotidiana.
- Cultivar nido laboral, amical y social. Desarrollar identidad y mística.
- Trabajo en equipo, liderazgo empático e inteligencia emocional.
- Principal fortaleza institucional es la integración del RRHH.
- Desarrollar la cultura de realización personal.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

MEDIÁTICAS

- Condenar la desinformación y repetición morbosa de noticias pandémicas.
- Desconectarse de la difusión de alarmas sociales sobre la pandemia.
- Demandar información veraz, seria y responsable, sin ruido mediático.
- Acostumbrarse a **apagar** TV cloacal: Produce síndrome de idiotización
- Eliminar noticias y mensajes mórbidos contenidos en redes sociales.
- Denunciar maniobras anéticas perpetradas por autoridades corruptas.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

ECOLÓGICAS

- Tener vida equilibrada con la madre naturaleza, respetándola y conservándola.
- Erradicar la deforestación, depredación y la contaminación ambiental.
- Penalizar el extractivismo minero desmesurado, la minería y pesca ilegal, tala indiscriminada y caza furtiva de animales silvestres en riesgo de extinción.
- Cultivar jardines en el hogar, centros laborales, educativos y áreas urbanas.
- Paseos regulares de contacto con la madre naturaleza, disfrutándola plenamente.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

DEL ESTADO

- Promover la reconciliación plena del humano con la madre naturaleza, mediante la educación de los niños en el hogar y la escuela.
- Liderazgo del jefe de Estado posicionado en el frente de guerra contra la pandemia.
- Convocar el apoyo de los políticos a la lucha del gobierno contra el flagelo pandémico.
- Censurar el aprovechamiento, oportunismo, ventajismo y la demagogia populista.
- Sanción inmediata y drástica a los funcionarios y autoridades corruptas...





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...ACCIONES DE SALUD MENTAL CON ABORDAJE HOLÍSTICO

...Del Estado

- Impedir el colapso de los Servicios de Salud, públicos y privados.
- Asegurar presupuesto suficiente para la cobertura de la demanda de salud
- Buscar y detectar casos infectados en estado de abandono e indigencia.
- Brindar a la población información clara y oportuna sin cálculo, maquillaje ni ocultamientos adrede.
- Despolitizar las acciones del Estado en el manejo de la pandemia y sus secuelas.
- Gobernantes y gestores transmitir confianza, optimismo, fortaleza, fe y esperanza a la población.

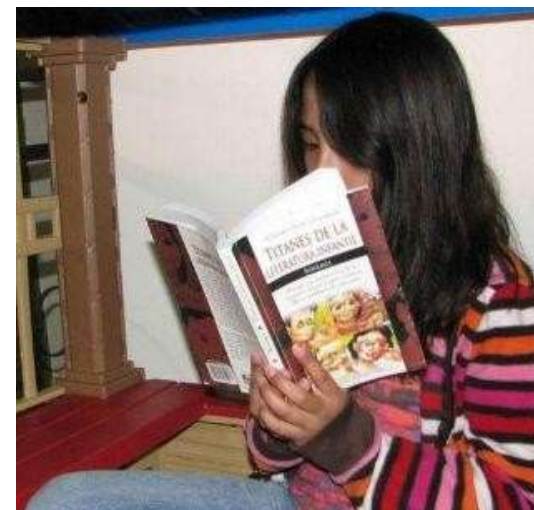
CONSTRUIR UNA NUEVA NORMALIDAD

Tras el apocalipsis pandémico, el Perú necesita construir una nueva normalidad que sustente un futuro con esperanza, lo cual demanda el compromiso de toda la nación sólidamente unida con perspectiva de futuridad a corto, mediano y largo plazo, cuyas vigas maestras sean:

- ✓ Asumir la ruta de la **EDUCACIÓN**
- ✓ Apertura de la frontera mental
- ✓ Desarrollar la sociedad ética
- ✓ Reposicionar a la familia como célula básica de la sociedad
- ✓ Cultivar la esencia humana
- ✓ Aprender a vivir para adentro y no sólo vivir para afuera
- ✓ Empoderamiento de sí mismo
- ✓ Desarrollar pensamiento crítico y autocrítico
- ✓ Privilegiar la vida comunitaria sobre el individualismo narcisista
- ✓ Desarrollo humano holístico
- ✓ Sentido de existencia
- ✓ Visión de futuro
- ✓ Aprender a ser feliz.

OBRAS DE LITERATURA UNIVERSAL RECOMENDADAS PARA LEER

El hábito de la lectura culta y erudita libera a las neuronas del síndrome de idiotización televisiva y de la alienación internalizada por la sociopatía prevaleciente. La lectura tiene poder relajante y conecta al lector disciplinado con su universo interior, disfrutando momentos de felicidad personal y compartida. Es un hábito cotidiano practicado en familia. Entre la vasta cantidad de obras de literatura universal existentes se puede comenzar con las siguientes, según rango etario.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

OBRAS DE LITERATURA UNIVERSAL RECOMENDADAS PARA LEER

INFANTILES

- Corazón. Edmundo de Amicis
- El Principito. Antoine Exupéry
- Mi Planta de Naranja Lima. José Mauro de Vasconcelos
- Juan Salvador Gaviota. Richard Bach
- Peter Pan. J.M. Barrie
- Las Aventuras de Pinocho. Carlos Collodi
- Cuentos de Andersen
- Cuentos de Perrault
- Cuentos de los Hermanos Grimm
- Cuentos de Canterbury. Geoffrey Chaucer
- El Caballero Carmelo. Abraham Valdelomar
- Paco Yunque. César A. Vallejo Mendoza
- Un Viaje. Felipe Pardo y Aliaga.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

...OBRAS DE LITERATURA UNIVERSAL RECOMENDADAS PARA LEER

JUVENILES

- Los Jefes. Mario Vargas Llosa
- Todas las obras de Julio Verne
- El Hombre Mediocre. José Ingenieros
- Infancia, Adolescencia y Juventud. León Tolstoi
- El Viejo y el Mar. Ernest Hemingway
- Taras Bulba. Nicolás Gogol
- María. Jorge Isac
- La Ciudad y los Perros. Mario Vargas Llosa.



...OBRAS DE LITERATURA UNIVERSAL RECOMENDADAS PARA LEER

ADULTOS

- Las Mil y Una Noches. Anónimo
- La Ilíada. La Odisea. Homero
- La Eneida. Virgilio
- La Divina Comedia. Dante Alighieri
- La Guerra y la Paz. León Tolstoi
- El Jugador. Los Hermanos Karamazov. Humillados y Ofendidos. Crimen y Castigo. El Sepulcro de los Vivos. El Eterno Marido. Fiódor Dostoiévski
- La Madre. Máximo Gorki
- Decameron. Giovanni Bocaccio
- Los Tres Mosqueteros. El Conde de Montecristo. A. Dumas.
- Los Miserables. El Jorobado de Notre Dame. Víctor Hugo
- El Arte de Ser Humano. Confucio.
- La República. Los Diálogos Socráticos. Alegoría de la Caverna,...





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02

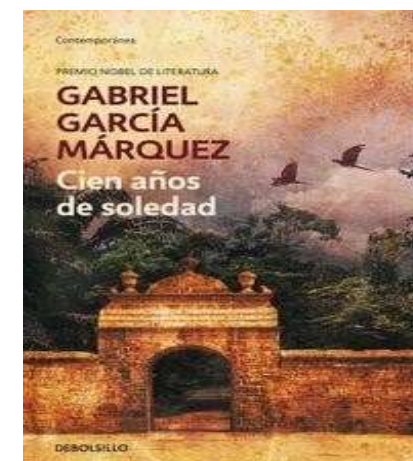


BICENTENARIO
PERÚ 2021

...OBRAS DE LITERATURA UNIVERSAL RECOMENDADAS PARA LEER

...Adultos

- El Banquete. El Fedón. Apología de Sócrates. Criticón. Gorgias: Platón
- Política. Ética a Nicómaco. Acerca del Alma. Poética. Retórica: Aristóteles
- El Arte de la Guerra. Tzun Zu
- El Príncipe. Macchiavello
- Tao Te-King. Lao Tsé
- El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha. Miguel de Cervantes Saavedra
- El Arte de Ser Feliz. Arthur Schopenhauer
- El Arte de la Felicidad. Dalai Lama
- Cien Años de Soledad. Gabriel García Márquez
- Conversación en la Catedral. Mario Vargas Llosa.
- La Serpiente de Oro. Los Perros Hambrientos. El Mundo es Ancho y Ajeno: Ciro Alegría
- Los Ríos Profundos. Todas las Sangres. Yawar Fiesta. El Zorro de Arriba y el Zorro de Abajo. El Sexto: José María Arguedas.
- Los Heraldos Negros. Trilce. Poemas humanos. Tungsteno. España¹ aparta de mi este cáliz: César A. Vallejo Mendoza.





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021

GRACIAS MAESTROS DEL PERÚ SUFRIDO





PERÚ

Ministerio
de Educación

Dirección Regional
de Educación
de Lima Metropolitana

Unidad de
Gestión Educativa
Local N° 02



BICENTENARIO
PERÚ 2021



PERÚ

Ministerio de Educación
UGEL N° 02

GRACIAS

Área de Supervisión y Gestión del Servicio Educativo