

Facultad de Educación y Humanidades  
Departamento de Ciencias de la Educación  
Magíster en Pedagogía para la Educación Superior



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

**Conocimiento que poseen los estudiantes de Pedagogía  
en Educación Básica y Educación Parvularia sobre el  
Auto-cuidado**

POR LILIAN RAMOS VIGUERAS

Directora de tesis: Dra. Susan Sanhueza Henríquez

Tesis presentada a la Facultad de Educación de la Universidad del Bio Bio para  
optar al grado de Magíster en Pedagogía para la Educación Superior

Chillán, Junio de 2015

# Índice

<b>PARTE I: INVESTIGACION</b>	<b>Pág.</b>
INTRODUCCIÓN	5
CAPITULO 1	
<b>1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	7
1.1 Antecedentes del problema	8
1.2 Planteamiento del problema	10
1.3 Justificación del problema	11
1.4 Preguntas de investigación	12
1.5 Hipótesis de investigación	12
1.6 Objetivos de investigación	13
1.7 Definición de variables	14
CAPITULO 2	
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	15
2.1 Auto-cuidado. Aproximación conceptual	16
2.2 Contexto político/ normativo del Ministerio de Educación	18
2.3 Formación de profesores en temas no convencionales	20
2.4 Auto-cuidado para el sistema escolar	23
2.5. Aprendizaje del auto-cuidado bajo un modelo constructivista	25
CAPITULO 3	
<b>3. DISEÑO METODOLÓGICO</b>	29
3.1 Enfoque y diseño metodológico	30
3.2 Unidad de estudio (muestra)	31
3.3 Técnicas y procedimientos de recolección de información	32
3.4 Procedimiento análisis de la información	34

3.4 Síntesis gráfica del modelo de investigación	35
CAPITULO 4	
<b>4. RESULTADOS</b>	36
4.1 Introducción	37
4.2 Conocimiento sobre normativa relativa al auto-cuidado	38
4.3 Conocimiento de aspectos técnicos del auto-cuidado	39
4.4 Metodologías de enseñanza del auto-cuidado	41
CAPITULO 5	
<b>5. DISCUSION Y CONCLUSIONES</b>	44
5.1 Discusión y conclusiones	45
5.2 Proyecciones	48
<b>PARTE II: INTERVENCIÓN</b>	
CAPITULO 6	
<b>6. PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA LA INNOVACIÓN</b>	49
6.1 Introducción	50
6.2 Objetivos y fundamentación	51
6.3 Actividades pedagógicas	54
6.4 Plan de validación de la propuesta de intervención (gestión)	66
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	68
<b>ANEXOS</b>	72

## **Agradecimientos**

*Al término de esta etapa formativa quisiera agradecer a la Universidad del Bío-Bío por la calidad del programa que he recibido, especialmente, agradezco la gestión de su Director Dr. Francisco Cisterna quien nos impulsó a mejorar nuestras prácticas en las instituciones donde nos desempeñamos a diario.*

*Hago extensivo este reconocimiento a mi Directora de Tesis Dra. Susan Sanhueza por su generosa entrega a través de lecturas y discusiones que me ayudaron a comprender mejor mi tarea docente.*

*A mi familia, mis padres Eugenio y Ruth por los valores entregados, a Rodrigo y mis cuatro niñas Aielén, Aiún, Aluhé y Apolén por el tiempo que he tenido que dejarles para cumplir con esta tarea, gracias por su infinito amor.*

## INTRODUCCIÓN

La tesis se enmarca en la línea del auto-cuidado entendida como el conjunto de prácticas cotidianas y decisiones que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud. Estas prácticas son “destrezas” aprendidas a través de toda la vida que se emplean por libre decisión, con el propósito de fortalecer, restablecer o prevenir la salud. En este contexto, la formación inicial docente constituye un espacio propicio para educar en prácticas de auto-cuidado. A partir de ello, se plantearon como objetivos de investigación: a) evaluar el conocimiento que poseen los futuros profesores sobre la normativa proveniente del Ministerio de Educación en auto-cuidado como marco orientador de las prácticas docentes, b) identificar los conocimientos técnicos que poseen los estudiantes de pedagogía sobre el auto-cuidado y la forma de transferirlo al aula y c) diseñar un programa de intervención focalizado en los ámbitos curriculares y didácticos para trabajar el auto-cuidado con los estudiantes de pedagogía.

Se optó por un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo a través de una encuesta que fue respondida por 90 estudiantes de pedagogía Educación Parvularia de tercer y cuarto año y 82 estudiantes de pedagogía en Educación Básica de los mismos niveles de dos universidades regionales. Se diseñó y validó para el estudio una encuesta denominada *Escala de conocimientos sobre auto-cuidado para la formación inicial docente* con 24 ítems a los que se debía manifestar el grado de acuerdo con el enunciado.

Los resultados indican que la normativa MINEDUC no hace explícita la temática en el marco regulador de ambos niveles, por lo cual, no parece extraño que los currículos de ambas universidades no contemplen estos contenidos. Asimismo, se observa un predominio del concepto de auto-cuidado asociado a la idea de prevención de riesgos escolares (aspecto que es solo una parte de ello). A nivel didáctico pareciera que el uso de recursos didácticos para la enseñanza del auto-cuidado es una debilidad en los futuros profesores.

Respecto de la propuesta de intervención se realiza una red de contenidos y actividades organizados en sesiones para facilitar la transferencia al aula. Se incorporan fichas de trabajo donde se exponen aprendizajes esperados, contenidos, estrategias metodológicas, recursos y formas de evaluación con el propósito de facilitar su implementación.

## **Capítulo 1**

---

# **El problema de investigación**

## 1.1 Antecedentes del problema

Las actuales políticas del Ministerio de Educación evidencian una serie de deficiencias en los currículos de formación principalmente en lo que se refiere a la desvinculación teoría- práctica y la ausencia de contenidos que resultarán relevantes para el ejercicio profesional. Al respecto señala “los docentes en ejercicio deben estructurar situaciones de aprendizaje en las que los alumnos de los distintos niveles del sistema educacional puedan aprender y desplegar las competencias personales necesarias para asegurar el desarrollo social, económico y cultural futuro de nuestra sociedad. Es decir, el aprendizaje de esas competencias, actitudes y valores que harán posible la sociedad futura a la que se aspira, descansa, en medida importante, en las competencias que tenga el profesor o profesora para generar aprendizajes.”<sup>1</sup>. De esta manera, es frecuente que los estudiantes de pedagogía se enfrenten a una serie de problemas y manifiesten no saber cómo resolverlos a través de una actitud proactiva.

Uno de estos problemas, es el desconocimiento de técnicas en prevención de riesgos escolares y específicamente de técnicas de auto-cuidado; entendiendo estas como pautas de comportamiento que inducen a hábitos correctos hacia la propia seguridad. A través del auto-cuidado los estudiantes pueden llegar a diferenciar entre dos opciones previendo las consecuencias de sus actos. De manera transversal se favorecen actitudes como la valoración por la persona y el

---

<sup>1</sup> Ministerio de Educación (2005) Informe comisión sobre Formación Inicial Docente. Santiago de Chile.

entorno. Si bien desde la normativa se declara “que es necesario crear conciencia sobre prevención y seguridad en las nuevas generaciones a través de una acción sostenida y una educación sistemática”<sup>2</sup>; los currículos aún no han incorporado esta temática de manera explícita; siendo la única forma de abordarlo a través de los Objetivos Fundamentales Transversales (OFT) que muchas veces invisibilizan áreas del conocimiento tan relevantes como el auto-cuidado.

En el sistema escolar se encuentran actualmente programas que tienen por objetivo “abordar el tema de la seguridad, el auto-cuidado y la prevención de riesgos escolares que debe ser tratada a partir de la seguridad social, específicamente desde la perspectiva de la persona humana, como base y centro de las preocupaciones que debe tener la sociedad, ya que ella, junto a otras comunidades sociales, constituye la base de la convivencia humana”<sup>3</sup>.

El auto-cuidado integra no solo prácticas de seguridad vial, sino también nociones de conocimiento del cuerpo, alimentación saludable y reconocimiento de los entornos mediante los cuales las personas suelen moverse. Por ejemplo, tener un adecuado conocimiento sobre alimentación saludable podría favorecer estilos de vida saludable y disminuir la obesidad escolar que hoy alcanza a un 34% en niños menores de 6 años con una prevalencia del 11,3% en la región del Bío-Bío (Ministerio de Salud de Chile, 2014). De igual modo, el desconocimiento de prácticas de seguridad escolar han evidenciado que 4 de cada 100 estudiantes se

---

<sup>2</sup> Decreto exento N° 14 del 18/01/1984. Ministerio de Educación. Santiago de Chile.

<sup>3</sup> [www.mineduc.cl](http://www.mineduc.cl)

accidenta en el año durante su escolaridad. La Asociación Chilena de Seguridad (2014) informa que el 38% de estos accidentes se producen en los recreos, el otro porcentaje corresponde a accidente en clases de Educación Física; escaleras y fuera del Establecimiento. Estas cifras resultan alarmantes, más aún cuando se trata de niños y jóvenes en edad escolar. Ellos pasan gran parte del tiempo en los establecimientos educacionales, de allí que se requiera formación específica para los profesores de manera que puedan incorporar la temática de manera transversal al currículum impactando positivamente en prácticas de auto-cuidado.

## **1.2 Planteamiento del problema**

Como se puede observar, el desconocimiento de técnicas de auto-cuidado afecta la salud de escolares y sus familias. Se trata de un tema que se aborda tangencialmente desde diferentes sectores, por ejemplo, salud, educación, planificación, no obstante, se requiere de una educación específica que debe ser proporcionada por las instituciones que forman profesores, convirtiéndose el currículum en un espacio ideal para su promoción. En Chile, no existen estudios que proporcionen evidencia empírica respecto de los niveles de conocimiento que tienen los profesores en formación o en ejercicio profesional sobre el auto-cuidado de allí que el estudio pretenda *evaluar el conocimiento que poseen los futuros profesores sobre el auto-cuidado para posteriormente proponer un plan de intervención en la formación inicial.*

### 1.3 Justificación del problema

Hernández, Fernández y Baptista (2010) señalan que para justificar una investigación se tienen que establecer criterios que demuestren por qué el estudio es necesario e importante. De esta manera, el primer criterio que asume este estudio es el de *relevancia social* ya en términos generales, estudiar el auto-cuidado representa una visión preventiva y proactiva de prácticas de cuidado de la salud personal y comunitaria. Implica educar para la vida.

También asume el criterio de *valor teórico*, por tratarse del ámbito de acción de prevención de riesgos que intenta insertar la temática en educación. El hecho de explorar conocimientos conceptuales, actitudinales y procedimentales aporta interdisciplinariamente. Por ejemplo, indagar sobre los conocimientos que poseen los futuros profesores en auto-cuidado permitirá contar con información para la renovación de los currículos formativos, cuestión que hoy no se observa en los programas de estudio.

Asimismo, facilitará el diseño e intervención de programas específicos de “educación en auto-cuidado” que pueden ser generados a través de los Municipios, Escuelas o particularmente desde el aula.

## 1.4 Preguntas de investigación

- a) ¿Qué conocimiento poseen los estudiantes de pedagogía sobre la normativa proveniente del Ministerio de Educación para el auto-cuidado?
- b) ¿Qué conocimiento tienen los estudiantes de pedagogía sobre prácticas de auto-cuidado y formas de transferencia de estos conocimientos al aula?
- c) ¿Qué elementos debiera incorporar un programa de intervención para educar en auto-cuidado a los futuros profesores?

## 1.5 Hipótesis de investigación

Las hipótesis son explicaciones tentativas del fenómeno investigado que se formulan como preposiciones. Los estudios exploratorios y descriptivos no requieren necesariamente de la formulación de hipótesis (Hernández et. al, 2010, p. 92), no obstante, en este caso se formularán hipótesis de investigación descriptivas para orientar el trabajo.

- a) Los conocimientos de los estudiantes sobre el auto-cuidado se limitan exclusivamente a prácticas de seguridad vial.
- b) Un mayor conocimiento de prácticas de auto-cuidado podría beneficiar niveles de salud y bienestar de la población escolar.

## **1.6 Objetivos de investigación**

### *Objetivo General*

Evaluar el conocimiento que poseen los futuros profesores sobre el auto-cuidado para posteriormente proponer un plan de intervención en la formación inicial.

### *Objetivos Específicos*

- a) Evaluar el conocimiento que poseen los futuros profesores sobre la normativa proveniente del Ministerio de Educación en auto-cuidado como marco orientador de las prácticas docentes.
- b) Identificar los conocimientos técnicos que poseen los estudiantes de pedagogía sobre el auto-cuidado y la forma de transferirlo al aula.
- c) Diseñar un programa de intervención focalizado en los ámbitos curriculares y didácticos para trabajar el auto-cuidado con los estudiantes de pedagogía.

## 1.7 Definición de variables

Una variable es una propiedad que puede fluctuar y cuya variación es susceptible de adoptar diferentes valores, los cuales pueden medirse u observarse. Las variables adquieren valor para la investigación cuando se relacionan con otras variables, en este caso, la variable “auto-cuidado” será relacionada con el “programa de intervención” de manera de modificar conocimientos y prácticas futuras en los estudiantes que participan del estudio.

*Auto-cuidado:* se refiere al conjunto de acciones intencionadas que realiza o realizaría la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. El auto-cuidado por tanto, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma.

*Programa de intervención:* se define como un conjunto de acciones planificadas que apuntan al logro de un objetivo previamente definido. En este caso, se refiere a un conjunto de acciones y estrategias pedagógicas para educar en el auto-cuidado a estudiantes de las carreras de pedagogía en E. Básica y E. Parvularia.

## **Capítulo 2**

---

### **Marco teórico**

## **2.1 Auto-cuidado. Aproximación conceptual**

La presente investigación se orienta hacia la temática que guarda relación con el Auto-cuidado en el ámbito educativo. Esta delimitación ya presenta una primera dificultad y es que el concepto ha sido empleado fundamentalmente en el ámbito de salud y, por lo tanto, la evidencia teórica como empírica es escasa en el sistema educativo.

En un intento por aproximarnos al concepto de auto-cuidado podemos señalar que la palabra cuidar proviene de la palabra coidar, discurrir, la que, a su vez, proviene del latín cogitare, pensar; su etimología también la relaciona con sentir una inclinación, preferencia o preocupación por..., es decir, para cuidar no sólo se requiere hacer cosas; se hace necesario, antes que eso, pensar, discurrir. Es un acto tanto intelectual y teórico, como práctico: cuidar es una interacción humana de carácter interpersonal, intencional, única, que se sucede en un contexto sociocultural, tiene un fin determinado y que refuerza o reafirma la dignidad humana (Tobón, 2003, p.26).

Para otros autores, como Tapia e Iturra (1996) el auto-cuidado es un comportamiento social en un contexto de promoción de la salud y es posible verlo como una práctica de actividades que un grupo desarrolla en su propio beneficio procurando la mantención de su vida, salud y bienestar.

Para Coppard (2013) el auto-cuidado comprende todas las acciones y decisiones que toma una persona dirigida a mantener y mejorar la salud. Esto integraría

también las decisiones que pudieran tomar los profesores respecto de la utilización de sistemas de apoyo formales (MINEDUC) como informales (comunidades en que se insertan las escuelas). En este contexto, el auto-cuidado integraría actividades que son realizadas por propia voluntad para el cuidado de sí mismo en relación con el medio inmediato en que se desenvuelve. Desde esta perspectiva, toma relevancia el carácter preventivo de estas acciones en el sistema educativo.

Por otra parte, el auto-cuidado implica orientaciones y nociones básicas (Ministerio de Planificación, 2012), entre las que destacan:

- El desarrollo de una creciente conciencia corporal: esto implica la capacidad de reconocer las nociones, los elementos y las prácticas implicadas en la propia salud física y mental.
- La capacidad de identificar los propios bienestares y malestares, la capacidad de identificar y diferenciar, en consecuencia y en particular, las fuentes que originan los propios malestares en la vida cotidiana.
- El contar con herramientas y técnicas concretas y efectivas para el auto-cuidado: involucra la capacidad de tomar decisiones, desde el eje del auto cuidado, en los propios y diversos ámbitos de vida cotidiana, de modo que exista una incidencia positiva en la práctica.

Como se puede observar el auto-cuidado es una práctica que se aprende y en consecuencia el sistema educativo resulta un espacio propicio para dicha tarea.

Asimismo, el auto-cuidado incluye conductas de carácter social, afectivo y psicológico que promueven las necesidades básicas individuales como colectivas.

## **2.2 Contexto político/normativo del Ministerio de Educación**

Actualmente es posible apreciar un creciente interés por construir políticas y estrategias efectivas para apoyar a los profesores que se ocupan de los programas educativos en materia de prevención y auto-cuidado en los espacios educativos. En este sentido, las instituciones se encuentran sensibles frente a la problemática, pues se han percatado que descuidar la promoción del auto-cuidado en niños y jóvenes lleva a un deterioro en la calidad de vida de la escuela en su conjunto.

En este escenario, el Ministerio de Educación ha diseñado programas de prevención de riesgos escolares, lo que supone entonces, que los futuros profesores debieran no sólo conocer la normativa vigente, sino también desarrollar competencias en el dominio de los contenidos específicos del área y competencias para diseñar proyectos innovadores que apunten al auto-cuidado.

Al respecto se dice que el tema de la Seguridad, el Auto-cuidado y la Prevención de riesgos escolares debe ser tratada a partir de la Seguridad Social, específicamente desde la perspectiva de la persona humana, como base y centro de las preocupaciones que debe tener la sociedad, ya que ella, junto a otras comunidades sociales, constituye la base de la convivencia humana. Es entonces, desde esta perspectiva la fuerza e importancia que cobra este tema, ya que se ha

considerado que la Seguridad Social es "Un Derecho humano básico, del cual dependen otros derechos, puesto que sin seguridad no se puede garantizar la vida, la propiedad, la libertad, los derechos sociales, los derechos de la salud u otros"(Ministerio de Educación, 2013).

De esta manera es importante considerar que una cultura de la Seguridad Social comienza de la Solidaridad como valor central de la vida social, ya que las personas están preocupadas, tanto de su bienestar como el de su entorno más cercano. Esta cultura comienza con la concepción donde la vida debe contar con resguardos sólidos y estables, tanto para el presente como para el futuro cuando las necesidades de las personas son mayores.

En este sentido es necesario considerar a los estudiantes como seres humanos insertos en la vida social, política y cultural del país, debiendo fomentar en ellos y ellas una cultura preventiva, tanto para el presente, como para las contingencias naturales de la vida de una persona, incorporando de esta forma, los mencionados conceptos de auto-cuidado en su propio proyecto de vida.<sup>4</sup>

En este contexto, es importante considerar que el Marco Curricular actual y los programas de estudios permiten que el tema de la "Prevención, Seguridad y Auto-cuidado", sea tratado desde una perspectiva holística e integral, específicamente en los Objetivos Fundamentales Transversales, que desarrollan las competencias que los alumnos deben lograr en los distintos períodos de su escolarización, para

---

<sup>4</sup> Ministerio de Educación (2005) Programa de prevención de riesgos escolares. Chile.

cumplir con los fines y objetivos generales y requisitos de egreso de la Enseñanza Básica.

Los Objetivos Fundamentales Transversales (OFT) refieren a conocimientos, habilidades, actitudes, valores y comportamientos que se espera que los estudiantes desarrollen en el plano personal, intelectual, moral y social. Ellos fueron determinados desde el Ministerio de educación de nuestro país en un intento por unificar, intencionar y orientar los contenidos de formación valórica en nuestras escuelas, promoviendo un desarrollo integral. Estos se presentan organizados en tres diferentes apartados, a saber: formación ética, crecimiento y auto-afirmación personal, y relación con el entorno, todas estas dimensiones se integran en un enfoque de auto-cuidado que respeta la naturaleza de la persona en relación con el medio que le rodea.

### **2.3 Formación de profesores en temas no convencionales**

El Ministerio de Educación se encuentra en una nueva etapa de Reforma y para ello ha diseñado una serie de medidas. Algunos de los programas que el Gobierno ha impulsado son propuestos en el marco del mejoramiento de la calidad, equidad e innovación de la educación, en los cuales se intenta compensar por ejemplo, la falta de recursos didácticos, alimentación, internados para alumnos rurales, entre otros.

Otro aspecto, es la renovación y descentralización curricular que supone una mayor relevancia y pertinencia social y cultural. Asimismo, es iniciada la jornada escolar completa (JEC) que debe ir ampliándose paulatinamente con la finalidad de crear mejores condiciones para llevar a cabo la reforma educativa.

Una última preocupación, responde a la necesidad de fortalecer la profesión docente que es asumida a nivel de gobierno a través de la formación inicial docente. Las carreras de educación de las Universidades Chilenas, coinciden en la elaboración de un diagnóstico preliminar que concluye:

- Las Instituciones de Educación superior adolecen de una estructura curricular caracterizada por un exceso de contenidos fragmentados y heterogéneos, organizados en cursos que requieren que los estudiantes ocupen la mayor parte de su tiempo para el aprendizaje independiente o para contactarse con la situación en las escuelas.
- Un cuerpo académico con una edad promedio de 50 años. Sus estilos de enseñanza contradicen lo que esperan los estudiantes y finalmente expresa que estos mismos, tienen poco contacto con los colegios y con los cambios que están ocurriendo en el sistema universitario.
- Heterogeneidad y diversidad de programas entre una institución y otra.<sup>5</sup>

---

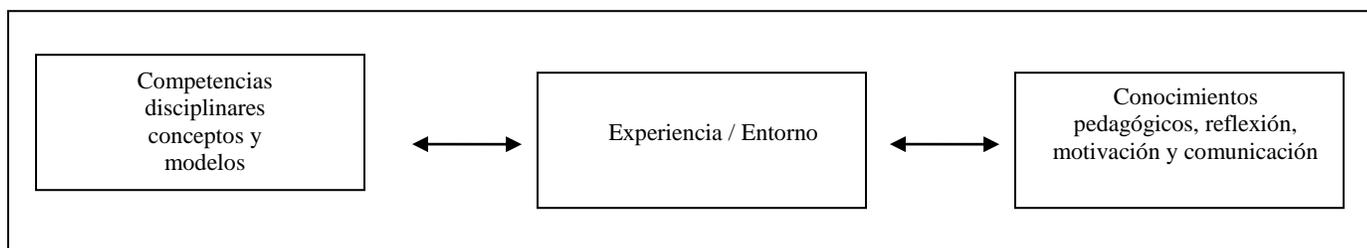
<sup>5</sup> Ministerio de Educación (1998) Programa de Fortalecimiento para la Formación Inicial Docente. Santiago de Chile. UNESCO.

Como se puede apreciar resulta necesario actualizar los currículum, renovar las prácticas e innovar con propuestas y esquemas que respondan a una sociedad cambiante, globalizada y que demanda profesionales con competencias en ámbitos no tradicionales como lo es el auto-cuidado.

Los profesores en formación o en ejercicio debieran poseer herramientas técnicas y conceptuales sobre la materia, esto es, manejar competencias comunicativas, dominio de la disciplina (conceptos, modelos y factores que inciden en el auto-cuidado), reflexión sobre prácticas de riesgo/cuidado personal, reconocimiento de la normativa (MINEDUC), agente motivador (Ver Figura 1).

**Figura 1**

Modelo formación de profesores en auto-cuidado



*Fuente: Elaboración propia*

Como se puede observar, estas competencias determinan el estilo docente del profesor y en consecuencia las prácticas de aula orientadas al auto-cuidado de niños y jóvenes en establecimientos educativos. Los currículos de formación inicial docente debieran incluir esta temática desde una perspectiva integrada donde confluyen factores sociales, culturales y personales, actitudes, hábitos y prácticas

individuales o familiares, que pueden influir positiva o negativamente sobre el bienestar de los menores.

## **2.4 Auto-cuidado para el sistema escolar**

El auto-cuidado considera la formación y fortalecimiento de herramientas de autoprotección en los niños y niñas en su contexto evolutivo. Implica el reconocimiento y desarrollo de las habilidades necesarias para enfrentar situaciones de amenaza o peligro y su diferenciación de experiencias de confianza y seguridad personal. Se incluyen los siguientes contenidos:

- Cuidado Personal
- Identificación de situaciones de amenaza personal
- Pautas conductuales de autoprotección

Su objetivo es favorecer en el niño o niña la identificación de situaciones de amenaza o vulneración personal, y el desarrollo de estrategias conductuales efectivas de seguridad y protección.

Los planes de seguridad escolar del Ministerio de Educación, se han focalizado en las respuestas que la comunidad educativa debe dar frente a un evento de riesgo, especialmente, derivados de desastres de la naturaleza. Estos tienen como objetivos:

- Generar en la comunidad escolar una Actitud de Autoprotección, teniendo por sustento una responsabilidad colectiva frente a la seguridad.

- Proporcionar a los escolares chilenos un efectivo ambiente de seguridad integral mientras cumplen con sus actividades Normativas.
- Constituir a cada Establecimiento Educacional en un modelo de protección y seguridad, replicable en el hogar y en el barrio.

Para dar cumplimiento a estos objetivos, el Ministerio de Educación ha solicitado a las unidades educativas la constitución de Comités de seguridad escolar quienes tienen diferentes funciones para resguardar el cuidado de quienes participan de la comunidad. Asimismo, se solicita incorporar a este comité a diferentes actores claves para favorecer el cumplimiento de los objetivos, especialmente, los que tienen relación con la prevención.

El Comité debe proyectar su misión a todo el Establecimiento, sensibilizando a sus distintos estamentos y haciéndolos participar activamente en sus labores habituales. Debe integrar a padres y apoderados, alumnos, directivos, docentes, etc., y deben realizar a partir de un diagnóstico un Plan Específico de Seguridad ajustado a las particularidades de la unidad.

Como se puede observar, la mirada que otorga el sistema educativo al autocuidado continua siendo basada en eventos y/o accidentes de tipo vial u originados de eventos de la naturaleza, no obstante, la visión que se busca promover en la actualidad está basado en estilos de vida saludable, conocimiento del cuerpo y del entorno, identificación de prácticas de cuidado en los trayectos que realizan los niños, prevención de eventos en el hogar. En definitiva se trata de

desarrollar una cultura de auto-cuidado desde las prácticas y experiencias de la vida cotidiana.

## **2.5 Aprendizaje del auto-cuidado bajo un modelo constructivista**

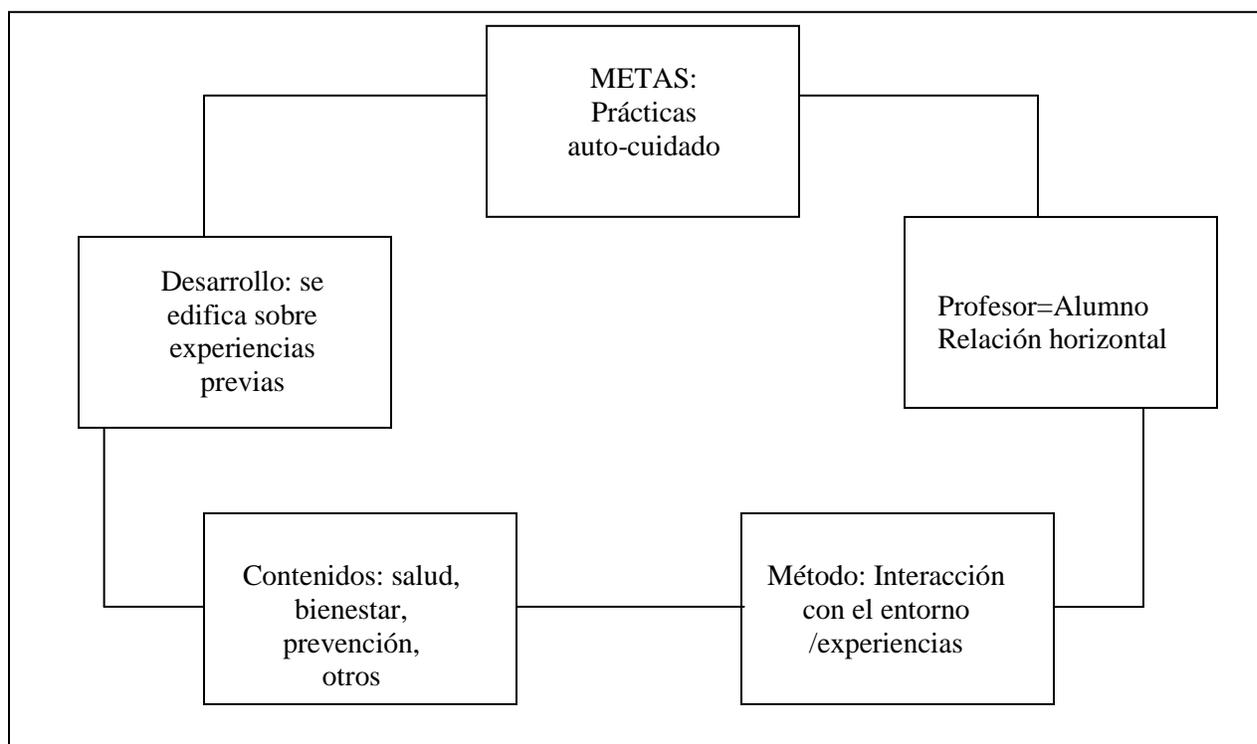
El aprendizaje y el auto-cuidado son dos actividades estrechamente vinculadas. Para Quintero (2013) el aprendizaje es la vía a través de la cual se posibilita la adquisición voluntaria de conductas favorables para la salud. En términos generales el aprendizaje es la adquisición de conocimientos, aptitudes y destreza que producen cambios; lo que ocurre durante esa sucesión de cambios, se conoce como proceso de aprendizaje. En tanto, el auto-cuidado es la práctica de actividades que los individuos realizan en favor de sí mismos para mantener la vida, la salud y el bienestar. En este escenario, educar en el auto-cuidado a futuros profesores requiere abandonar el rol tradicional de aprendizaje y promover un conocimiento práctico profesional que integre de manera satisfactoria los conocimientos teóricos y los basados en la experiencia buscando modelos de enseñanza alternativos e innovadores (Porlán y Rivero, 1998).

Si se requiere de planes formativos sobre auto-cuidado lo más relevante sería optar por un enfoque de aprendizaje y estrategias didácticas que promuevan un aprendizaje significativo. Una alternativa es el enfoque constructivista, Porlán (2002) indica que el constructivismo aporta una visión equilibrada e interactiva de las variables internas y externas que intervienen en la génesis del conocimiento de

alumnos y profesores, así como de las relaciones entre la dimensión individual y social del conocimiento (Ver Figura 2).

**Figura 2**

Estudio del auto-cuidado bajo un enfoque constructivista



*Fuente: Elaboración propia.*

Como se observa, el constructivismo implica la existencia de referentes en el desarrollo de los conocimientos y los valores, plano propicio cuando se trata de temáticas como el auto-cuidado donde factores externos modelan lo que puede suceder con las personas, sus hábitos y comportamientos para resguardar la vida.

En esta misma dirección, Gómez (2010) recomienda tener en consideración los conocimientos previos al momento de diseñar planes formativos en cualquier materia y sugiere adoptar un enfoque constructivista para diseñar secuencias de

material conceptual asociado a los contextos donde ocurren los eventos estudiados. Además, recomienda realizar actividades que se basen en el trabajo colaborativo apoyado por herramientas y pares. El profesor debe comunicar normas, valores y prácticas discursivas.

Si consideramos los postulados de este enfoque, pareciera adecuado justificar la propuesta de intervención bajo un modelo que valora el contexto social, promueve el trabajo colaborativo y usa de manera eficiente los conocimientos previos que poseen los estudiantes. Para Quintero (2013) este modelo pedagógico se basa en lo siguiente:

- La necesidad de conocer: Los niños necesitan conocer la razón por la cual deben aprender algo antes de intentar hacerlo; en tal sentido, la primera tarea del profesor es ayudar a que los estudiantes tomen consciencia de la necesidad de conocer y aprender.
- El auto-concepto del que aprende: Los niños se perciben a sí mismos y desean ser percibidos como personas capaces de tomar sus propias decisiones, y de responsabilizarse por ellas y por sus vidas, de ahí la importancia que adquiere su participación en el diseño de los planes de acción que los afecta y en la toma de decisiones sobre su bienestar.
- La experiencia del que aprende: A medida que se tiene más edad, aumenta la experiencia individual de vida, que se convierte en fuente de aprendizaje relevante, este deberá ser el punto de partida para educar el auto-cuidado.
- La disposición para aprender: Los niños se sienten dispuestos a aprender cosas que necesitan saber y hacer a fin de enfrentar efectivamente su

situación real de vida; es decir, que se sienten dispuestos a aprender lo que les resulte de utilidad práctica.

- La orientación para aprender: Los niños se sienten motivados a aprender lo que perciben que los ayudara a realizar tareas o a manejar mejor sus problemas de manera que adquieren nuevos conocimientos, valores y destrezas en forma más efectiva cuando el material de aprendizaje se presenta dentro del contexto de aplicación a su vida real.
- La motivación: Constituye un elemento determinante del aprendizaje de en la escuela.

Todos estos elementos deben conformar el pilar fundamental de programas educativos que apunten al auto-cuidado.

## **Capítulo 3**

---

### **Diseño metodológico**

### **3.1 Enfoque y diseño**

Se opta por una metodología cuantitativa, no experimental de diseño descriptivo, que resulta adecuado para problemas que han sido escasamente estudiados, como es el caso del auto-cuidado en la formación de profesores.

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población (Hernández Sampieri et al, 2010; p.5).

Como señalan estos autores, se trata de una investigación no experimental, vale decir, aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables. En este tipo de investigación no hacemos variar intencionalmente las variables independientes. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal y como se dan en su contexto natural, para después analizarlos.

Al mismo tiempo, tiene un carácter transversal ya que se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede (Cardona, 2012).

Particularmente, se trata de un diseño descriptivo tipo encuesta que busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice (Cornejo, Sanhueza y Rioseco, 2012). La investigación

por encuesta consiste en un proceso de recolección de datos y de su descripción con el objetivo de dar respuesta a preguntas de interés. Según Cardona (2002), los procedimientos de investigación mediante encuesta establecen reglas que nos permiten acceder de forma científica a lo que las personas piensan o conocen.

### **3.2 Unidad de estudio (muestra)**

El estudio se realizó en dos universidades regionales. Una de ellas localizada en la región del Maule y la otra en la región del Bío-Bío, ambas pertenecientes al consejo de rectores de Chile.

Se recurrió a un muestreo no probabilístico sujeto a disponibilidad (Cardona, 2002) quedando conformada por 90 estudiantes de educación parvularia de tercer y cuarto año y 82 estudiantes de educación básica de los mismos niveles. Las edades de los participantes oscilaban entre 23 y 28 años con una media de 24 años. Respecto del género, un 76% eran mujeres y un 24 % varones.

Cuando se les consultó si habían tenido alguna experiencia en cursos o temas de auto-cuidado, un 81% señala no haber recibido dicha formación. Un 74% de los participantes había tenido alguna práctica pedagógica en un centro escolar y por lo tanto habían establecido contacto con niños de educación básica y preescolar.

### 3.3 Técnicas y procedimientos de recolección de información

Para medir la variable de auto-cuidado definida en el primer capítulo no se encontró instrumento alguno que respondiera a las necesidades del estudio, por lo que se decidió diseñarlo *ad hoc*, “Escala de conocimientos sobre auto-cuidado para la formación inicial docente”.

Para su elaboración, se siguieron las orientaciones de Babbie (1998) y de Gay y Airasian (2000): revisar los objetivos del estudio, identificar el tipo de información que se quería recoger, definir o explicar términos ambiguos, elaborar ítems claros, evitar preguntas con dos objetivos o preguntar sólo una cosa cada vez, usar preguntas o ítems cortos y sencillos, evitar los ítems negativos y evitar ítems sesgados o controvertidos.

En primer lugar, se realizó una búsqueda bibliográfica focalizándonos en los conceptos de auto-cuidado, marco normativo y formas de enseñanza. De esta manera, se consiguió identificar y enumerar una serie de indicadores que fueron agrupados inicialmente en tres dimensiones: (a) normativa sobre auto-cuidado proveniente del MINEDUC, (b) conceptos y factores que intervienen en el auto-cuidado y (c) metodología de aula para enseñar el auto-cuidado. La encuesta quedó conformada por 24 ítems ante los que se debía manifestar el grado de acuerdo en una escala Likert de 5 puntos graduada de la siguiente manera:

1 = Totalmente En Desacuerdo (TD)

2 = En Desacuerdo (ED)

3 = No estoy seguro (NS)

4 = De Acuerdo (DA)

5 = Totalmente De Acuerdo (TA)

Como se puede observar, la puntuación mínima posible de la escala es de 24 puntos (que mostraría un escaso conocimiento) y la máxima de 120 puntos (que mostraría un conocimiento acabado), siendo la puntuación de 72 la que mostraría un conocimiento intermedio (Osma *et al.*, 2010).

*Validez:* Antes de ser utilizada esta escala con estudiantes de pedagogía se sometió el instrumento a una evaluación de expertos. Fueron un total de 4 profesionales de diversos campos (un profesor con 12 años de ejerció docente, un prevencionista de riesgos, un experto de metodología de investigación y una educadora de párvulos). A través de observaciones contribuyeron a realizar un análisis y valoración de la validez aparente de la escala. Las observaciones realizadas en términos cualitativos a cada uno de los ítems estuvieron referidas principalmente a cuestiones de redacción.

*Fiabilidad:* Con el propósito de conocer la fiabilidad como consistencia interna de la *Escala de conocimientos sobre auto-cuidado para la formación inicial docente* se calculó el estadístico *alpha* de Cronbach, obteniéndose un índice de 0.88 para el total de la muestra ( $n = 172$ ). Según Chacón, Pérez y Holgado (2001), la puntuación entre los intervalos 0.7 y 0.8 puede ser considerada como aceptable.

En consecuencia, el instrumento cumple con el propósito de medir coherentemente lo que se marcó como objetivo.

Finalmente, la escala quedó conformada por 24 ítems. De ellos, 6 están referidos a normativa, 8 referidos a componentes teóricos del auto-cuidado y 10 a prácticas pedagógicas y formas de intervención en materia de auto-cuidado (Ver anexo 1).

### **3.4 Procedimiento de análisis de la información**

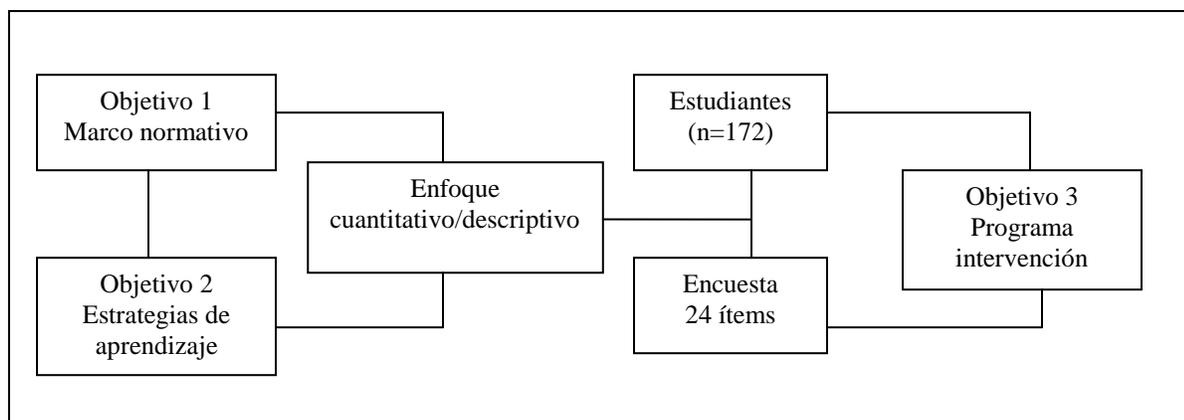
El instrumento fue aplicado por la tesista la que informó a los estudiantes universitarios sobre los objetivos y características generales del estudio, les ofreció información sobre la tesis y les solicitó su colaboración, destacando que la participación era voluntaria, confidencial y anónima. Tras obtener el consentimiento se procedió a la aplicación del cuestionario que tuvo una duración de 40 minutos. A todos ellos se les dio la posibilidad de consultar en caso de tener dudas, aspecto que fue trabajado de manera individual.

La elección de los tipos de análisis tuvo relación con los objetivos y el tipo de datos obtenidos. En el caso de los datos cuantitativos, se elaboró un libro de códigos y se procedió a la introducción de datos en la matriz que genera el paquete estadístico (SPSS 18.00). El procedimiento de análisis incluye las siguientes acciones:

- Elaboración de una matriz de datos que contenía los valores de cada participante en las diferentes variables.

- Cálculo de medidas de tendencia central. Las medidas de tendencia central son aquellas que mejor representan a la mayor parte de las puntuaciones. Generalmente fueron calculadas dos medidas básicas: media aritmética y mediana (puntuación que deja el 50% de las puntuaciones por encima y por debajo de ella).
- Cálculo de medidas de dispersión. Proporcionan una idea del grado en que las puntuaciones se concentran más o menos cerca del centro (medidas de tendencia central). Para la investigación se calcularon la desviación típica (distancia hasta la media), la varianza y el rango que es la diferencia entre la puntuación máxima y mínima.
- Cálculo de frecuencias y porcentajes. Cuando las variables son nominales, la mejor forma de describirlas es a través de frecuencias (número de veces que se repite una puntuación). Empleamos el porcentaje válido que incluye sólo las respuestas de aquellos que respondieron.

### 3.4. Síntesis gráfica del modelo de investigación



Fuente: elaboración propia

## **Capítulo 4**

---

### **Resultados**

## 4.1 Introducción

En este capítulo, se presentan los resultados de la investigación de acuerdo con los objetivos, métodos y técnicas de análisis de los datos descritos previamente. Como hemos indicado el auto-cuidado debe ser abordado desde diferentes ámbitos y en el caso de la formación de profesores requiere de una enseñanza que apunte al desarrollo de conocimientos, prácticas (comportamientos) y actitudes positivas consigo mismo y con quienes les rodean.

En este contexto, los resultados obtenidos se organizan en tres secciones. En la primera, se describe y se presentan los descriptivos relativos al conocimiento sobre la normativa existente proveniente del Ministerio de Educación de Chile en materia de auto-cuidado y/o temas relacionados como la prevención de accidentes.

En la segunda sección, se aportan datos que describen el conocimiento que tienen los participantes sobre aspectos técnicos del auto-cuidado, vale decir, conceptos, factores que inciden y alcances entre otros.

Por último, en la tercera, se presentan resultados sobre las estrategias de enseñanza y aprendizaje necesarias para educar en el auto-cuidado.

A partir de los resultados se espera tener un punto de partida, es decir, el diagnóstico de la realidad en la que se sitúa la formación de profesores en relación con materias relacionadas con el auto-cuidado, para desde allí iniciar planes y/o programas formativos.

## 4.2 Conocimiento sobre normativa relativa al auto-cuidado

El primer objetivo que nos propusimos fue identificar el conocimiento que tenían los estudiantes de pedagogía sobre la normativa existente en el Ministerio de Educación relativa a prácticas de auto-cuidado.

**Tabla 1**

Descriptivos en normativa sobre auto-cuidado

Ítems	M/DT	TD	ED	NS	DA	TA
Los objetivos Fundamentales Transversales permiten el trabajo del auto-cuidado en la escuela.	2.5/0.9	5	23	<u>34</u>	19	19
El auto-cuidado implica la prevención de riesgos escolares.	3.4/1.0	3	9	11	26	<u>51</u>
El MINEDUC ha instalado a través de su normativa una cultura de prevención de riesgos y accidentes.	3.4/1.2	0	2	9	37	<u>52</u>
Los establecimientos educativos deben diseñar programas preventivos en sus PEI.	3.1/0.8	16	9	<u>38</u>	<u>12</u>	<u>25</u>
Los planes de seguridad escolar diseñados e implementados por toda la comunidad educativa.	4.1/1.1	14	18	<u>21</u>	<u>32</u>	15
Los valores y actitudes asociados al auto-cuidado promueven el ejercicio de la ciudadanía.	3.5/0.8	2	2	9	<u>39</u>	<u>48</u>

*TD= Totalmente en Desacuerdo, ED= En Desacuerdo, NS= No estoy Seguro, DA= De Acuerdo y TA= Totalmente de Acuerdo*

En términos generales las medias oscilan entre 2.5 y 4.1, siendo la puntuación promedio de 3.3 lo que indicaría que los estudiantes no se encuentran seguros de

sus conocimientos (considerando que la puntuación máxima es 5). Los participantes evidencian no saber que los OFT incluyen elementos para el trabajo del auto-cuidado (23% en desacuerdo y un 34% declara no estar seguro) y tampoco están seguros (38%) de que deban incluir planes específicos de auto-cuidado en los Proyectos Educativos Institucionales (PEI).

Donde manifiestan altos niveles de acuerdo es en la adopción de un paradigma del auto-cuidado centrado exclusivamente en la prevención de riesgos escolares (26% y 51% de acuerdo y muy de acuerdo con el enunciado). Además existen altos niveles de acuerdo (39% y 48% de acuerdo y muy de acuerdo) en que la temática integra la promoción de valores y actitudes que les permitirán a los estudiantes convertirse en ciudadanos activos.

### **4.3 Conocimiento de aspectos técnicos de auto-cuidado**

Cuando nos aproximamos al conocimiento que poseen los estudiantes de pedagogía sobre el auto-cuidado, podemos observar que las medias oscilan entre 2.4 y 4.5, demostrando la diversidad de posiciones frente al tema conceptual sobre auto-cuidado. Como se observa, los estudiantes coinciden en que el auto-cuidado implica una actitud de vida (32% y 41% de acuerdo y muy de acuerdo) y que implica un comportamiento social en un contexto de promoción de la salud (35% y 44% de acuerdo y muy de acuerdo).

**Tabla 2**

## Descriptivos en conocimiento sobre auto-cuidado

Ítems	M/DT	TD	ED	NS	DA	TA
El auto-cuidado es una actitud de vida que implica tomar decisiones responsables sobre sí mismo.	4.2/1.1	9	10	8	<u>32</u>	<u>41</u>
La prevención es un conjunto de acciones para impedir o evitar accidentes, emergencias o desastres.	3.1/1.2	11	9	<u>17</u>	28	<u>35</u>
La emergencia es una alteración causada por un fenómeno natural o generado por la actividad humana.	3.3/0.8	9	7	<u>43</u>	12	29
La promoción de la salud mental es fundamental en los programas de auto-cuidado de las escuelas.	2.4/0.9	<u>25</u>	<u>31</u>	12	15	17
Hábitos de alimentación saludable forman parte del auto-cuidado.	2.7/1.0	<u>15</u>	<u>39</u>	11	16	19
El auto-cuidado es un comportamiento social en un contexto de promoción de la salud.	4.5/1.0	7	6	8	<u>35</u>	<u>44</u>
El auto-cuidado implica el desarrollo de una creciente conciencia corporal.	3.0/0.8	7	14	<u>37</u>	20	22
El auto-cuidado incluye conductas de carácter social, afectivo y psicológico.	4.5/0.9	2	3	10	<u>41</u>	<u>44</u>

*TD= Totalmente en Desacuerdo, ED= En Desacuerdo, NS= No estoy Seguro, DA= De Acuerdo y TA= Totalmente de Acuerdo*

Pareciera que existe amplio acuerdo respecto del carácter social, afectivo y psicológico del auto-cuidado (41% y 44% de acuerdo y muy de acuerdo), resultados que van en dirección contraria a la de los ítems anteriores donde los estudiante no logran visualizar la alimentación saludable (15% y 39% en

desacuerdo y totalmente en desacuerdo) y el bienestar psicológico (25% y 31% en desacuerdo y totalmente en desacuerdo) como parte importante del auto-cuidado. Un grupo importante de estudiantes manifiesta no estar seguro si el auto-concepto integra la conciencia corporal (37%). Cuando se les consulta por aspectos más teóricos como los términos “prevención” o “emergencia” (17% y 43% respectivamente indican no estar seguros), sus respuestas son dubitativas dejando ver el desconocimiento frente a lo consultado.

#### **4.4 Metodologías de enseñanza del auto-cuidado**

Respecto de las metodologías de enseñanza es posible indicar que pareciera ser la variable mejor lograda en los estudiantes de pedagogía es la dimensión didáctica, por cuanto las medias promedian 4.0, en una escala máxima de 5 puntos.

Existe acuerdo con la idea de que para enseñar prácticas de auto-cuidado se debe conocer la disciplina (34% y 39% de acuerdo y muy de acuerdo) y que resulta imprescindible vincular este aprendizaje con situaciones de la vida diaria (33% y 46% de acuerdo y muy de acuerdo).

Asimismo, pareciera que los estudiantes identifican la reflexión (41% y 49% de acuerdo y muy de acuerdo) como una estrategia importante para enseñar el auto-cuidado, especialmente cuando se trata de anticipar eventos de riesgo.

**Tabla 3**

Descriptivos sobre metodologías de enseñanza para el auto-cuidado

Ítems	M/DT	TD	ED	NS	DA	TA
Se requiere un dominio de la disciplina (conceptos, modelos y factores que inciden en el auto-cuidado),	4.3/0.9	9	7	11	<u>34</u>	<u>39</u>
Los profesores deben ser educados en la reflexión sobre prácticas de riesgo/cuidado personal	4.4/0.9	2	3	5	<u>41</u>	<u>49</u>
La motivación es un factor relevante para trabajar el auto-cuidado con los escolares.	3.7/0.7	3	10	<u>14</u>	<u>30</u>	<u>30</u>
El auto-cuidado debe ser trabajado a partir de experiencias de la vida cotidiana.	4.2/1.0	5	9	7	<u>33</u>	<u>46</u>
Para planificar actividades de auto-cuidado se deben recoger los conocimientos previos de los alumnos.	4.5/0.9	0	0	9	<u>40</u>	<u>51</u>
Emplear recursos como computadores, señales de tránsito, otros favorece el aprendizaje del auto-cuidado.	3.2/0.8	<u>17</u>	<u>19</u>	<u>21</u>	<u>20</u>	<u>23</u>
El profesor debe incluir actividades que desarrollen actitudes y valores positivos sobre el auto-cuidado.	4.3/1.0	3	5	8	<u>36</u>	<u>48</u>
Una estrategia para trabajar el auto-cuidado es el aprendizaje cooperativo.	4.3/1.0	2	5	6	<u>42</u>	<u>45</u>
Los simuladores son un recurso efectivo para educar en prácticas de auto-cuidado.	3.3/0.7	<u>21</u>	<u>17</u>	<u>26</u>	15	21
La familia y otros agentes de la comunidad deben intervenir en el aprendizaje del auto-cuidado	4.2/0.9	3	9	9	<u>34</u>	<u>45</u>

TD= Totalmente en Desacuerdo, ED= En Desacuerdo, NS= No estoy Seguro, DA= De Acuerdo y TA= Totalmente de Acuerdo

De interés es que el factor motivacional ofrezca respuestas diversas en los estudiantes, mientras un 14% no está seguro si es determinante para el

aprendizaje del auto-cuidado, un 10% está en desacuerdo y sólo un 30% de acuerdo.

Respecto de la planificación, los estudiantes de pedagogía consideran que para el diseño de estrategias pedagógicas se debe considerar los aprendizajes previos (40% y 51% de acuerdo y muy de acuerdo). Además, consideran que el aprendizaje del auto-cuidado integra actitudes y valores que deben ser abordados en el aula (45%), entre ellos, destaca el trabajo cooperativo (42% y 45% de acuerdo y muy de acuerdo) como una estrategia efectiva para enseñar el auto-cuidado.

El aspecto más crítico se observa en los recursos didácticos o pedagógicos, ya que la mayoría de los estudiantes pareciera no conocer los simuladores (21% y 17% en desacuerdo y muy en desacuerdo), y en consecuencia no visualizan el potencial pedagógico de dicho recurso. Lo mismo ocurre cuando se les consulta por otros recursos, como por ejemplo, computadores, signos de tránsito etc., donde las respuestas son muy dispares. Un 17% está totalmente en desacuerdo sobre su uso, mientras que un 21% señala no estar seguro de cómo pueden emplearlos.

Por último, la participación de la familia y comunidad adquiere un rol relevante para educar en el auto-cuidado (34% y 45% de acuerdo y muy de acuerdo).

## Capítulo 5

---

### Discusión y conclusiones

## 5.1 Discusión y conclusiones

En función de los objetivos definidos previamente, con el estudio esperábamos aproximarnos a los conocimientos que poseen los estudiantes de pedagogía sobre normativa, auto-cuidado y formas de educarlo. A partir de los resultados podemos señalar que los estudiantes poseen un conocimiento de la normativa asociada exclusivamente a la prevención de riesgos escolares. Esta situación podría explicarse por el predominio de un enfoque centrado en la teoría del déficit del auto-cuidado (Vega y González, 2007). Este enfoque indica que solo se puede enseñar sobre la base de situaciones de riesgo o de incapacidad de los actores.

Otro elemento que podría explicar que el auto-cuidado sea asociado a situaciones de riesgo, es la normativa proveniente del Ministerio de Educación. En efecto, encontramos indicaciones para el diseño de programas de seguridad escolar, orientaciones para la prevención de riesgos escolares y resoluciones relativas a los accidentes escolares. Con este marco, se orientan las prácticas que ha de asumir la escuela. A modo de ejemplo, las orientaciones proporcionadas por el MINEDUC (2013) para el Plan Escuela Segura, se definió el auto-cuidado como un conjunto de medidas orientadas a fortalecer la prevención de situaciones de riesgo y la protección de los y las estudiantes en los establecimientos educacionales. Entre las situaciones de riesgo, apunta a prevenir: violencia y acoso escolar (bullying), agresiones sexuales y delitos de connotación sexual, consumo de alcohol y drogas y accidentes escolares.

De interés es que los estudiantes no tengan claridad respecto de los Objetivos Fundamentales Transversales, por cuanto ellos establecen metas de carácter comprensivo y general para la educación escolar, referidas al desarrollo personal, intelectual, moral y social de los estudiantes (MINEDUC, 2007), dimensiones que se enmarcan dentro del estudio del auto-cuidado.

En relación con los conocimientos teóricos sobre auto-cuidado, lo más débil pareciera ser los contenidos de tipo conceptual (auto-cuidado, prevención, accidente, etc.), lo que deja en evidencia la necesidad de formar en esta materia, pues son los propios estudiantes quienes señalan que para educar en el auto-cuidado primero se requiere de un dominio disciplinar (73%).

Como hemos indicado, el auto-cuidado se refiere a las prácticas cotidianas y a las decisiones sobre ellas, que realiza una persona, familia o grupo para cuidar de su salud (Lagos, 2012), en este escenario se trata de destrezas susceptibles de ser aprendidas a través de toda la vida. Los resultados demostraron que los estudiantes piensan que el auto-cuidado se refiere solo a prácticas de seguridad escolar, sin embargo, dentro de los contenidos que pueden ser abordados en un módulo de auto-cuidado están la alimentación adecuada a las requerimientos de cada etapa de la vida, medidas higiénicas, manejo del estrés, habilidades para establecer relaciones sociales y resolver problemas interpersonales, ejercicio y actividad física, comportamientos seguros, recreación y manejo del tiempo libre, diálogo, adaptaciones favorables a los cambios en el contexto, entre otros. Como se puede observar, el enfoque es mucho más amplio e integrado del que declaran conocer los participantes del estudio.

La dimensión mejor desarrollada por los estudiantes es la de connotación didáctica. Dejan en evidencia estar de acuerdo en la necesidad de considerar los conocimientos previos a la hora de planificar actividades, destacan el valor de la reflexión y perciben que la temática estaría directamente relacionada con la educación de actitudes y valores para el cuidado de sí mismos y de la sociedad en general.

En específico, sobre el valor de la reflexión, es importante señalar que solo una vez que distingan diversos aspectos de las prácticas cotidianas, es probable que se abra un momento en que se puede decidir si se quiere o no las consecuencias de dicha acción. De allí, que se sugiera instalar la reflexión en la formación inicial docente, donde el grupo de estudiantes pueda mirarse, discutir y evaluar aspectos cotidianos de su quehacer (Anderson, 2012).

El papel de la familia en el aprendizaje del auto-cuidado es ampliamente valorado por los estudiantes. En este sentido, coincidimos con los planteamientos de Flecha (2008) que indica que el aprendizaje cada vez depende menos de lo que ocurre en el centro y el aula y cada vez más de la correlación entre lo que ocurre en el aula, en el domicilio y en la calle.

Un elemento que requiere ser abordado en la formación del auto-cuidado es la tecnología y los recursos didácticos. Ciertamente, las nuevas tecnologías tienen un papel fundamental a través de programas de simulación, uso de videos, software, fichas, láminas, entre otros.

## 5.2 Proyecciones

Como hemos mencionado previamente una de las principales limitaciones para esta investigación es la escasa literatura que existe sobre auto-cuidado, especialmente en el ámbito de educación. Esto nos ha llevado a documentar con trabajos provenientes del ámbito de la salud, trabajo social o empresarial. En este sentido, la investigación puede tener múltiples proyecciones:

- Avanzar en la complementariedad de métodos de manera de profundizar a los resultados del cuestionario.
- Relacionar el conocimiento que tienen los estudiantes de pedagogía con observaciones de prácticas de aula.
- Diseñar y validar protocolos de seguridad escolar que integren una dimensión comunitaria (escuela puertas abiertas).
- Establecer perfiles profesionales que integren conocimientos disciplinares de auto-cuidado y la dimensión pedagógica (cómo enseñarlos).

## Capítulo 6

---

# Propuesta pedagógica para la innovación

## 6.1 Introducción

A partir de los resultados de la investigación se cree necesario intervenir en dos ámbitos: a) a nivel de construcción curricular, b) a nivel de gestión del currículo.

Planteamos una intervención a nivel curricular ya que como indican los resultados el auto-cuidado no es un tema presente en los programas de estudio de las carreras de educación parvularia y educación básica de las universidades participantes. La inclusión de un “módulo” y/o contenido referido al auto-cuidado, ya sea de carácter optativo u obligatorio, representaría un avance en la formación inicial de profesores con proyección en el mejoramiento de la calidad de vida en los escolares. En este contexto, el módulo de auto-cuidado tiene como objetivo mejorar y/o incorporar aquellos elementos técnicos y pedagógicos que no estaban presentes hasta antes de la intervención. La propuesta se organiza en función de los elementos constitutivos de la planificación curricular (Muñoz, 2010) como lo son los objetivos, aprendizajes esperados, contenidos, estrategias, como el detalle de los eventos evaluativos. Es necesario destacar que tal planificación tiene un carácter flexible y actúa como un referente para orientar la acción de aula.

A nivel de gestión curricular, ya sea a partir de quienes toman decisiones a nivel macro de los programas formativos o directamente de quien implementa las actividades en el aula como es el profesor, requiere de tomar decisiones oportunas frente a los aprendizajes esperados. En este contexto, pensamos que el auto-cuidado debiera incluirse en un módulo de carácter obligatorio, fundamentalmente, porque es un elemento explícito en el currículo oficial a través

de los Objetivos Fundamentales Transversales. Asimismo, resulta relevante para resguardar la integridad de los escolares que los profesores sean capaces de diseñar programas específicos de prevención y promoción del auto-cuidado. En este estudio, la intervención se refiere fundamentalmente a una propuesta de funcionamiento dirigida a estudiantes de pedagogía. Como el MINEDUC señala, cualquier aproximación a esta materia requiere de una planificación enmarcada en los Proyectos Educativos Institucionales de los centros escolares y, sobre todo, del desarrollo de propuestas que tengan un carácter participativo, vale decir, que integre el trabajo de cada uno de los estamentos: equipos directivos, profesores, alumnos y sus familias y comunidad local.

## **6.2 Objetivos y fundamentación**

Las prácticas de “auto-cuidado” en el sistema educativo deben considerarse bajo el principio de resguardo del bienestar de la naturaleza humana, particularmente cuando el grupo objetivo son niños y jóvenes en situación de vulnerabilidad social. En este sentido, formar profesionales para educar en el auto-cuidado implica el resguardo de sus condiciones de vida. La formación está mayoritariamente a cargo de las universidades y para ello, estas instituciones deben proporcionar ciertas condiciones de aprendizaje, entre ellas, un currículum actualizado donde el perfil de egreso se focalice un rol docente proactivo y vinculado estrechamente con la práctica. Como hemos señalado, la competencia comunicativa es fundamental para generar espacios de diálogo en las comunidades escolares,

motivando la reflexión permanente, de toma de conciencia y de toma de decisiones favoreciendo el empoderamiento y autonomía.

En este contexto, son objetivos de la intervención pedagógica los siguientes:

- Instalar una creciente conciencia corporal, visualizando como el cuerpo se articula con los espacios y delimitando acciones de resguardo de la salud.
- Reconocer las nociones de auto-cuidado, los elementos y las prácticas implicadas en la propia salud física y mental.
- Identificar prácticas que originan situaciones de peligro de manera de adoptar estrategias de prevención.
- Implementar herramientas y técnicas concretas y efectivas para el auto-cuidado, enfatizando el aporte que realizan los recursos tecnológicos en el aprendizaje.
- Favorecer la capacidad de tomar decisiones, desde el eje del auto-cuidado, en los propios y diversos ámbitos de vida cotidiana, de modo que exista una incidencia positiva en la práctica.
- Instalar competencias reflexivas y dialógicas, de liderazgo y empatía con el propósito de establecer un vínculo de apoyo para los estudiantes y sus familias.
- Instalar competencias para participar de equipos multidisciplinarios, incorporando a la tarea educativa a otros agentes claves de la comunidad.

El programa se fundamenta en la promoción de una cultura de auto-cuidado. Ya es conocido a través de los medios de comunicación los altos índices de obesidad infantil, consumo de drogas, sedentarismo asociado al uso de tecnología, como por ejemplo, los video-juegos y teléfonos móviles. Asimismo, existen altos niveles de estrés en los diferentes ambientes laborales y situaciones familiares que en muchas ocasiones vulneran la condición física y mental de los menores.

Otro elemento de riesgo permanente es la condición geográfica del país. Somos un país eminentemente dispuesto a los desastres naturales, desborde de ríos, terremotos, tsunamis, erupción volcánica, que dejan en evidencia la fragilidad de los sistemas de apoyo, entre ellos, la escuela y sus agentes. Por todo esto, es necesario generar estrategias y destinar recursos para construir una cultura de auto-cuidado, de los equipos profesionales y de las personas.

Se trata de favorecer estilos de vida saludables y adoptar una cultura de prevención de eventos que puedan afectar la integridad de las personas. En el ámbito de la formación de profesores esto implica conocer los factores sociales, culturales y personales que componen el auto-cuidado favoreciendo actitudes, hábitos y prácticas individuales o familiares, que puedan influir positivamente sobre la salud de los escolares.

### **6.3 Actividades pedagógicas**

A continuación se expone la propuesta de intervención pedagógica que incluye aquellos elementos que se encontraban ausentes del planeamiento curricular, así como también una calendarización detallada de sus actividades.

Dada la gran cantidad de accidentes ocurridos durante el transcurso de la vida y el alto costo emocional y familiar que estos tienen, se hace necesario entregar los conocimientos mínimos desde temprana edad para que las personas integren la toma de decisión como un acto casi involuntario pero consiente. Para cumplir este objetivo se debe reconocer los peligros, evaluar el impacto en su integridad física, psíquica y social y por último adoptar las acciones necesarias para el control de los riesgos propiciando la protección propia, la de sus pares y su entorno.

#### **Resultados de Aprendizaje**

- Reconocer la importancia de la funcionalidad del cuerpo humano como sistema.
- Elegir el consumo de alimentos en cantidad y calidad necesarias para lograr una alimentación saludable.
- Controlar los riesgos presentes en los hogares.
- Controlar los riesgos presentes en la vía pública.

### Cronograma (Secuencias Didácticas)

Semana	Actividades		Actividades evaluativas
	Aula / Taller u otros directa	Autónomas indirecta	
1	<p>El docente se presenta y realiza una actividad para que los alumnos se presenten.</p> <p>El docente realiza la presentación del programa de la asignatura e informa las fechas y contenidos de las evaluaciones del semestre.</p>	<p>Los alumnos investigan sobre las partes, funcionalidad e importancia del cuidado de la cabeza, tronco y extremidades superiores e inferiores</p>	<p>Evaluación diagnóstica 0%</p>
<b>RA 1: Reconocer la importancia de la funcionalidad del cuerpo humano como sistema</b>			
2	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p> <p>El docente refuerza los conocimientos necesarios para entender la importancia del cuidado de la cabeza, tronco y las extremidades superiores e inferiores</p> <p>Los alumnos demuestran individualmente su aprendizaje a través de juegos (rompecabezas, memorice y adivinanzas) guiados por el docente</p> <p>Los alumnos realizan en grupo distintas tareas preparadas por el docente en el aula, simulando la falta de una o varias extremidades</p>	<p>Los alumnos investigan sobre las características y funcionalidad del aparato respiratorio, circulatorio y digestivo</p>	<p>Evaluación formativa a través de una ronda de preguntas guiadas, además se evalúa la actividad grupal</p>
3	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p> <p>El docente refuerza los conocimientos necesarios para entender la funcionalidad del aparato respiratorio, circulatorio y digestivo</p> <p>Los alumnos en el aula realizan ejercicios individuales guiados por el docente enfatizando las buenas prácticas para el cuidado de éstos, el docente corrige en el acto</p>	<p>Los alumnos investigan sobre los distintos sentidos y su funcionalidad</p>	<p>Evaluación formativa a través de una ronda de preguntas guiadas y se evalúa los ejercicios individuales</p>

4	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p> <p>El docente refuerza los conocimientos necesarios para entender la funcionalidad de los sentidos a través de un video</p> <p>Los alumnos realizan consultas al docente sobre video presentado</p> <p>Los alumnos realizan en pares distintas tareas preparadas por el docente simulando la falta total o parcial de uno o más sentidos</p> <p>El docente entrega pauta para preparar exposición correspondiente a evaluación individual sumativa</p>	<p>Los alumnos preparan individualmente evaluación sumativa para la semana 5</p>	<p>Evaluación formativa a través de una ronda de preguntas guiadas</p>
5	<p>Los alumnos desarrollan individualmente su evaluación y el docente evalúa y retroalimenta inmediatamente</p>	<p>Los alumnos investigan sobre las propiedades nutricionales de lácteos, carnes, verduras y frutas, aceites y grasas</p>	<p>Evaluación sumativa individual, 25% de ponderación a través de exposición</p>
<p><b>RA 2: Elegir el consumo de alimentos en cantidad y calidad necesarias para lograr una alimentación saludable</b></p>			
6	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p> <p>El docente refuerza los conocimientos necesarios para entender la importancia de incorporar distintos alimentos en la dieta diaria de un adulto mujer y hombre, una niña y un niño</p>	<p>Los alumnos investigan sobre los alimentos que componen la pirámide alimenticia y la cantidad de calorías que debe consumir un adulto mujer y hombre; la cantidad de calorías que debe consumir una niña y un niño para su desarrollo</p>	<p>Evaluación formativa a través de resolución de dudas presentadas por los estudiantes</p>
7	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p>	<p>Los alumnos preparan materiales e insumos para</p>	<p>Evaluación formativa a través de</p>

	Los alumnos elaboran en la sala de clases distintos menus que son presentados a sus compañeros	elaborar menus la semana 8	debate moderado por el docente
8	Los alumnos preparan en grupo menus, los que son evaluados por sus compañeros	Los alumnos preparan evaluación individual sumativa para la semana 9	Evaluación formativa a través de debate moderado por el docente
9	Evaluación individual escrita	Los alumnos investigan sobre las propiedades físico-químicas de los distintos productos de limpieza utilizados comúnmente en el hogar	Evaluación individual sumativa tipo test, 25% de ponderación
<b>RA 3: Controlar los riesgos presentes en los hogares</b>			
10	El docente revisa evaluación sumativa escrita y realiza retroalimentación de la misma  Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado  El docente refuerza los conocimientos a través de video sobre las consecuencias del uso no controlado de los productos de limpieza en el hogar	Los alumnos investigan sobre riesgos presentes en el baño, cocina y patio de sus hogares	Evaluación formativa a través de una ronda de preguntas guiadas
11	Los alumnos presentan individualmente los riesgos encontrados en el baño, cocina y patio de sus hogares  El docente con apoyo audiovisual presenta los riesgos más frecuentes en el baño, cocina y patio de los hogares y las medidas de control que se deben tener sobre éstos	Los alumnos investigan sobre las condiciones mínimas de seguridad exigidas por la normativa nacional vigente para instalaciones de gas y electricidad domiciliarias	Evaluación formativa a través de debates moderados por el docente

<p>12</p>	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado y elaboran en grupos listas de verificación de las instalaciones de gas y electricidad domiciliarias las que exponen a sus compañeros y son revisadas por el docente en el acto</p> <p>Los alumnos resuelven casos preparados por el docente y proponen medidas de control a las condiciones que las requieran y son presentados a sus compañeros</p>	<p>Los alumnos investigan sobre el tetraedro del fuego y los distintos tipos de quemaduras producidos por el fuego, agua y superficies calientes y las consecuencias de éstas, además investigas sobre el cuidado que se debe tener con las distintas mascotas presentes en el hogar</p>	<p>Evaluación formativa a través de debate moderado por el docente</p>
<p>13</p>	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado y el docente refuerza aquellos contenidos que presentan mayores dudas en los estudiantes apoyado de material audiovisual</p> <p>Los alumnos preparan material visual (afiches) para identificar y prevenir los riesgos detectados y lo entregan la semana 14 para ser evaluado por el docente</p>	<p>Los alumnos terminan material visual (afiches) para ser entregado la semana 14 para ser evaluado por el docente y resuelven en grupos guías de casos prácticos entregadas por el docente y preparan evaluación escrita individual sumativa para la semana 15</p>	<p>Evaluación formativa a través de una ronda de preguntas guiadas</p>
<p>14</p>	<p>Los alumnos presentan la resolución de guías a sus compañeros quienes corrigen y aportan si el caso lo requiere</p> <p>El docente participa como moderador y retroalimenta al término de la actividad</p>	<p>Los alumnos preparan evaluación escrita individual para la semana 15</p>	<p>Evaluación formativa a través de debate moderado por el docente</p> <p>Evaluación sumativa, 10% de ponderación</p>
<p>15</p>	<p>Los alumnos responden evaluación escrita individual</p>	<p>Los alumnos estudian la señalización vial y derecho a vía</p>	<p>Evaluación individual sumativa tipo test, 15% de ponderación</p>

<b>RA 4: Controlar los riesgos presentes en la vía pública</b>			
16	<p>El docente revisa evaluación sumativa escrita y retroalimenta aquellos contenidos que presentaron mayor dificultad en los estudiantes</p> <p>Los alumnos demuestran lo aprendido a través de resolución de preguntas realizadas por el docente</p> <p>El docente refuerza los conocimientos adquiridos por los estudiantes con apoyo audiovisual</p>	<p>Los alumnos investigan sobre los robos y emergencias más frecuentes en su ciudad y como prevenirlas y enfrentarlas</p>	<p>Evaluación formativa a través de ronda de preguntas y debate moderado por el docente</p>
17	<p>Los alumnos responden preguntas guiadas por el docente sobre lo investigado</p> <p>El docente refuerza los conocimientos adquiridos por los estudiantes con apoyo audiovisual</p> <p>Los alumnos desarrollan individualmente un plan de contingencia para emergencias y robos con antecedentes entregados por el docente y deben presentarlo la semana 18 para ser evaluado</p>	<p>Los alumnos individualmente terminan plan de contingencia para emergencias y robos para ser entregado la semana 18</p>	<p>Evaluación formativa a través de ronda de preguntas guiadas por el docente</p>
18	<p>Los alumnos entregan plan de contingencia para emergencias y robos</p> <p>Los alumnos realizan recorrido como peatones por la ciudad, el que es evaluado por el docente considerando el respeto por la señalización vial local</p>		<p>Evaluación sumativa, 15% de ponderación a través de rubrica</p> <p>Evaluación sumativa, 10% de ponderación a través de pauta de cotejo</p>

A continuación se exponen ejemplos de actividades en modalidad “fichas de trabajo”, en las cuales se desarrollan los contenidos expuestos previamente. En cada ficha se expone en detalle las actividades a través de una descripción de la situación de aprendizaje, los aprendizajes esperados, recursos didácticos y orientaciones didácticas entre otros elementos. Con esta propuesta se pretende desglosar los módulos y que sirvan de referencia para su transferencia al aula.

## FICHA DE ACTIVIDAD

1. Identificación de la Guía de Aprendizaje			
Carrera	Educación Parvularia / Educación Básica	Fecha	Semana 5
Nombre Actividad	Caja Mágica		
Nº de jornadas Directas/Indirectas	2/4	Nº de Horas por Jornada Directa/Indirecta	2/4
Lugar	Sala de clases		
2. Resultado de Aprendizaje <sup>6</sup>			
Reconocer la importancia de la funcionalidad del cuerpo humano como sistema			
3. Breve descripción de la Actividad			
Los alumnos en grupos de tres integrantes recopilarán distintos artículos con distintas texturas, olores y formas las que se incorporarán a una caja y/o bandeja, luego cubrirán los ojos de uno de sus compañeros (as) los que deberán identificar los objetos utilizando todos los sentidos excepto la vista			
4. Objetivos Propuestos para la actividad			
Reconocer la importancia del sentido de la visión			
5. Tareas o Actividades a Desarrollar por el estudiante			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Recopilar distintos materiales sensoriales</li> <li>➤ Elección de distintos objetos con texturas, olores y formas características</li> <li>➤ Reconocimiento de los objetos extraídos de la caja y/o bandeja</li> <li>➤ Dar las características que puedes reconocer de los objetos extraídos sin mirarlos</li> <li>➤ Determinar el tiempo utilizado en el reconocimiento del objeto extraído</li> </ul>			
6. Evaluación			
Evidencia del Producto	Caja Mágica	Instrumento de Evaluación a aplicar <sup>7</sup>	Lista de cotejo
7. Recursos Didácticos necesarios para la actividad			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Caja y/o bandeja</li> <li>➤ Elementos aromáticos</li> <li>➤ Diferentes texturas</li> <li>➤ Elementos de diferentes sabores</li> </ul>			
8. Recursos Materiales (Herramientas, equipos, movilización, etc.)			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Caja de cartón y/o bandeja</li> <li>➤ Trozos de frutas</li> <li>➤ Géneros con distintas texturas</li> <li>➤ Lija</li> <li>➤ Trozos de distintas maderas</li> <li>➤ Algodón</li> <li>➤ Trozos de metal</li> <li>➤ Mesas de trabajo</li> </ul>			
9. Orientaciones Didácticas			
Se entregarán antecedentes sobre las partes, funcionalidad e importancia del cuidado del cuerpo humano cabeza, tronco, extremidades superiores e inferiores y la importancia de los sentidos para realizar actividades cotidianas.			

<sup>6</sup> Objetivo del Programa de Asignatura

<sup>7</sup> Para este tipo de actividades se sugieren los siguientes instrumentos: listas de cotejo, escalas de apreciación o rúbricas.

## FICHA DE ACTIVIDAD

1. Identificación de la Guía de Aprendizaje			
Carrera	Educación Parvularia / Educación Básica	Fecha	Semana 8
Nombre Actividad	Menú Saludable		
Nº de jornadas Directas/Indirectas	2/8	Nº de Horas por Jornada Directa/Indirecta	2/8
Lugar	Sala de clases		
2. Resultado de Aprendizaje <sup>8</sup>			
Elegir el consumo de alimentos en cantidad y calidad necesarias para lograr una alimentación saludable			
3. Breve descripción de la Actividad			
Los alumnos en grupos de tres elaborarán un menú de colación saludable para una semana de clases de una niña y/o niño			
4. Objetivos Propuestos para la actividad			
Identificar las características nutricionales de distintos alimentos de uso común en los hogares			
5. Tareas o Actividades a Desarrollar por el estudiante			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Elegir distintos alimentos de uso común en los hogares que sean adecuados nutritivamente y en cantidad necesarias para niños y niñas menores</li> <li>➤ Investigar sobre las características nutricionales de los alimentos</li> <li>➤ Investigar sobre las necesidades nutricionales que tiene un niño o una niña para su desarrollo</li> </ul>			
6. Evaluación			
Evidencia del Producto	Menú de colación para una semana de clases de una niña y/o niño	Instrumento de Evaluación a aplicar <sup>9</sup>	Rúbrica
7. Recursos Didácticos necesarios para la actividad			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pirámide alimenticia</li> <li>➤ Necesidades nutricionales de un menor</li> </ul>			
8. Recursos Materiales (Herramientas, equipos, movilización, etc.)			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ PC</li> <li>➤ Hojas</li> <li>➤ Impresora</li> </ul>			
9. Orientaciones Didácticas			
Se entregan antecedentes sobre los alimentos que componen la pirámide alimenticia y la cantidad de calorías que debe consumir una niña y un niño para su desarrollo, realzando la importancia de una alimentación variada en sabores texturas y que sea saludable			

<sup>8</sup> Objetivo del Programa de Asignatura

<sup>9</sup> Para este tipo de actividades se sugieren los siguientes instrumentos: listas de cotejo, escalas de apreciación o rúbricas.

## FICHA DE ACTIVIDAD

1. Identificación de la Guía de Aprendizaje			
Carrera	Educación Parvularia / Educación Básica	Fecha	Semana 15
Nombre Actividad	Elaboración de Afiche, Riesgos en el hogar		
Nº de jornadas Directas/Indirectas	2/8	Nº de Horas por Jornada Directa/Indirecta	2/8
Lugar	Sala de clases		
2. Resultado de Aprendizaje <sup>10</sup>			
Controlar los riesgos presentes en los hogares			
3. Breve descripción de la Actividad			
Los alumnos preparan individualmente afiches con imágenes y colores que llamen la atención de los niños y niñas			
4. Objetivos Propuestos para la actividad			
Mostrar a través de imágenes los riesgos presentes en el hogar y las medidas de control que deben ser adoptados para evitar lesiones en los niños y niñas			
5. Tareas o Actividades a Desarrollar por el estudiante			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los alumnos investigarán sobre un riesgos presentes en el</li> <li>➤ Los alumnos elegirán un modelo de afiche que sea innovador y atractivo para los niños y niñas</li> <li>➤ Los alumnos elaborarán un afiche que identifiquen el riesgos presentes en los hogares y sus respectivas medidas de control</li> </ul>			
6. Evaluación			
Evidencia del Producto	Afiche de riesgos en el hogar	Instrumento de Evaluación a aplicar <sup>11</sup>	Rúbrica
7. Recursos Didácticos necesarios para la actividad			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Apunte del docente</li> <li>➤ Videos de riesgos en el hogar</li> <li>➤ Cuento</li> <li>➤ Laminas</li> </ul>			
8. Recursos Materiales (Herramientas, equipos, movilización, etc.)			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Papel</li> <li>➤ Distintos recortes relacionados con el tema que trabajarán</li> <li>➤ Tijeras</li> <li>➤ Pegamento</li> <li>➤ Plumones de distintos colores</li> </ul>			
9. Orientaciones Didácticas			
Se entregan distintas situaciones de riesgo presentes en la cocina, baño, patio, instalaciones de gas y electricidad y las distintas medidas de control que aplican a cada uno de ellos, dando énfasis en el vocabulario e imágenes a utilizar			

<sup>10</sup> Objetivo del Programa de Asignatura

<sup>2</sup>Para este tipo de actividades se sugieren los siguientes instrumentos: listas de cotejo, escalas de apreciación o rúbricas.

## FICHA DE ACTIVIDAD

1. Identificación de la Guía de Aprendizaje			
Carrera	Educación de Párvulos / Educación Básica	Fecha	Semana 18
Nombre Actividad	Elaboración de maqueta vial		
Nº de jornadas Directas/Indirectas	2/12	Nº de Horas por Jornada Directa/Indirecta	2/12
Lugar	Sala de clases		
2. Resultado de Aprendizaje <sup>12</sup>			
Controlar los riesgos presentes en la vía pública			
3. Breve descripción de la Actividad			
Los alumnos preparan en grupos de cuatro integrantes maqueta que identifique señales de tránsito características de su ciudad, intersecciones de calles, flujo vehicular, semaforización, veredas, etc.			
4. Objetivos Propuestos para la actividad			
Identificar las distintas señales viales para evitar atropellos y accidentes en la vía pública			
5. Tareas o Actividades a Desarrollar por el estudiante			
Los alumnos elaborarán maqueta utilizando materiales reciclados e identificando todas las características estructurales y viales de su ciudad			
6. Evaluación			
Evidencia del Producto	Maqueta con señalización vial	Instrumento de Evaluación a aplicar <sup>13</sup>	Rúbrica
7. Recursos Didácticos necesarios para la actividad			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Normativa de señalización vial</li> <li>➤ Derecho de vía</li> </ul>			
8. Recursos Materiales (Herramientas, equipos, movilización, etc.)			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Materiales reciclados</li> <li>➤ Pegamento</li> <li>➤ Distintos tipos de papeles</li> <li>➤ Señales viales</li> <li>➤ Materiales para la elaboración de edificios, casas, etc.</li> <li>➤ Autos de juguete</li> </ul>			
9. Orientaciones Didácticas			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se realizará un recorrido consiente del espacio urbano para identificar las características propias de la ciudad reconociendo la señalética vial, enfatizando en la identificación de los distintos peligros que enfrentan los peatones y automovilistas.</li> <li>➤ Se evaluará la interpretación de la señalización vial de la ciudad y la utilización del lenguaje e imágenes</li> <li>➤ El lenguaje e imágenes utilizados serán adecuados y facilitaran la comprensión del menor</li> <li>➤ Terminada la actividad existirá un trabajo de reflexión</li> </ul>			

<sup>12</sup> Objetivo del Programa de Asignatura

<sup>2</sup>Para este tipo de actividades se sugieren los siguientes instrumentos: listas de cotejo, escalas de apreciación o rúbricas.

**Criterios de evaluación general del módulo serán:**

<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE</b>	<b>ESTRATEGIAS/ INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN</b>	<b>PONDERACIÓN</b>
<b>RA 1:</b> Reconocer la importancia de la funcionalidad del cuerpo humano como sistema	Rubrica	<b>25%</b>
<b>RA 2:</b> Elegir el consumo de alimentos en cantidad y calidad necesarias para lograr una alimentación saludable	Evaluación escrita	<b>25%</b>
<b>RA 3:</b> Controlar los riesgos presentes en los hogares	Rubrica Evaluación escrita	<b>10%</b> <b>15%</b>
<b>RA 4:</b> Controlar los riesgos presentes en la vía pública	Rubrica Pauta de cotejo	<b>15%</b> <b>10%</b>

## **6.4 Plan de validación de la propuesta de intervención (gestión)**

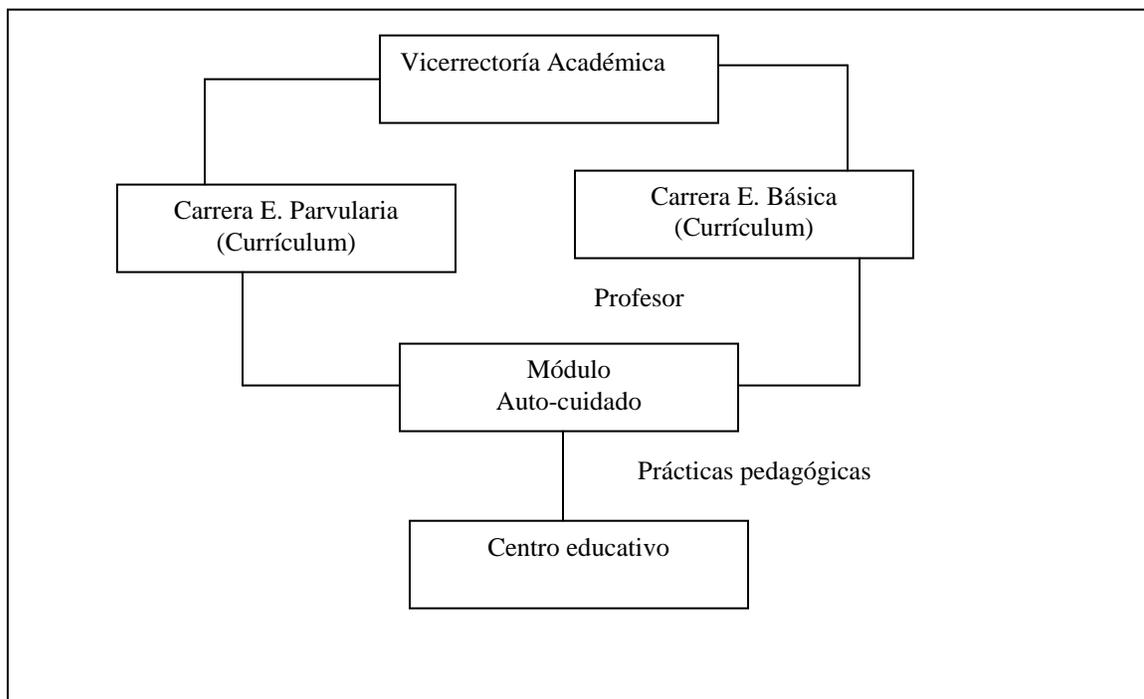
La intervención en este nivel tiene como propósito proponer un módulo para instalar nociones de auto-cuidado en futuros profesores. Para ello, se asumen los siguientes principios:

- **Carácter participativo:** el diseño de estrategias y planes de seguridad escolar deben contar con la participación activa de distintos actores de la comunidad escolar y local, niños, padres y apoderados, profesores, directivos, juntas de vecinos, hospitales, carabineros etc.
- **Pertinencia:** definición de experiencias de auto-cuidado centradas en la realidad y que se fundamentan en reales necesidades de la comunidad escolar. Es importante que los escolares visualicen los conocimientos del auto-cuidado como un saber práctico y útil.

La gestión de programas de auto-cuidado en la universidad debe estar a cargo de las unidades académicas, supervisadas por las unidades de currículum institucional. En el caso de las instituciones participantes el modelo de gestión propuesto se establece de la siguiente manera:

**Figura 3**

**Modelo de gestión de programas de auto-cuidado**



*Fuente: Elaboración propia.*

Las decisiones normativas provienen de la autoridad superior, no obstante, las direcciones de carreras (jefes de carrera) son las encargadas de visualizar los requerimientos formativos y proponer los ajustes al currículum. A nivel micro, es el profesor quien debe implementar el módulo de auto-cuidado teniendo como referencia la vinculación con la práctica.

## Bibliografía

- Anderson, G. (2012). Conferencia en Seminario sobre políticas docentes, formación, regulaciones y desarrollo profesional, IPE Bs. As. 2012. Disponible en [www.IPE-buenosaires.org.ar](http://www.IPE-buenosaires.org.ar) Seminario 2012.
- Babbie, E. (1998). *The practice of social research*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing Co.
- Cardona, M.C. (2002). Introducción a los métodos de investigación en educación. España: EOS.
- Coppard, K. (2013). La auto-atención de la salud y los ancianos. En: Hacia el bienestar de los ancianos. Washington DC: Organización Panamericana de la Salud.
- Cornejo, J.; Sanhueza, S. y Rioseco, M. (2012). Orientaciones para la elaboración de tesis, seminarios y paper académicos. Universidad Católica del Maule: Texto de apoyo de la docencia.
- Chacón, S., Pérez, J., Holgado, F. y Lara, A. (2001). Evaluación de la calidad universitaria: validez de contenido. *Psicothema*, 13(2), 294-301.
- Flecha, R. (2008). Comunidades de aprendizaje. Sevilla: Fundación ECOEM.
- Gay, L. y Airasian, P. (2000). *Educational Research: Competencies for analysis and application*. New York: Merrill/Prentice Hall.

Gómez, P. (2010). Teorías de aprendizaje y formación inicial de profesores.

Documento de trabajo, Universidad de Costa Rica.

Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, O. (2010). Metodología de la

investigación, México: McGraw-Hill Interamericana.

Lagos, C. (2012). Aprendizaje experiencial en el desarrollo de habilidades blandas

(tesis no publicada). Santiago de Chile, Universidad Alberto Hurtado.

Ministerio de Educación (1984). Decreto exento N° 14 del 18/01/1984. Ministerio

de Educación. Santiago de Chile.

Ministerio de Educación (1998). Programa de Fortalecimiento para la Formación

Inicial Docente. Santiago de Chile: UNESCO.

Ministerio de Educación (2005). Informe comisión sobre Formación Inicial

Docente. Santiago de Chile.

Ministerio de Educación (2005). Programa de prevención de riesgos escolares.

Santiago de Chile.

Ministerio de Educación de Chile (2007). Cómo trabajar la Convivencia Escolar a

través de los Objetivos Fundamentales Transversales en los planes y programas del MINEDUC. Santiago de Chile.

Ministerio de Educación (2013). Plan de seguridad escolar. Santiago de Chile.

Serie apoyo escolar.

Ministerio de Planificación (2012). Guía para la reflexividad y el auto-cuidado. Santiago de Chile: MIDEPLAN.

Ministerio de Salud de Chile (2014). Atlas de salud 2014. Seremi de Salud región del Bío-Bío.

Muñoz, M. (2010). Construcción curricular de las prácticas pedagógicas en el proceso de formación profesional de los estudiantes de educación General Básica. Tesis para optar al grado de Magíster en Pedagogía para la Educación Superior. Universidad del Bío-Bío.

Osma, J.; Rosado, Y. y Pabón, H. (2010). Consideraciones básicas en la escritura de la introducción de un artículo científico, *Salud UIS*, 1, 57-60.

Porlán, R. (2002). Principios para la formación del profesorado de secundaria. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 17(1), 23-35.

Porlán, R. y Rivero, A. (1998). El conocimiento de los profesores. Sevilla: Díada Editora.

Quintero, M. (2013). El auto-cuidado. Disponible en: <http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/censenanza/spivsa/antol%20%20anciano/autocuid.pdf>

Tapia, C. & Iturra, V. (1996). Atención en salud. Práctica de auto-cuidado en profesionales de Antofagasta. *Revista Horizonte de Enfermería*, 7(1), 5-12.

Tobón, O. (2203). El auto-cuidado: una habilidad para vivir. Colombia: Universidad de Caldas.

Vega, O. y González, D. (2007). Teoría del déficit de auto-cuidado: interpretación desde los elementos conceptuales. *Revista ciencia y cuidado*, 4(4), 28-35.

## **Anexos**

***Escala de conocimientos sobre auto-cuidado para la formación inicial  
docente***



UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO

©Ramos (2011)

Este cuestionario tiene como objetivo identificar qué conocimientos posees sobre el auto-cuidado en el ámbito escolar. Tu colaboración es muy importante para nosotros porque nuestro interés es proponer programas para enseñar el auto-cuidado en las carreras de pedagogía. Por eso te pedimos que respondas a las preguntas que siguen a continuación. Piensa bien antes de responder y sé sincero/a. Muchas gracias de antemano por tu colaboración.

## Parte I. Datos demográficos

1. Carrera: .....

2. Nivel: Tercer año ( ) Cuarto año ( )

3. Edad: .....

4. Género: Hombre  Mujer

5. ¿Has tenido algún curso de auto-cuidado? Sí  No

6. ¿Has visto algún contenido relacionado con el auto-cuidado? Sí  No

## Parte II. Escala de Conocimiento sobre el auto-cuidado

Para responder a las preguntas tienes que pensar en qué grado son *ciertas* cada una de las afirmaciones utilizando la escala:

Totalmente en Desacuerdo TD	En Desacuerdo ED	No estoy Seguro NS	De Acuerdo DA	Totalmente de Acuerdo TA
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>

Ítems	TD	ED	NS	DA	TA
Los objetivos Fundamentales Transversales permiten el trabajo del auto-cuidado en la escuela.	1	2	3	4	5
El auto-cuidado implica la prevención de riesgos escolares.	1	2	3	4	5
El MINEDUC ha instalado a través de su normativa una cultura de prevención de riesgos y accidentes.	1	2	3	4	5
Los establecimientos educativos deben diseñar programas preventivos en sus PEI.	1	2	3	4	5
Los planes de seguridad escolar diseñados e implementados por toda la comunidad educativa.	1	2	3	4	5
Los valores y actitudes asociados al auto-cuidado promueven el ejercicio de la ciudadanía.	1	2	3	4	5
El auto-cuidado es una actitud de vida que implica tomar decisiones responsables sobre sí mismo.	1	2	3	4	5
La prevención es un conjunto de acciones para impedir o evitar accidentes, emergencias o desastres.	1	2	3	4	5
La emergencia es una alteración causada por un fenómeno natural o generado por la actividad humana.	1	2	3	4	5
La promoción de la salud mental es fundamental en los programas de auto-cuidado de las escuelas.	1	2	3	4	5
Hábitos de alimentación saludable forman parte del auto-cuidado.	1	2	3	4	5

El auto-cuidado es un comportamiento social en un contexto de promoción de la salud.	1	2	3	4	5
El auto-cuidado implica el desarrollo de una creciente conciencia corporal.	1	2	3	4	5
El auto-cuidado incluye conductas de carácter social, afectivo y psicológico.	1	2	3	4	5
Se requiere un dominio de la disciplina (conceptos, modelos y factores que inciden en el auto-cuidado),	1	2	3	4	5
Los profesores deben ser educados en la reflexión sobre prácticas de riesgo/ cuidado personal	1	2	3	4	5
La motivación es un factor relevante para trabajar el auto-cuidado con los escolares.	1	2	3	4	5
El auto-cuidado debe ser trabajado a partir de experiencias de la vida cotidiana.	1	2	3	4	5
Para planificar actividades de auto-cuidado se deben recoger los conocimientos previos de los alumnos.	1	2	3	4	5
Emplear recursos como computadores, señales de tránsito, otros favorece el aprendizaje del auto-cuidado.	1	2	3	4	5
El profesor debe incluir actividades que desarrollen actitudes y valores positivos sobre el auto-cuidado.	1	2	3	4	5
Una estrategia para trabajar el auto-cuidado es el aprendizaje cooperativo.	1	2	3	4	5
Los simuladores son un recurso efectivo para educar en prácticas de auto-cuidado.	1	2	3	4	5
La familia y otros agentes de la comunidad deben intervenir en el aprendizaje del auto-cuidado	1	2	3	4	5