

El ambiente y la salud

Conocer y valorar la relevancia de factores como el descanso, la recreación y el no consumo de sustancias adictivas en la preservación de la salud y desarrollar acciones que promuevan hábitos saludables.

En este perfil se espera que el alumno sea capaz de conocer acciones que promuevan hábitos saludables. Esto implica identificar cuál es un hábito saludable y cuál no lo es. Por otro lado, valorar implica reconocer los efectos positivos que tienen estos comportamientos sobre la salud de las personas. Se entiende por hábito saludable todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social.

En el Programa Escolar se entiende que la escuela debe ser promotora de Salud. La promoción de la Salud, es “el proceso por el cual la comunidad logra un mayor control sobre los determinantes de su salud y actúa para mejorarla”. (Carta de Ottawa, 1983). Se abordan estos contenidos desde Nivel Inicial, por ejemplo en Nivel 3 años. “El ambiente y la salud”. Este mismo contenido también está explicitado desde 1er a 6to año.

El abordaje de este perfil permite la puesta en práctica de principios o conocimientos en actividades concretas como por ejemplo la que se propuso en la prueba [Un día en la vida de Manuel](#) en la que el alumno debe aplicar conocimientos sobre estilos de vida saludables a una situación determinada. El porcentaje de respuesta correcta, en donde se mencionaron dos cambios, es 79%. Algunas de ellas son:

- Manuel debe practicar más actividad física y consumir alimentos saludables.
- Manuel debe hacer una dieta balanceada y estar más tiempo con sus amigos.
- Debe levantarse más temprano y desayunar y hacer 3 comidas más a lo largo del día.

Mientras que el porcentaje de respuesta con crédito parcial, en las que se menciona un solo cambio, es 11% y algunas de ellas son:

- Manuel debe tener tiempo para conversar con sus padres.
- Debe salir a jugar al aire libre con sus amigos.
- Manuel tiene que levantarse y desayunar.

Finalmente, se sugiere revisar este perfil de modo de incluir aspectos como la dieta, la higiene, la prevención de enfermedades y la vacunación, tal como se explicita en el perfil de 3er año. Asimismo, se propone mantener en 6to año los aspectos que hacen a la valoración del descanso, recreación y consumo de sustancias adictivas.