

Community Education

Program

College

Assistance

Migrant

Program

High School Equivalency Program



Enlazando Ciencias,
Matemáticas e Información de
salud en los programas de
GED y de CAMP

BIENVENIDA

- Introducción
- Objetivo del Taller



CITY OF EL PASO



- Frontera Norte con Cd. Juárez Chihuahua México, al sur del Estado de Nuevo Mexico
- Superficie total 255 millas cuadradas
- Población de 700,000 habitantes
- 81.6% Población Latina
- 22.7 % sin Seguro medico

Programa de GED en EPCC

- **Zona Geográfica (Área central, Este, Oeste y Noreste)**
 - **Instalaciones del Colegio (3 Campus)**
 - **Centros Comunitarios**
 - **Escuelas**
 - **Parroquias**
 - **Clases en línea**
 - **Turnos matutino y vespertino**

Programa de GED en EPCC

- Rango de edad de los estudiantes
- Diferentes niveles de educación
- Diferentes roles de los estudiantes *
- Necesidades de los estudiantes (Seguro medico, trabajo, Vivienda, transporte, etc.)

Modelo Cinco Pasos

El Modelo Cinco Pasos está basado en el enfoque que propone el educador brasileño Paulo Freire. El enfoque también se conoce como el enfoque de plantear problemas (Auerbach & Waller). Permite la incorporación de temas actuales y relevantes, como la salud, para el estudiante adulto, facilitándole al aprendizaje de las cinco áreas del GED

MODELO CINCO PASOS



- **Propósito**

- Promover la habilidad del estudiante para expresarse verbalmente y pensar en forma crítica. En este caso, sería sobre problemas de salud mental

- **Método**

- Hacer preguntas que puedan generar polémica en pro y en contra.
- Estar preparados para realizar preguntas generadas de los estudiantes para lograr el propósito
- Manejo adecuado de comentarios personales por parte de los estudiantes
- Asignar un tiempo razonable para éste paso,



Escritura

- Propósito

- Desarrollar la habilidad en la escritura en varios contextos
- Mediante el desarrollo de esta práctica, el estudiante adquiere seguridad, rapidez mental y aptitud para desarrollar cualquier tema.

- Método

- Trabajar la Escritura en las actividades relacionadas con:
 - Artes del Lenguaje
 - Ciencias Sociales
 - Ciencias
 - Matemáticas



**Actividad
en Grupo**

• Propósito

- Motivar al estudiante a trabajar en equipo
- Exponer al estudiante a varios contextos de la comunicación

• Método

- Formar grupos
- Distribuir el material utilizado en la clase de Salud adaptándolo a Matemáticas y a Ciencias
- Cada grupo asignará su moderador, secretario (a) y expositor (a).
- Con el resto de la clase, cada grupo intercambiará ideas, conocimientos, conceptos y experiencias sobre el material leído.

- Propósito

- Ampliar conocimientos por medio de la lectura
- Aumentar vocabulario
- Desarrollar pensamiento critico
- Aumentar el hábito a la lectura

- Método

- Llevar trípticos (folletos), revistas,, periódicos locales relacionados con el tema
- Trabajar en las actividades relacionadas con:
 - Artes del lenguaje
 - Ciencias Sociales
 - Ciencias
 - Matemáticas





Acción

- **Propósito**

- Motivar a los estudiantes para enfrentar nuevos retos
- Compartir en su medio ambiente familiar y social los conocimientos adquiridos en clase.

- **Método**

- Individualmente, el estudiante identificará la posible presencia de problemas de salud en su medio ambiente familiar
- Buscar información sobre los Centros de Recursos en su comunidad.

**Agregando el componente
“Salud”**

Materiales a utilizar de acuerdo a su comunidad

- Trípticos (folletos)
- Periódicos, revistas
- Etiquetas de nutrición
- Información obtenida del internet
- Exámenes de práctica de libros de GED

Enfermedades mas frecuentes en los latinos

- Desordenes alimenticios *
- Sobrepeso/Obesidad
- Prediabetes, Diabetes y sus complicaciones
- Presión arterial alta/Colesterol alto
- Cancer
- Estrés, ansiedad, depresión

Enlazando Ciencias, Matemáticas e Información de salud

- Ciencias Biológicas
- Porcentajes
- Media, Mediana
- Regla de tres
- Equivalencias
- Gráficas
- Estadísticas, etc.

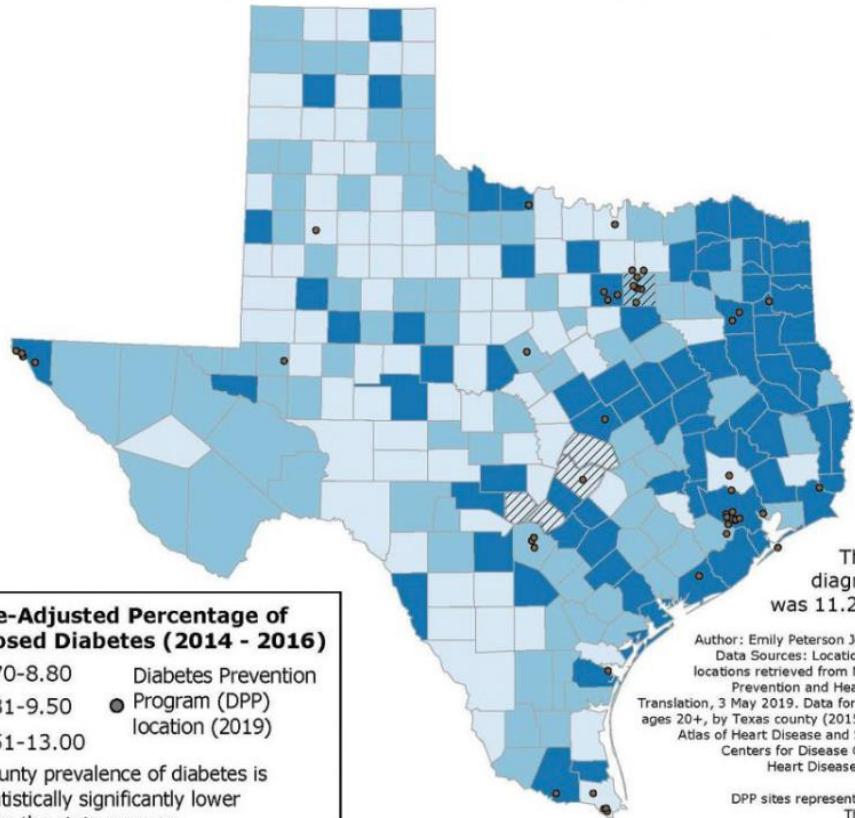
Conociendo los riesgos de salud en mi comunidad

REGIONAL DIABETES PREVALENCE



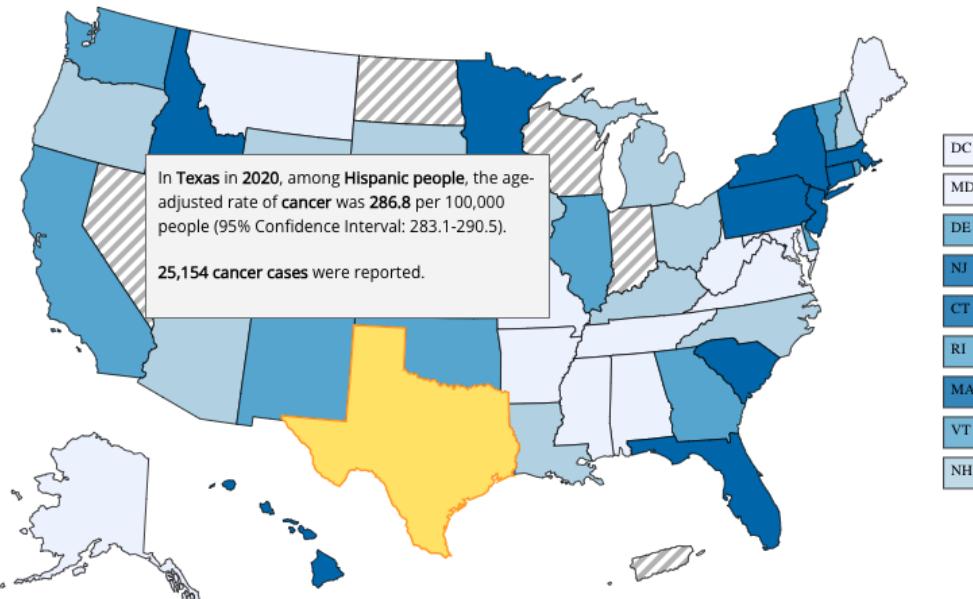


Prevalence of Diabetes and Diabetes Prevention Program Sites, by County, Texas

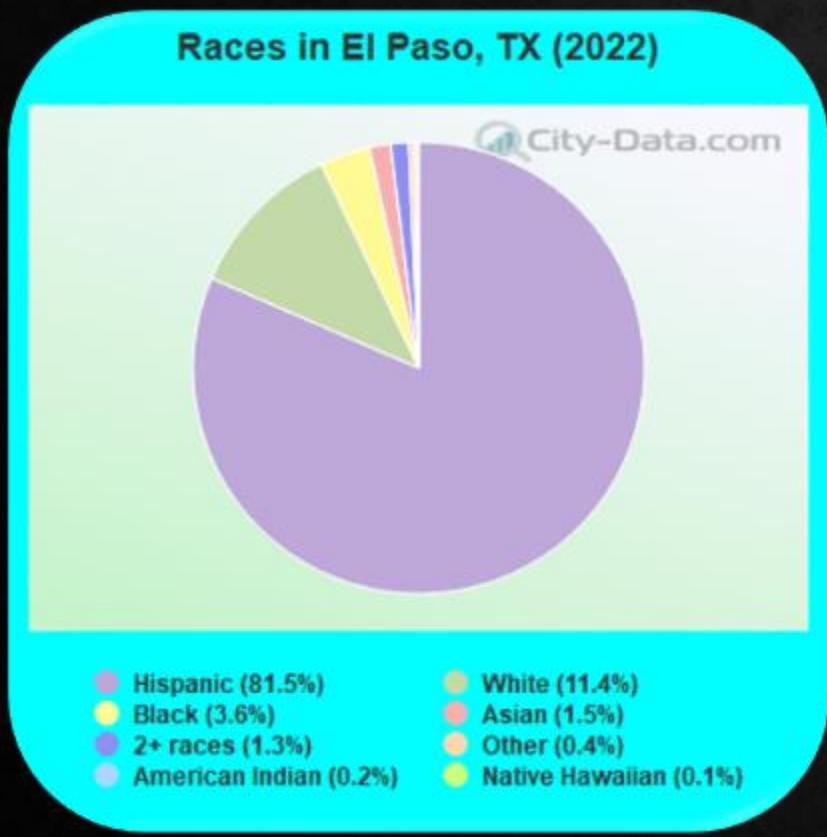


Rate of New Cancers in the United States, 2020

All Types of Cancer, All Ages, Hispanic, Male and Female
Rate per 100,000 people



Ejercicios

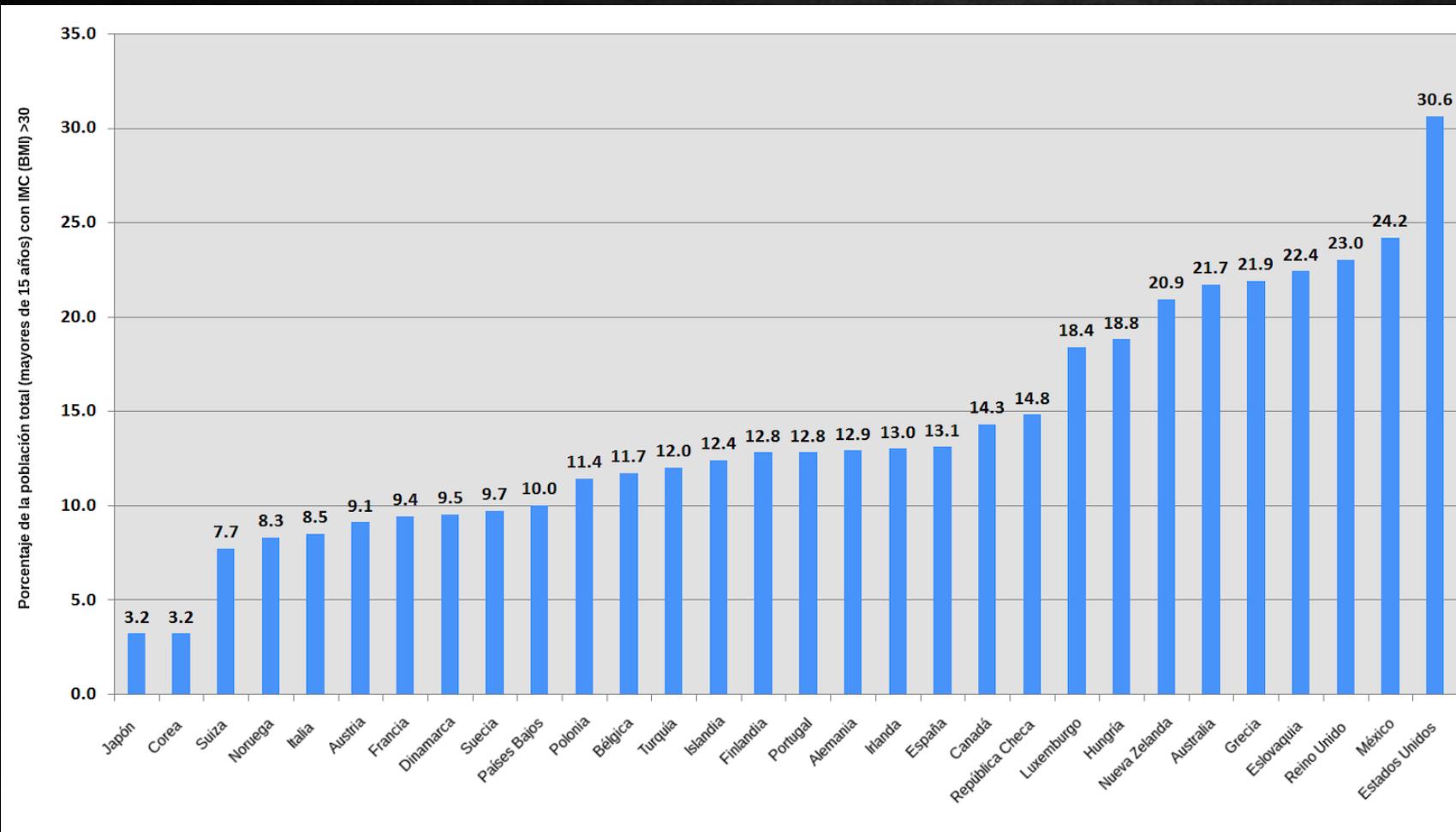


Modelo para obtener la cantidad de población por cada grupo racial.

Población de 650,000 habitantes.

<https://www.city-data.com/races/races-El-Paso-Texas.html>

Porcentaje de la población con un IMC mayor de 30



Fórmula: peso (lb) / [estatura (in)]² x 703

Calcule el IMC al dividir el peso en libras (lb) por la altura en pulgadas (in) cuadradas y multiplicar por un factor de conversión de 703.

Ejemplo:
Peso = 150 lb, Estatura = 5'5"
(65")

Cálculo: [150 ÷ (65)²] x 703 = 24.96

Impacto de la pandemia de Covid-19 en la salud mental a nivel mundial



Basado en la Información de la Gráfica, responda las siguientes preguntas:

- 1) En la gráfica de barras, qué grupo o grupos superan el 1% en desórdenes de ansiedad?
- 2) Cuál es la razón de ansiedad a depresión, redondeado al millón de personas?
- 3) Qué porcentaje de los casos de depresión son casos adicionales de COVID-19, redondeado al porcentaje más cercano?
- 4) En los casos adicionales de depresión, qué porcentaje son mujeres redondeado al porcentaje más cercano?
- 5) Cuál es la razón de mujeres a hombres en desórdenes de ansiedad, redondeado al millón de personas?

ASÍ AFECTA LA DEPRESIÓN A LOS LATINOS EN EE.UU.



40,3% de los adultos hispanos reportaron síntomas de depresión, en comparación con el 25,3% de los adultos blancos.



Los pensamientos/ideas suicidas auto-reportados fueron de 22,9% entre los hispanos, cuatro veces más que entre los afroamericanos; los blancos, con un 5,3%; y dos veces más que entre las personas multirraciales, con 8,9%.



En los hispanos la preocupación por la salud de la familia generó síntomas depresivos en 36,3% de los consultados y la sensación de aislamiento, con un 28,6%, fue la segunda causa de malestar.



36,9%
fue el aumento o el inicio del uso de sustancias para controlar la depresión entre los latinos



Entre todos los grupos, los hispanos eran los más preocupados por conseguir alimentos suficientes, con un 22,7%; por una vivienda estable, con un 20,7%, según el informe de los CDC.



51 millones
de adultos estadounidenses mayores de 18 años (aproximadamente) informaron que padecen de una enfermedad mental en 2019.

Fuente: Informe Disparidades raciales y étnicas en la prevalencia del estrés y la preocupación, las condiciones de salud mental y el aumento del consumo de sustancias entre los adultos durante la pandemia de COVID-19 - Estados Unidos, abril y mayo de 2020 | CDC.



@eltiempolatino
INFOGRAFÍAS

**Responda con la
información en la fotografía:**

- 1)Cuál es la razón en porcentaje de hispanos
preocupados por una vivienda estable a los hispanos
preocupados por conseguir alimentos suficientes,
redondeado al porcentaje más cercano?**

- 2)Cuántos más hispanos que multirraciales reportaron
pensamientos/ideas suicidas?**

- 3)Cuántos hispanos reportaron pensamientos/ideas
suicidas?**

- 4)Cuál fue el total de adultos estadounidenses
encuestados, redondeado al millar más cercano?**

América desea perder peso. En su primer cita con el nutriólogo; su peso fue de 165 libras, después de 8 semanas de implementar cambios en sus hábitos alimenticios, su peso es de 153 libras.

- 1.- En porcentaje ¿cuántas libras de peso perdió?
- 2.- Redondee su respuesta al centésimo más próximo.

Fórmula

$$100 \times \text{cambio} / \text{valor original}$$

$$100 \times 165 - 153 / 165$$

$$100 \times 12 / 165 =$$

$$100 \times 0.07272 =$$

a) 7.28

b) 7.27

c) 7.22

d) 0.07

América desea perder peso. En su primer cita con el nutriólogo; su peso fue de 165 libras, después de 8 semanas de implementar cambios en sus hábitos alimenticios, su peso es de 153 libras.

- 1.- En porcentaje ¿cuántas libras de peso perdió?**
- 2.- Redondee su respuesta al centésimo más próximo.**

Fórmula

$100 \times \text{cambio} / \text{valor original}$

$$100 \times 165 - 153 / 165$$

$$100 \times 12 / 165 =$$

$$100 \times 0.07272 =$$

a) 7.28

b) 7.27

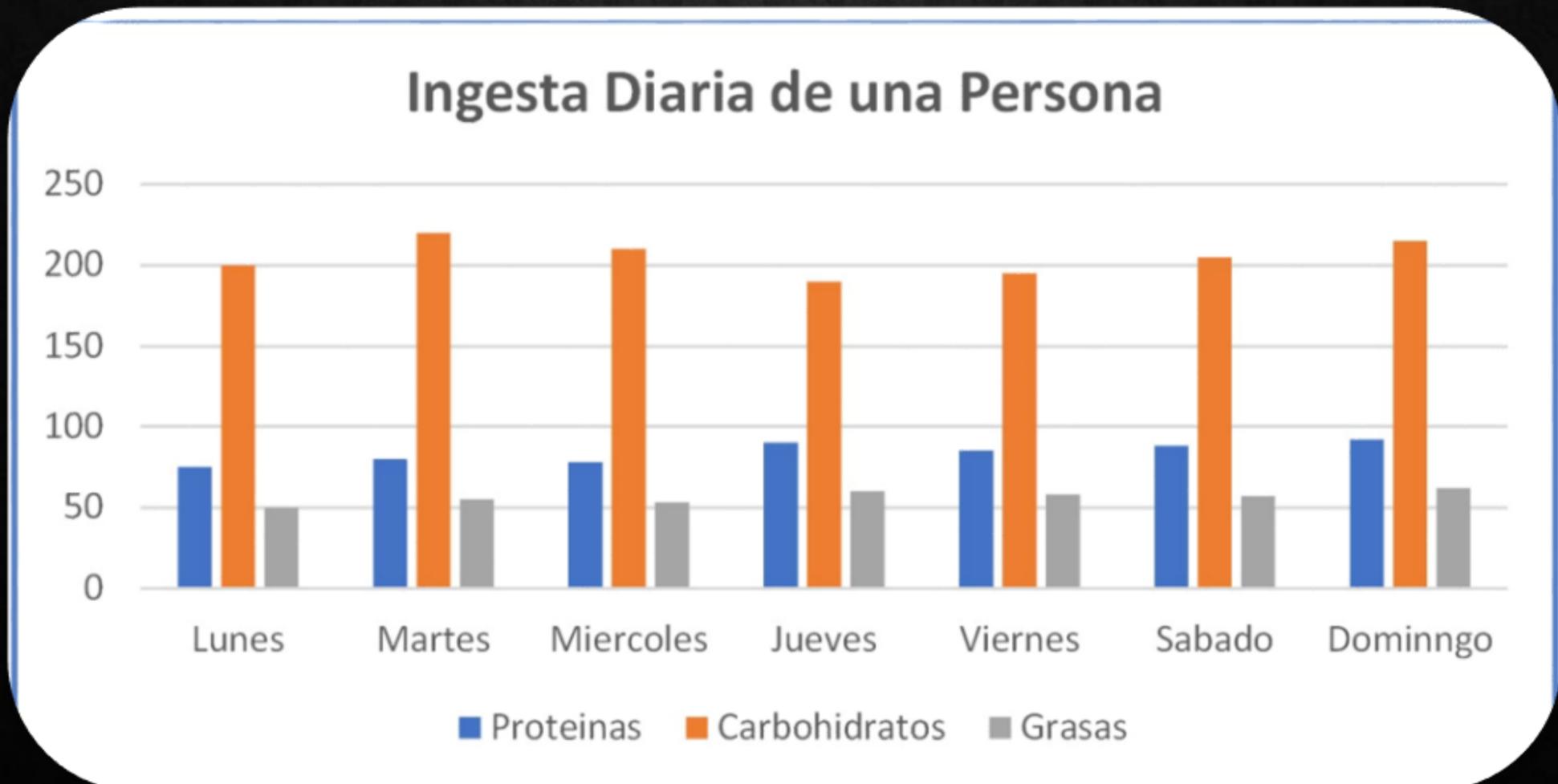
c) 7.22

d) 0.07

Con la siguiente información, hacer una representación gráfica de la ingesta diaria de proteínas, carbohidratos y grasas de una persona en el período de una semana.

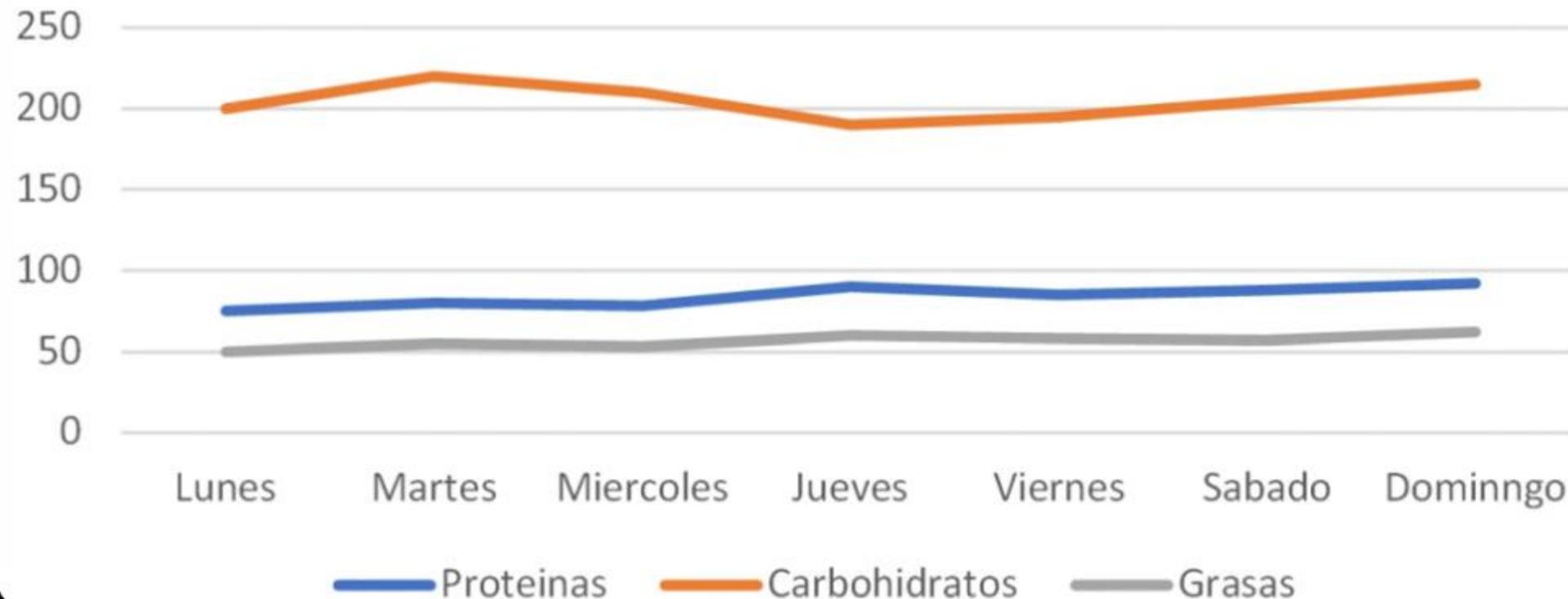
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Gramos de Proteínas	75	80	78	90	85	88	92
Gramos de Carbs	200	220	210	190	195	205	215
Gramos de Grasa	50	55	53	60	58	57	62

Gráfica de barras



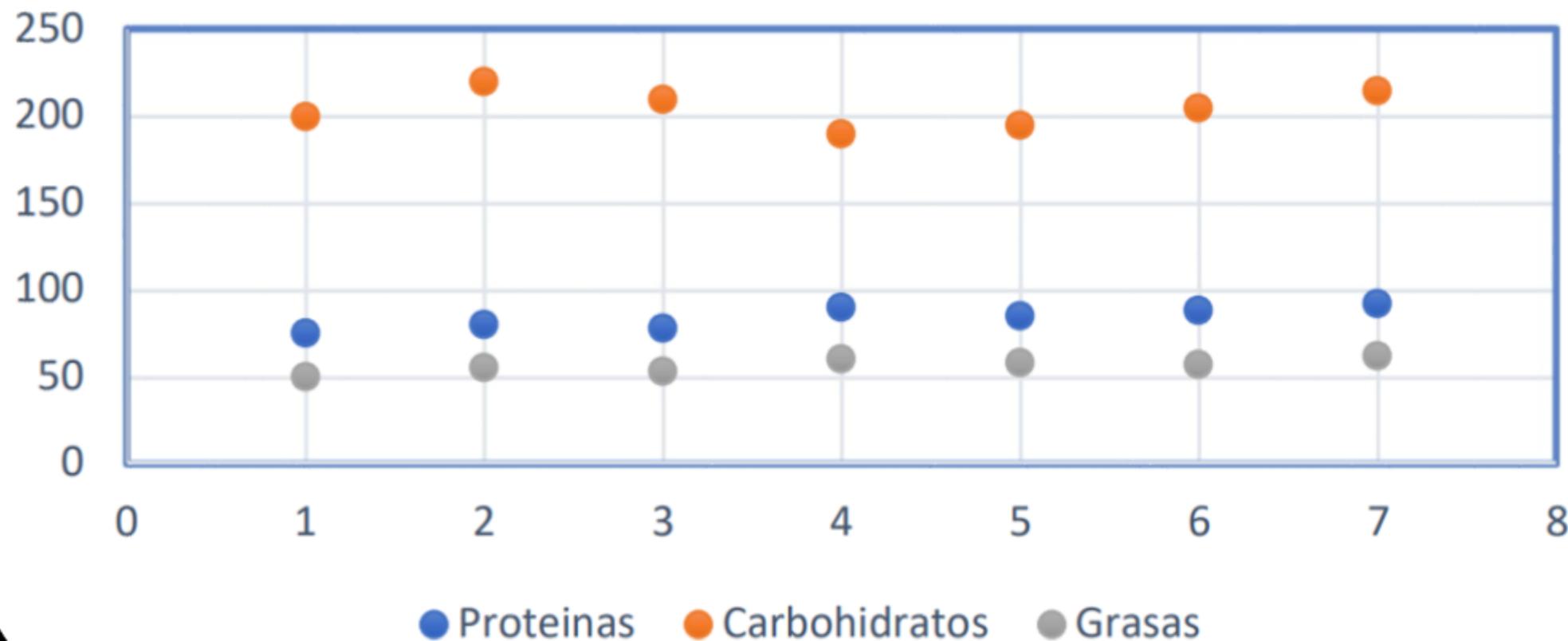
Gráfica de líneas

Ingesta Diaria de una Persona

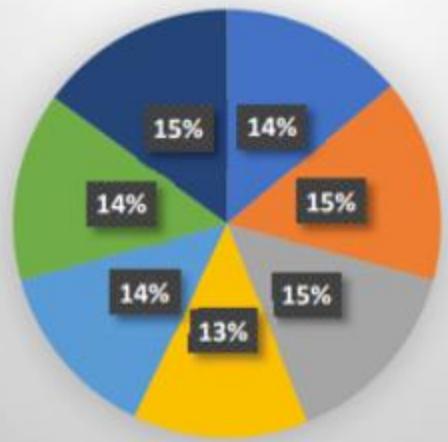


Gráfica de puntos

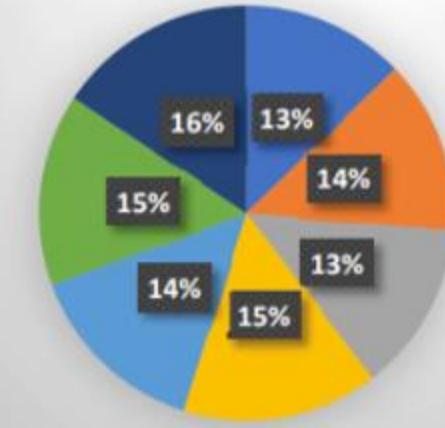
Ingesta diaria de una persona



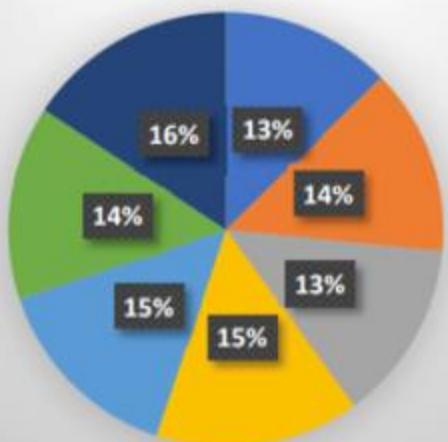
Carbohidratos



Proteinas



Grasas



Gráficas de pastel

Razón, Proporción y porcentaje

Como sacar porcentaje de sodio diario.

Ejemplo de una comida preparada

$$\frac{930 \text{ mg}}{2,400 \text{ mg}} = \frac{x \%}{100 \%}$$

$$x = 39 \%$$



Litros de agua recomendada por Kg en una persona

Se recomiendan .035 litros por kilogramo de peso en una persona. Ejemplo de una persona que Pesa 75 kg.

$$\frac{0.035 \text{ } l}{1 \text{ } kg} = \frac{x \text{ } l}{75 \text{ } kg}$$

Litros de agua recomendada por Kg en una persona

Se recomiendan .035 litros por kilogramo de peso en una persona. Ejemplo de una persona que Pesa 75 kg.

$$\frac{0.035 \text{ } l}{1 \text{ } kg} = \frac{x \text{ } l}{75 \text{ } kg}$$
$$x = 2.62 \text{ } l$$



Calories 550

Amount Per Serving	%Daily
Total Fat 29g	45%
Saturated Fat 10g	50%
Trans Fat 1.5g	
Cholesterol 75mg	25%
Sodium 1000mg	42%
Total Carbohydrate 46g	16%
Dietary Fiber 3g	13%
Sugars 9g	
Protein 25g	
Calcium 260mg	25%
Potassium 0mg	

Alimentos altos en sodio

1 cubito



1080 mg sodio

1 oz embutidos



330 mg sodio

1 cda salsa soja



960 mg sodio

1 sopa instantánea



1030 mg sodio

1 porción pizza pepperoni



760 mg sodio

1/2 tz vegetales enlatados



346 mg sodio

Alimentos altos en sodio

1 oz queso americano



450 mg sodio

Sopa enlatada



870 mg sodio

1 bagel



450 mg sodio

Nachos con queso



860 mg sodio

Quesoburguesa



720 mg sodio

1 1/4 tz cereal



250 mg sodio

Ciencias Biológicas

- Celular
- Aparato Circulatorio
- Aparato Digestivo
- Sistema Nervioso
- Neurotransmisores

Temas De Salud

- Cáncer
- Colesterol/Presión Arterial
- Diabetes/Obesidad
- Alzheimer
- Ansiedad/Depresión

MATEMÁTICAS

- Porcentajes, Media, Mediana, Fracciones, Razones y proporciones, funciones.
- Gráficas
- Estadísticas

TEMAS DE SALUD

- Lectura de Etiquetas de Nutrición
- Estadísticas de mortalidad
- Estadísticas de Casos por grupos de edad, sexo, etc.

Programa CAMP

- **Zona Geográfica (Área central, Este, Oeste y Noreste)**
- **Instalaciones del Colegio (3 Campus)**

Estrategias para incluir la salud en el programa CAMP

- Contratación de una persona del área de la salud
 - Sesiones individuales
 - Identificación de necesidades de salud de su grupo familiar
 - Sesiones breves de acuerdo a los hallazgos
 - Proporcionar información sobre recursos de la comunidad y servicios ofrecidos por la Universidad o Colegio

Estrategias para incluir la salud en el programa CAMP

- Tutores
 - Reuniones uno a uno. Instrucción, observación integral, empatía, motivación.
 - Ofrecer información de recursos universitarios, comunitarios y/o del colegio, que puedan apoyar a los estudiantes en sus necesidades detectadas.
 - Referir a los estudiantes y darles seguimiento

Recomendaciones

- Centros confiables de internet
- Establecer contacto con organizaciones de salud comunitaria
- Red de promotoras (CHW) de la localidad

Recomendaciones

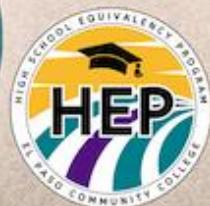
De acuerdo a la organización de nuestros centros,
tener una lista de recursos de salud en la comunidad:

- Atención médica para personas sin documentos legales.
- Números de teléfono de Crisis (salud mental, violencia intrafamiliar, etc.)
- Apoyo con diferentes servicios
- 211



El Paso Community College

High School Equivalency Program



2023-2024



IME

INSTITUTO DE
LOS MEXICANOS
EN EL EXTERIOR

PREGUNTAS?



*Agradecimiento especial a
Facilitadoras y Educadoras
de nuestro programa*



EL PASO



Patricia Arnal

Tel: (915) 831-3184

Email: parnal@epcc.edu