

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN EN SALUD DENTAL

✓ Estándares de educación en la salud

- ✓ Conceptos de salud
- Análisis de factores de influencia
- Acceso a recursos válidos y confiables
- ✓ Comunicación interpersonal
- Toma de decisiones
- Capacidad para establecer metas
- Autogestión
- Apoyo

📍 Indicador de desempeño en la educación en salud para el estado de Oregón

HE.1.7.1 Analizar la relación entre hábitos saludables y salud personal.

HE.1.7.14 Identificar los factores que contribuyen a las enfermedades crónicas.

HE.1.7.18 Analizar hábitos de salud y de cuidado personal que previenen la propagación de enfermedades transmisibles e intransmisibles.

HE.1.7.56 Describir la importancia de una dieta alta en nutrientes.

🛡️ Coordinación de los estándares de lenguaje y alfabetización del estado de Oregon

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.W.7.7
Desarrollar breves proyectos de investigación para responder a una pregunta, recurriendo a varias fuentes y generando nuevas preguntas que estén relacionadas y que permitan continuar la investigación.

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.W.7.8
Recopilar información de múltiples fuentes impresas y digitales, utilizando eficazmente términos de búsqueda; evaluando su credibilidad y exactitud; y citando o parafraseando fielmente y en el formato estándar de citación, los datos y conclusiones de esas fuentes para evitar el plagio.

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.W.7.9
Extraer evidencia de textos literarios o informativos para apoyar el análisis, la reflexión y la investigación.

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.RI.7.10
Al final del año, leer y comprender textos literarios de no ficción al nivel de complejidad de los grados 6 a 8, con el apoyo de procedimientos de andamiaje para el nivel superior.

💬 Vocabulario útil

comunicación
hábitos saludables
salud dental

😊 Lenguaje de alfabetización en la salud

La comunicación significa...

La comunicación efectiva es importante porque...

Lenguaje de alfabetización en la salud adaptado de Health Skills Materials con permiso de RMC Health.

❓ Pregunta(s) principal(es)

¿Cómo utilizar un método de comunicación efectivo para mejorar mi salud dental?





Objetivos para estudiantes

Estudiantes podrán:

- Describir el impacto del uso de tabaco en la salud dental.
- Explicar por qué la mayoría de las personas no usan productos de tabaco.
- Describir las posibles consecuencias de las modas y tendencias en el uso de tabaco.
- Identificar bebidas azucaradas.
- Explicar la importancia de comidas y bebidas saludables para la salud dental.



Materiales y preparación

- Presentación, Proyecto de investigación en salud dental
- Folleto de comunicación para estudiantes (1 por estudiante)
- Preguntas para “Grupos de rompecabezas” (opcional para estudiantes o grupos que necesiten apoyo o indicaciones adicionales durante la investigación).
- Lista de recursos
- Computadoras o tabletas para estudiantes
- Tarjetas con símbolos para separar a la clase en 5 grupos (1 tarjeta por estudiante)
- **Preparar:**
 - Grupos de estudiantes (5 grupos para esta lección). Cada estudiante recibe una tarjeta con un símbolo que indica el grupo al que pertenece. Por ejemplo, una estrella, un arcoiris, etc. que formarán los 5 grupos necesarios para esta lección.
 - Artículos y recursos para que la clase investigue el impacto del tabaco y los alimentos en la salud dental. Considere la posibilidad de colaborar con una persona especialista de la biblioteca para preparar una documentación de recursos para la clase (por ejemplo, bases de datos a los que la escuela se suscribe). Si no esto no es posible, prepare recursos para compartir en formato impreso o digital.

Esquema de la lección y actividades para el aprendizaje

INICIO DE LA LECCIÓN

A medida que los estudiantes entran al salón, distribuya el folleto de comunicación para estudiantes.

Comparta la diapositiva 1-2 y los objetivos de la lección:

1. Describir el impacto del tabaco y los cigarrillos electrónicos en la salud dental.
2. Explicar por qué la mayoría de las personas no usan productos de tabaco o cigarrillos electrónicos.
3. Describir las posibles consecuencias de las modas y tendencias en el uso de tabaco y cigarrillos electrónicos.



4. Identificar bebidas azucaradas.
5. Explicar la importancia de comidas y bebidas saludables para la salud dental.

Comparta la diapositiva 3. Esta es la actividad de introducción. Pida que la clase responda en el folleto de comunicación.

Diga: “Hoy vamos a centrarnos en la comunicación. Dado que cada persona tiene su propia idea de lo que es la comunicación y de las formas de comunicarse con los demás, vamos a crear una definición de la clase que sea inclusiva de todas nuestras perspectivas”.

Mi definición de la comunicación es _____.

La comunicación efectiva es importante para mi salud porque _____.

Pida a los estudiantes que compartan sus definiciones con otra persona de la clase. A partir de las respuestas construyan una definición de la clase. Proporcione definiciones específicas de la comunicación. Ejemplo de definición: La comunicación es la habilidad de transmitir y compartir claramente ideas y sentimientos.

MITAD DE LA LECCIÓN

Diga: “En la lección de hoy y en la siguiente ustedes van a practicar la comunicación, específicamente, la comunicación sobre las opciones en sus hábitos y comportamientos y el impacto sobre la salud dental. Para esto, vamos a realizar una actividad de rompecabezas. Cada persona será una experta en un elemento específico de nuestro tema: el impacto de las elecciones de comportamiento en la salud dental. Después, van a compartir esa información con personas que no sean expertas en su tema y ellas compartirán su experiencia con ustedes”.

Comparta la diapositiva 4 para explicar el proceso.

Diga: “Hoy, van a trabajar en sus grupos para obtener información sobre un tema específico. En la diapositiva, cada círculo representa a una persona. Todas las personas que tengan la tarjeta con el mismo símbolo van a explorar un tema y se convertirán en expertas de ese tema: por ejemplo, cómo afecta el consumo de tabaco y de cigarrillos electrónicos en la salud dental. Y, así cada grupo va a investigar su propio tema. Durante este tiempo, es importante que te sientas muy seguro/a de la información que obtienes, recuerda que eres una de las personas expertas en el tema y que vas a compartir esta información con un grupo de personas que no tiene ninguna (o muy poca) información sobre tu tema”.

Pase a la diapositiva 5 para leer la información en la Fase 2.

Diga: “Durante la fase 2 de la actividad de rompecabezas, pasarás a tu “Grupo de rompecabezas” que está compuesto de 1 persona experta en cada tema. Cada persona experta va a compartir su información con su “Grupo de rompecabezas”. El objetivo de esta actividad no es solamente adquirir información sobre cómo nuestros hábitos y comportamientos impactan la salud dental, sino también practicar la comunicación efectiva. La fase 2 de esta actividad la vamos a hacer en nuestra próxima sesión. Hoy sólo vas a enfocarte en recopilar información, adquirir conocimientos y ganar confianza para presentar la información”.

Dividir la clase en grupos de expertos, cada grupo se centrará en una de los siguientes temas:

Compartir la diapositiva 6. Cada estudiante escribe su pregunta de investigación en el folleto (#1).

- ¿Cómo fumar o mascar tabaco afecta la salud dental?
- ¿Cómo influyen en la salud dental los alimentos y bebidas que elegimos?
- ¿Qué comportamientos mejoran o protegen la salud dental?



- ¿Cómo fumar cigarrillos eléctricos afecta la salud dental?
- ¿Cuáles son las mejores y las peores bebidas para la salud dental? ¿Por qué?

Proporcione a la clase el acceso a recursos y artículos digitales o impresos que usted ha preparado con antelación para que puedan realizar la investigación. Estudiantes deben revisar la información proporcionada y tomar notas en su folleto (#2). Mientras la clase trabaja, permita que estudiantes intercambien información con otras personas expertas de su grupo.

Entregue la hoja de “Preguntas para Grupos de rompecabezas” si hay estudiantes o grupos que necesiten apoyo o indicaciones adicionales.

Cuando los grupos hayan reunido suficiente información para responder a la pregunta con detalles, reúna a toda la clase.

Diga: “Ahora que tienen la información y necesitan compartirla con el resto de la clase: ¿Cómo te comunicarás eficazmente para compartir esta información de manera clara y comprensible?”

Respuestas apropiadas: “Hablar claro y despacio; compartir definiciones de palabras que el público no conozca; usar el lenguaje corporal/facial de manera apropiada; dar tiempo para que el grupo tome notas de la información; hacer preguntas; no interrumpir a otra persona; escuchar activamente (no distraerse); no hablar mientras otra persona está compartiendo su información; sentarse cerca respetando el espacio personal de cada uno; asentir con la cabeza y utilizar otras expresiones del lenguaje corporal para mostrar comprensión”.

Diga: “Una parte importante de una actividad de rompecabezas y de la comunicación es estar preparado para hablar de un tema. Regresen a sus grupo y escriban un guión con la información que van a compartir mañana a cada uno de los “Grupos de rompecabezas”. Se espera que mañana cada estudiante comparta la información que ha aprendido el día de hoy para poder responder a la pregunta de investigación. Ahora, con sus grupos de expertos, practiquen lo que van a decir mañana y apoyense mutuamente con ideas y comentarios para ganar confianza. Tomen notas en su folleto para que mañana puedan presentar la información de forma clara con sus “Grupos de rompecabezas”.

Estudiantes trabajan mientras profesores circulan alrededor del salón ofreciendo apoyo en la escritura del guión.

FINAL DE LA LECCIÓN

Diga: “Durante la clase de hoy ustedes investigaron información para responder a las preguntas relacionadas con el tema de cómo nuestros hábitos y comportamientos impactan la salud dental. Mañana ustedes van a compartir la información con los “Grupos de rompecabezas” utilizando estrategias de comunicación efectivas. Al final de nuestra próxima sesión, ustedes podrán responder a todas las preguntas de investigación que vimos al principio de esta lección. Esto será posible gracias a la ¡excelente comunicación de las personas expertas en el tema!”

Comparta la diapositiva 7 y **pida** que los estudiantes demuestren lo que aprendieron en la lección. Estudiantes pueden responder en el folleto.

Mañana cuando estés con tu grupo de personas expertas, ¿qué vas a compartir y cómo vas a hacerlo?

Revise las respuestas de la clase para evaluar su rendimiento. Según los resultados, esta lección se puede volver a enseñar. Si el tiempo lo permite, se pueden compartir las respuestas en clase

Nota: estudiantes o profesores deben guardar los folletos para la próxima sesión.



Ampliaciones y adaptaciones

Enriquecimiento y modificaciones para estudiantes con habilidades varias	<p>Muro de palabras con vocabulario e imágenes.</p> <p>Para formar los grupos, asigne a cada pregunta de investigación un color o un número y luego, asigne de manera aleatoria el color o número a los estudiantes, entregándoles una nota adhesiva o una pelota que indique su pregunta de investigación.</p>
Integración de la tecnología en la educación	<p>Comparta las diapositivas utilizando Google Slides.</p>
Ampliación	<p>Para integrar la habilidad de Acceder a recursos fiables: si estudiantes ya han aprendido a acceder a recursos de salud fiables, deben buscar sus propios recursos para responder a la pregunta, utilizando sólo los recursos que consideren válidos y fiables.</p> <p>La clase puede crear materiales de apoyo visual que compartirán con su grupo en la siguiente lección.</p>



COMUNICAR COMPORTAMIENTOS SOBRE LA SALUD DENTAL Y LA SALUD EN GENERAL

✓ Estándares de educación en la salud

- ✓ Conceptos de salud
- Toma de decisiones
- Análisis de factores de influencia
- Capacidad para establecer metas
- Acceso a recursos válidos y confiables
- Autogestión
- ✓ Comunicación interpersonal
- Apoyo

🎯 Indicador de desempeño en la educación en salud para el estado de Oregón

HE.1.7.1 Analizar la relación entre hábitos saludables y salud personal.

HE.1.7.14 Identificar los factores que contribuyen a las enfermedades crónicas.

HE.1.7.56 Describir la importancia de una dieta alta en nutrientes.

HE.4.7.6 Practicar habilidades de la comunicación que fomenten relaciones saludables.

✓ Coordinación de los estándares de lenguaje y alfabetización del estado de Oregon

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.SL.7.1

Participar eficazmente en una serie de discusiones colaborativas (individuales, en grupo y con la guía de profesores) con diversos interlocutores sobre temas, textos y cuestiones del grado 7, basándose en las ideas de los demás y expresando ideas propias con claridad.

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.SL.7.4

Presentar afirmaciones y conclusiones, poniendo énfasis en los puntos más importantes de forma clara y coherente, utilizando descripciones, hechos, detalles y ejemplos pertinentes. Utilizar el contacto visual, el volumen y la pronunciación de manera apropiada y clara.

💬 Vocabulario útil

comunicación
salud dental
contexto
lenguaje corporal
tono
rapidez
proximidad
inflexión

😊 Lenguaje de alfabetización en la salud

Ya que estamos en la escuela y nos comunicamos sobre temas de salud, deberíamos _____ mientras nos comunicamos.

Comprender el lenguaje corporal puede ser útil porque _____.

Cuando escucho a una persona, yo debo _____ para mostrar que estoy prestándoles atención.

Utilizar la voz de manera eficaz es importante a la hora de comunicar una idea porque _____.

Lenguaje de alfabetización en la salud adaptado de Health Skills Materials con permiso de RMC Health.



**Pregunta(s) principal(es)**

¿Cómo puedo utilizar eficazmente las estrategias de comunicación para mejorar la salud dental?

**Objetivos para estudiantes****Estudiantes podrán:**

- Informar claramente sobre la nutrición y la salud dental.
- Informar claramente sobre el uso de tabaco, los cigarrillos electrónicos y la salud dental.
- Resumir los beneficios de elegir hábitos y comportamientos saludables para promover la salud dental y relaciones sociales positivas.

**Materiales y preparación**

- Presentación, Comunicar comportamientos sobre la salud dental y la salud en general
- Folleto de comunicación para estudiantes (lección 1).
- Computadoras para estudiantes
- **Preparar:**
 - Tener copias folleto de la lección anterior
 - Grupos de estudiantes (5 “grupos de rompecabezas” de la lección anterior; cada uno compuesto de una persona experta en uno de los subtemas)

Esquema de la lección y actividades para el aprendizaje

INICIO DE LA LECCIÓN

A medida que los estudiantes entran al salón, distribuya el folleto de la lección 1.

Compartir la diapositiva 1-2 y los objetivos de la lección:

1. Informar claramente sobre la nutrición y la salud dental.
2. Informar claramente sobre el uso de tabaco, los cigarrillos electrónicos y la salud dental.
3. Resumir los beneficios de elegir hábitos y comportamientos saludables para promover la salud dental y relaciones sociales positivas.

Comparta la diapositiva 3. Esta es la actividad de introducción. Los estudiantes responden en el folleto de comunicación. Anime a la clase a generar ideas para completar los espacios en blanco en el folleto, de forma individual o en parejas → Lección 2 → Estrategias eficaces para la comunicación (#1-5).

MITAD DE LA LECCIÓN

Diga: “En la lección de hoy, así como en la última, ustedes van a practicar la comunicación y en particular la comunicación de opciones de comportamiento y su repercusión en la salud dental. Para esto, vamos a realizar la segunda fase de la actividad de rompecabezas de la lección 1. En esta actividad, cada persona es experta en una parte específica de nuestro tema: el impacto de las elecciones de comportamiento en la salud dental”.



Diga: “Hoy compartirás la información que preparaste con personas que no son expertas en tu tema y ellas compartirán su sabiduría contigo”.

Nota: si lo cree necesario, comparta la **diapositiva 4** para recordarle a la clase cómo funciona la actividad.

Diga: “Ya hemos completado la fase 1 de la actividad de rompecabezas. Hoy, vamos a realizar la fase 2, ustedes van a formar sus “Grupos de rompecabezas” que está compuesto de personas expertas en los distintos subtemas. Cada persona experta compartirá su información con el grupo. Recuerden que el objetivo de esta actividad no es sólo obtener información sobre cómo las elecciones de comportamientos pueden afectar la salud dental, sino también practicar la buena comunicación. Vamos a comenzar la clase de hoy con un repaso de las estrategias para una comunicación eficaz”.

Dirija la atención de la clase al folleto y comparta la **diapositiva 5**.

Nota: esta actividad sirve para repasar las estrategias comunicativas. Repase cada punto rápidamente, dedicando así la mayoría del tiempo al trabajo en grupos.

Pida a la clase que comparta sus ideas o respuestas para la pregunta #1.

Diga: “El primer paso para una comunicación eficaz es determinar cómo debe comunicarse la persona, de acuerdo con el contexto. El contexto es la situación o el entorno en el que se está comunicando”.

Continúe con la próxima diapositiva para ver la respuesta a la pregunta #1: “Como estamos en la escuela y nos comunicamos sobre temas de salud, debemos usar un lenguaje académico y puntual en la comunicación. El tipo de comunicación que se espera en un salón de clase es diferente del que se utiliza en otros espacios como, por ejemplo, entre amigos y amigas”.

Pida que estudiantes compartan ideas y respuestas a la #2.

Diga: “La mente humana percibe de manera natural y constante la información sobre una situación o conversación basándose en el lenguaje corporal, incluidos los gestos y las expresiones faciales”.

Haz clic en la pregunta #2 para ver la respuesta: “Entender el lenguaje corporal puede ayudar a las personas a entenderse porque nos comunicamos con todo el cuerpo, no solamente con las palabras que usamos”.

Pida que estudiantes compartan ideas y respuestas para la pregunta #3.

Diga: “El lenguaje corporal es una parte importante y rica de la comunicación. El lenguaje corporal del público influye también en la forma cómo percibimos lo que estamos diciendo”.

Continúe con la próxima diapositiva para ver la respuesta a la pregunta #3: “Cuando escuchamos a una persona, debemos acercarnos, usar el contacto visual y utilizar gestos para demostrar que le estamos escuchando”.

Acercarse = la proximidad con un interlocutor cambia de acuerdo al contexto.

Contacto visual = mirar a la persona mientras habla.

Gestos de aprobación = asentir con la cabeza y utilizar expresiones faciales de bienvenida.

Pida que estudiantes compartan sus ideas y respuesta a la pregunta #4.

Haga clic para ver la respuesta #4: “Resumir la información que una persona presenta es una manera de confirmar que hemos entendido. Por ejemplo, podemos decir: “Entonces, lo que estás diciendo es que _____. ¿Correcto?”

Pida que estudiantes compartan ideas y respuestas para la pregunta #5.



Diga: “Una de los elementos más poderosos de la comunicación es la voz. Nuestra voz es mucho más que lo que decimos. Nuestro tono, la inflexión, la velocidad y el volumen ayudan a dar sentido a las palabras que usamos y le permiten al público entender mejor lo que queremos decir”.

Haga click para ver la respuesta #5: “Usar la voz de forma eficaz es importante para la comunicación de ideas porque el tono, la inflexión, la velocidad y el volumen dan al público una idea de lo que queremos decir”.

Pida que estudiantes dibujen un círculo. Diga a la clase que con el tono, el volumen y la velocidad de nuestra voz, mostramos emoción.

Comparta una frase simple con la clase, por ejemplo, “Debo cepillarme los dientes”.

Cada estudiante tiene un tono, un volumen, o una velocidad diferente para leer la misma frase. Siguiendo el círculo de la clase, permita que cada estudiante practique con las diferentes técnicas de voz para observar cómo cambia el significado de la frase.

Concluya esta actividad con las siguientes preguntas:

- ¿Cómo puede tu voz cambiar el significado de las palabras?
- ¿Qué aspecto de la voz crees que tiene el mayor impacto?
- ¿En qué situación crees que será más difícil controlar los diferentes aspectos de la voz?

Diga: “Ahora que repasamos las técnicas para la comunicación eficaz, ustedes van a practicarlas en sus “Grupos de rompecabezas”. Cada persona comunicará eficazmente la información de su tema. Cuando compartan la información, asegúrense de utilizar las estrategias para la comunicación eficaz que acabamos de discutir. Y cuando estén escuchando activamente, tomen notas sobre los temas de investigación en sus folletos”.

Comparta la diapositiva 11

Diga: “Mientras las personas expertas comparten la información, tomen notas en sus folletos y traten de identificar lo que han aprendido de las presentaciones”.

Permita que los grupos se reúnan y empiecen a exponer. Circule entre los grupos, proporcionando apoyo y haciendo comentarios sobre las estrategias comunicativas (tanto en la escucha como en el habla).

Cuando los grupos hayan terminado, comparta la *diapositiva 11* y pida que los grupos debatan la siguiente pregunta: “¿Cómo promueven la salud dental y las relaciones sociales las opciones de comportamiento saludable?” Usen la información de las presentaciones así como sus experiencias personales como evidencia de sus opiniones y propuestas.

Aunque las respuestas son importantes y pueden variar, la oportunidad de practicar estrategias de comunicación de manera espontánea es más importante.

Respuestas apropiadas: “La comunicación activa y eficaz es un comportamiento saludable que mejora las relaciones sociales; comer bien y evitar el uso de productos de tabaco mejora la salud física; cuando una persona tiene confianza en su salud física esto tiene un impacto positivo sobre sus relaciones sociales; comunicarse eficazmente sobre la salud dental permite que padres y profesionales de la salud puedan intervenir más rápidamente sobre problemas, preocupaciones o molestias”.

FINAL DE LA LECCIÓN

Diga: “Hoy repasamos la comunicación eficaz y ustedes tuvieron la oportunidad de poner en práctica estrategias para la comunicación eficaz. Además, ustedes han aprendido y/o recordado el impacto de las elecciones de consumo de productos de tabaco y el consumo de alimentos y bebidas sobre la



salud dental. El tabaco y las dietas no saludables tienen un impacto negativo sobre la salud la salud dental y sobre toda la salud en general. En la próxima lección, vamos a explorar y practicar diferentes estrategias de la comunicación que pueden ayudarte a proteger tu salud dental de los efectos del tabaco y la mala alimentación”.

Comparta la diapositiva 13 y **pida** que estudiantes demuestren lo que aprendieron en la lección. Estudiantes pueden responder en el folleto.

Consulte la lista de estrategias de comunicación del folleto.

¿Cuáles pusiste en práctica satisfactoriamente?

¿Cuáles debes practicar más?

Revise las respuestas de la clase para evaluar su rendimiento. Según los resultados, esta lección se puede volver a enseñar. Si el tiempo lo permite, se pueden compartir las respuestas en clase, o no.

Ampliaciones y adaptaciones

Enriquecimiento y modificaciones para estudiantes con habilidades varias	<p>Muro de palabras con vocabulario e imágenes.</p> <p>Colabore con proveedores de servicios relacionados y/o profesores de educación especial para apoyar a estudiantes con trastornos de la comunicación y/o discapacidades para que practiquen con éxito el contenido de esta lección.</p>
Integración de la tecnología en la educación	<p>Comparta las diapositivas utilizando Google Slides.</p>
Ampliación	<p>Si las estrategias de comunicación interpersonal no se han enseñado y practicado, incluya una actividad vivencial para cada una de las estrategias de comunicación.</p> <p>Refiérase a RMC Health Education - Interpersonal Communication Stage 1 for Grades 6-8 para encontrar algunas ideas.</p> <p>Explore los trastornos de la comunicación y las discapacidades físicas y orgánicas. Infórmese sobre las estrategias de comunicación efectiva de personas con trastornos o con discapacidades.</p> <p>American Speech-Language-Hearing Association</p> <p>KidsHealth</p> <p>Social Thinking</p>



COMUNICAR SOBRE LA SALUD DENTAL Y COMPORTAMIENTOS SALUDABLES

✓ Estándares de educación en la salud

- ✓ Conceptos de salud
- Análisis de factores de influencia
- Acceso a recursos válidos y confiables
- ✓ Comunicación interpersonal
- Toma de decisiones
- Capacidad para establecer metas
- Autogestión
- Apoyo

🎯 Indicador de desempeño en la educación en salud para el estado de Oregón

HE.1.7.1 Analizar la relación entre hábitos saludables y salud personal.

HE.1.7.56 Describir la importancia de una dieta alta en nutrientes.

🛡️ Coordinación de los estándares de lenguaje y alfabetización del estado de Oregon

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.W.7.3
Escribir textos narrativos para desarrollar experiencias o acontecimientos reales o imaginarios, utilizando una técnica eficaz, detalles descriptivos y relevantes, así como secuencias de acontecimientos bien estructuradas.

CCSS.ELA-ALFABETIZACIÓN.SL.7.6
Adaptar el discurso a una variedad de contextos y tareas, demostrando dominio del inglés formal cuando sea indicado o apropiado. (Véase los estándares 1 y 3 de lengua del séptimo grado, para conocer las expectativas específicas).

💬 Vocabulario útil

comunicación
lenguaje corporal
escuchar
involucrarse
voz

😊 Lenguaje de alfabetización en la salud

La comunicación efectiva es importante porque _____.

Cuando estoy en _____, es importante comunicarse _____.

El lenguaje corporal es importante para comunicarse con otras personas porque _____.

Cuando escucho a una persona, yo debo _____ para mostrar que estoy poniendo atención.

Para expresar de manera efectiva _____, yo debo _____ porque _____.

Lenguaje de alfabetización en la salud adaptado de Health Skills Materials con permiso de RMC Health.

❓ Pregunta(s) principal(es)

¿Cómo puedo utilizar estrategias de comunicación eficazmente para mejorar la salud dental?





Objetivos para estudiantes

Estudiantes podrán:

- Demostrar el uso de comunicación verbal y no verbal en cuanto a la salud dental.
- Comunicarse claramente sobre temas de nutrición y salud dental.
- Comunicarse claramente sobre el consumo de tabaco y la salud dental.
- Proponer formas de mejorar las técnicas de comunicación personal.



Materiales y preparación

- Presentación, Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables.
- Folleto, Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables (1 por estudiante).
- Computadoras para el uso de estudiantes.

Esquema de la lección y actividades para el aprendizaje

INICIO DE LA LECCIÓN

A medida que los estudiantes entran al salón, distribuya el folleto “Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables”

Comparta la diapositiva 1-2 y los objetivos de la lección:

1. Demostrar el uso efectivo de la comunicación verbal y no verbal en cuanto a la salud dental.
2. Comunicarse claramente sobre temas de nutrición y salud dental.
3. Comunicarse claramente sobre el consumo de tabaco y la salud dental.
4. Proponer formas de mejorar las técnicas de comunicación personal.

Comparta la diapositiva 3: Esta es la actividad de introducción. Estudiantes responden en el folleto.

Si tu boca pudiera decirte algo, ¿qué te diría sobre su salud y la manera como la cuidas?

Invite a la clase a compartir sus respuestas, animándoles a usar las estrategias de comunicación, es decir el tono, la inflexión, el volumen y el lenguaje corporal de forma coherente con sus respuestas.

Respuestas apropiadas:

“Mi boca diría:

- *gracias por cepillarte los dientes todos los días”.*
- *deja de beber tanto café/soda”.*
- *el agua es deliciosa y la leche nutritiva”.*
- *gracias por ponerte un protector bucal cuando haces deportes”.*
- *los alimentos saben mejor que las uñas y los lápices, por favor, ¡deja de morderlos!”*
- *soy saludable, gracias por tus decisiones”.*
- *estoy sufriendo un poco”.*
- *por favor, cepíllate hasta la línea de las encías”.*



- *los caramelos se sienten bien en mi lengua, pero a mis dientes no les gusta el azúcar que queda después de comerlos”.*
- *me encantan las verduras crujientes que te comes al almuerzo”.*

MITAD DE LA LECCIÓN

Dirija la atención de la clase hacia la lista de verificación que aparece en el folleto y discuta cada elemento de la lista, animándoles a que pongan en práctica en las siguientes 3 actividades cada una de las estrategias para la buena comunicación.

Comparta la diapositiva 4. Diga a la clase que van a escribir un discurso de entre 30 y 60 segundos sobre cómo mantener las bocas saludables y felices. Permita que los estudiantes tengan tiempo para reflexionar sobre el tema y escribir su discurso en el folleto. Cuando hayan terminado, pida que compartan sus discursos con una pareja. Anime a la clase a poner en práctica las estrategias de voz (de la lección anterior). Después de que una persona comparte su discurso, la otra persona le indica un aspecto positivo y un aspecto a mejorar. Cada estudiante debe compartir su discurso con 3-5 parejas.

FINAL DE LA LECCIÓN

Diga: “En la lección de hoy practicamos estrategias de comunicación en el contexto de la salud oral. Comunicarse eficazmente sobre temas de salud te ayudará a ser una persona saludable, ya que vas a poder expresar tus necesidades, tus victorias, tus sentimientos y además podrás pedir ayuda cuando la necesites”.

Comparta la diapositiva 5 y **pida** que estudiantes demuestren lo que aprendieron en la lección. Estudiantes pueden responder en el folleto.

¿Cómo puedo utilizar estrategias de comunicación eficazmente para mejorar la salud dental?

Revise las respuestas de la clase para evaluar su rendimiento. Según los resultados, esta lección se puede volver a enseñar. Si el tiempo lo permite, se pueden compartir las respuestas en clase, o no.



Ampliaciones y adaptaciones

Enriquecimiento y modificaciones para estudiantes con habilidades varias	<p>Muro de palabras con vocabulario e imágenes.</p> <p>Los estudiantes completan las frases en la sección de “Lenguaje de alfabetización en la salud”.</p>
Integración de la tecnología en la educación	<p>Comparta las diapositivas utilizando Google Slides.</p> <p>Los estudiantes graban un discurso de un 1 minuto en una plataforma como FlipGrid. Las parejas miran el video y ofrecen sus comentarios en otra grabación.</p>
Ampliación	<p>En grupos de tres, asigne a cada persona uno de los siguientes roles: presentador, escucha y comentarista. Explique que quien presenta habla; quien escucha se involucra, y quien comenta debe tomar notas y dar comentarios. Cada estudiante tendrá la oportunidad de hacer los tres roles en esta actividad. Comparta un tema de salud dental que sea fácil de discutir (por ejemplo, cuidar de los dientes; el impacto de la alimentación en la salud dental). Pida que los grupos inicien su conversación en tríos, disponiendo de 2 o 3 minutos para cada rol. Entregue a cada estudiante una lista de comunicación (del folleto de esta lección) para que puedan dar comentarios a escuchas y presentadores.</p> <p>Cuando hayan terminado las conversaciones, pida que cada estudiante complete una reflexión personal en donde evalúan su trabajo y responden a las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué impacto tiene mi estilo de comunicación sobre las personas que me rodean? • ¿Cuándo cambia mi estilo de comunicación? • ¿Cómo sé cuándo debo cambiar de estrategia? • ¿Cómo me comunico con otras personas cuando no estoy de acuerdo con sus acciones? <p>Anime a la clase a conversar sobre los temas de salud dental con sus familias, en el futuro próximo.</p> <p>Estudiantes colaboran para crear un discurso de 1 minuto, lo graban y lo comparten con estudiantes de otras clases.</p>





Folleto de comunicación para estudiantes

HOJA DE TRABAJO

Actividad de introducción

1. Mi definición de la **comunicación** es...

2. La **comunicación efectiva** es importante para mi salud porque...

La definición de "**Comunicación**" de la clase es:

Notas de grupo de personas expertas:

1. La pregunta que nuestro grupo investiga es:

2. La información que ayuda a responder a la pregunta es:

Demuestra lo que aprendiste

Mañana cuando estés con tu grupo de personas expertas, ¿qué vas a compartir y cómo vas a hacerlo?

Ejemplo:

Nuestro grupo investigó el tema _____.

La información que encontramos fue _____.

Esta información es importante para nuestra salud en general porque...

Yo voy a comunicar la información de manera efectiva haciendo lo siguiente:



Folleto de comunicación para estudiantes

HOJA DE TRABAJO

LECCIÓN 2:

Repaso de las estrategias para una comunicación eficaz:

1. Como estamos en la escuela y nos comunicamos sobre temas de salud, debemos usar un lenguaje _____ en la comunicación. El tipo de comunicación que se espera en un salón de clase es _____ del que se utiliza en otros espacios.
2. Entender el lenguaje corporal puede ayudar a las personas a entenderse porque _____.
3. Cuando escuchamos a una persona, debemos _____ para demostrar que le estamos escuchando.
4. _____ la información que una persona presenta es una manera de confirmar que hemos entendido. Por ejemplo, podemos decir: "Entonces lo que estás diciendo es que _____. ¿Correcto?"
5. Usar la voz de forma eficaz es importante para la comunicación de ideas porque _____.

Notas para grupos de rompecabezas:

	Información que aprendí	Comunicación efectiva que ví o que escuché
¿Cómo fumar, o mascar tabaco afecta la salud dental?	Aprendí que...	<input type="checkbox"/> Hablar despacio y claro <input type="checkbox"/> Definir palabras <input type="checkbox"/> Usar lenguaje corporal <input type="checkbox"/> Permitir que tomemos notas
¿Cómo influyen en la salud dental los alimentos y bebidas que elegimos?	Aprendí que...	<input type="checkbox"/> Hablar despacio y claro <input type="checkbox"/> Definir palabras <input type="checkbox"/> Usar lenguaje corporal <input type="checkbox"/> Permitir que tomemos notas



Folleto de comunicación para estudiantes

HOJA DE TRABAJO

<p>¿Qué comportamientos mejoran o protegen la salud dental?</p>	<p>Aprendí que...</p>	<p><input type="checkbox"/> Hablar despacio y claro</p> <p><input type="checkbox"/> Definir palabras</p> <p><input type="checkbox"/> Usar lenguaje corporal</p> <p><input type="checkbox"/> Permitir que tomemos notas</p>
<p>¿Cómo fumar cigarrillos eléctricos afecta la salud dental?</p>	<p>Aprendí que...</p>	<p><input type="checkbox"/> Hablar despacio y claro</p> <p><input type="checkbox"/> Definir palabras</p> <p><input type="checkbox"/> Usar lenguaje corporal</p> <p><input type="checkbox"/> Permitir que tomemos notas</p>
<p>¿Cuáles son las mejores y las peores bebidas para la salud dental? ¿Por qué?</p>	<p>Aprendí que...</p>	<p><input type="checkbox"/> Hablar despacio y claro</p> <p><input type="checkbox"/> Definir palabras</p> <p><input type="checkbox"/> Usar lenguaje corporal</p> <p><input type="checkbox"/> Permitir que tomemos notas</p>

Demuestra lo que aprendiste

Mañana cuando estés con tu grupo de personas expertas, ¿qué vas a compartir y cómo vas a hacerlo?

PREGUNTAS PARA “GRUPOS DE ROMPECABEZAS”:

Preguntas:	Analizando con profundidad
<p>¿Cómo fumar, usar un cigarrillo eléctrico o mascar tabaco afecta la salud dental?</p>	<p>Fumar, usar cigarrillos electrónicos o mascar tabaco afecta la salud dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3.
<p>¿Cómo influyen en la salud dental los alimentos y bebidas que elegimos?</p>	<p>La elección de alimentos puede influir de manera positiva en nuestra salud dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. <p>La elección de alimentos puede influir de manera negativa en nuestra salud dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. <p>La elección de bebidas puede influir de manera positiva en nuestra salud dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3. <p>La elección de bebidas puede influir de manera negativa en nuestra salud dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 2. 3.

Preguntas:	Analizando con profundidad
¿Qué comportamientos mejoran o protegen la salud dental?	<p>Algunos comportamientos que pueden mejorar nuestra salud dental son:</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3. <p>Algunos comportamientos que pueden proteger nuestra salud dental son:</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.
¿Cómo fumar cigarrillos electrónicos afecta la salud dental?	<p>Fumar cigarrillos electrónicos afecta nuestra dental de estas maneras:</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.
¿Cuáles son las mejores y las peores bebidas para la salud dental? ¿Por qué?	<p>Las mejores bebidas para la salud dental son:</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3. <p>Las peores bebidas para la salud dental son:</p> <ol style="list-style-type: none">1.2.3.

LISTA DE RECURSOS:

[Fumar es horrible](#) Kids Health

[Tabaco sin humo](#) Kids Health

[Vapear, lo que necesitas saber](#) Kids Health

[Fumar](#) Kids Health

[Tabaquismo, enfermedad de las encías y caída de los dientes](#) Center for Disease Control and Prevention

[El tabaco y la salud bucal](#) Oral Health Foundation

[¿Qué consecuencias trae el tabaco para la salud física?](#) NIH

[Cuidate bien los dientes](#) Kids Health

[¿Qué es una caries?](#) Kids Health

[Enfermedad de las encías](#) Kids Health

[El cuidado de tu dentadura](#) Kids Health

[Diet and Dental Health](#) Mouth Healthy

[Importancia de la nutrición en la salud bucodental](#) Clínica dental Urbina

[¿Cómo puedo dejar de fumar?](#) Kids Health

[Datos breves sobre los riesgos de los cigarrillos electrónicos](#) CDC



Folleto, Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables

HOJA DE TRABAJO

Actividad de introducción

Si tu boca pudiera decirte algo, ¿qué te diría sobre su salud y la manera como la cuidas?

Discurso de 30 a 60 segundos

¿Cómo mantener las bocas saludables y felices?



Folleto, Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables

HOJA DE TRABAJO

Lista de verificación de la comunicación

Cuando yo **hablo**, yo necesito:

Usar la comunicación no-verbal de manera eficaz

- El contacto visual con oyentes
- Una postura apropiada
- Los gestos con las manos que sean apropiados

Usar la voz de manera eficaz

- Tono
- Inflexión
- Velocidad
- Volumen

Después de hablar, reflexiona sobre tus acciones como presentador. Marca con un símbolo los puntos que realizaste bien.

~~~~~

Cuando yo **escucho**, yo necesito:

- Usar el lenguaje corporal de manera apropiada
- Involucrarme con el o la presentadora
  - Hacer preguntas
  - Resumir lo que escuché

Después de escuchar, reflexiona sobre tus acciones como escucha. Marca con un símbolo los puntos que realizaste bien.

### Muestra lo que aprendiste

¿Cómo puedo utilizar estrategias de comunicación eficazmente para mejorar la salud dental?