

Propuesta de
actividades
formativas sobre
Fibrosis Quística
para los centros educativos



La Fibrosis Quística en los centros educativos

PROPUESTA DE ACTIVIDADES FORMATIVAS

La Fundación Respiralia y la Asociación Balear de Fibrosis Quística son dos entidades que trabajan para mejorar la calidad de vida de las personas con Fibrosis Quística, así como para que divulgar acerca de esta enfermedad en la sociedad.

La Fibrosis Quística es una enfermedad genética, degenerativa y crónica que produce secreciones muy espesas, y afecta a los sistemas respiratorio y digestivo principalmente.

INTRODUCCIÓN

Las actividades propuestas en este documento pretenden ser solamente una guía para presentar la Fibrosis Quística en los centros educativos. Estas actividades pueden adaptarse y modificarse para atender mejor las necesidades del Centro, en general, y del aula o grupo de alumnos, en particular.

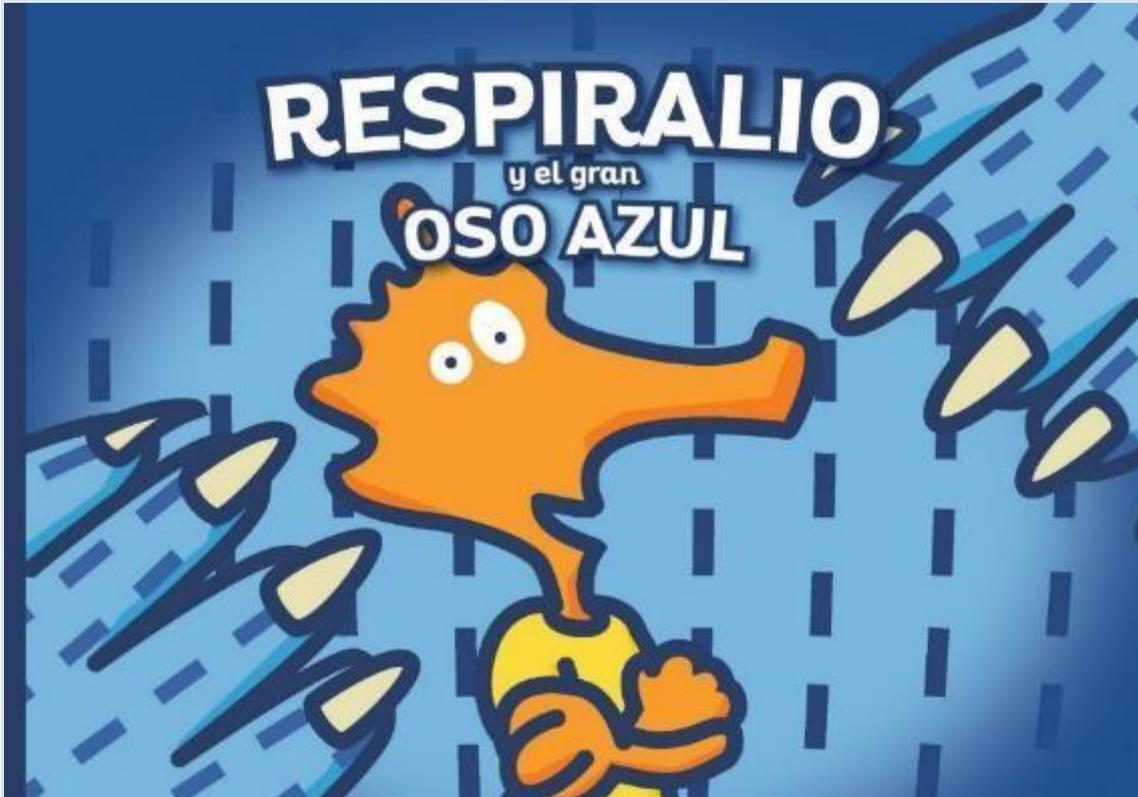
Estas intervenciones se engloban dentro del proyecto de “Sensibilización”, según el cual desde la Fundación Respiralia y la Asociación Balear de Fibrosis Quística creemos que es muy importante que el entorno de niñas y niños con Fibrosis Quística conozcan la enfermedad para mejorar la integración de este colectivo. Asimismo, también creemos que, conjuntamente, podemos **educar a la sociedad** para conseguir un mundo con mayores valores de convivencia, integración social y cooperación, en el que no se discrimine debido a enfermedad o simplemente porque alguien sea diferente. Además, desde nuestra experiencia podemos también aportar nuestro granito de arena en la **formación de los alumnos** en lo referente a la adopción de algunas medidas de higiene, en la importancia de realizar ejercicio físico y deporte y de adoptar hábitos de vida saludable.

A continuación, se explican brevemente las actividades que proponemos para cada grupo de edad. En estos momentos, no contamos con material adecuado para los alumnos de infantil, por lo que centramos las actividades en los alumnos de primaria, secundaria y bachillerato. En este último caso, especialmente en las modalidades de Ciencias. Asimismo, podrían realizarse actividades con grupos de formación profesional interesados, sobre todo con las ramas relacionadas con lo social y lo sanitario.



ACTIVIDAD FORMATIVA - 1º A 4º DE PRIMARIA

CUENTACUENTOS Y PASATIEMPOS



Actividad. Cuentacuentos “Respiralio y el gran Oso Azul” y realización de los pasatiempos del cuento

Duración de la actividad. Unos 50 minutos

Objetivos. 1) Leer el cuento interpretando los personajes. 2) Entender qué síntomas y tratamientos tiene alguien con Fibrosis Quística. 3) Aprender los valores de la amistad y la colaboración, independientemente de la condición de cada persona (no discriminar). 4) Hacer los pasatiempos que están al final del cuento para reforzar lo aprendido. 5) Aprender conceptos importantes de higiene para reducir las infecciones: Aprender a toser y a lavarnos las manos y entender su importancia

Material. El centro educativo aportará los espacios donde desarrollar la actividad y el sistema de proyección (ordenador, proyector y pantalla) para pasar unas diapositivas sobre el cuento. Asimismo, se encargará de sacar unas fotocopias B/N con los pasatiempos para el alumnado. La Fundación Respiralia/Asociación Balear de Fibrosis Quística mandará al centro en un documento pdf estos pasatiempos para que estén disponibles en el momento de realizar la actividad



ACTIVIDAD FORMATIVA - 5º-6º DE PRIMARIA Y 1º-2º E.S.O.

APARATO RESPIRATORIO, FIBROSIS QUÍSTICA Y EXPERIMENTOS EN AULA



Actividad. Clase teórico-práctica sobre el sistema respiratorio: 1) El sistema respiratorio. Partes, intercambio gaseoso, funciones. 2) Test sobre el sistema respiratorio. 3) Medidas higiénicas en relación a este sistema (no contaminar, ventilar, hacer ejercicio, cómo toser, cómo lavarse las manos...). 4) Factores que afectan negativamente al sistema respiratorio y enfermedades respiratorias. 5) La Fibrosis Quística. y 6) Experimentos sobre el sistema respiratorio: capacidad pulmonar, correlación entre el sistema respiratorio y el circulatorio

Duración de la actividad. Idealmente unas dos horas

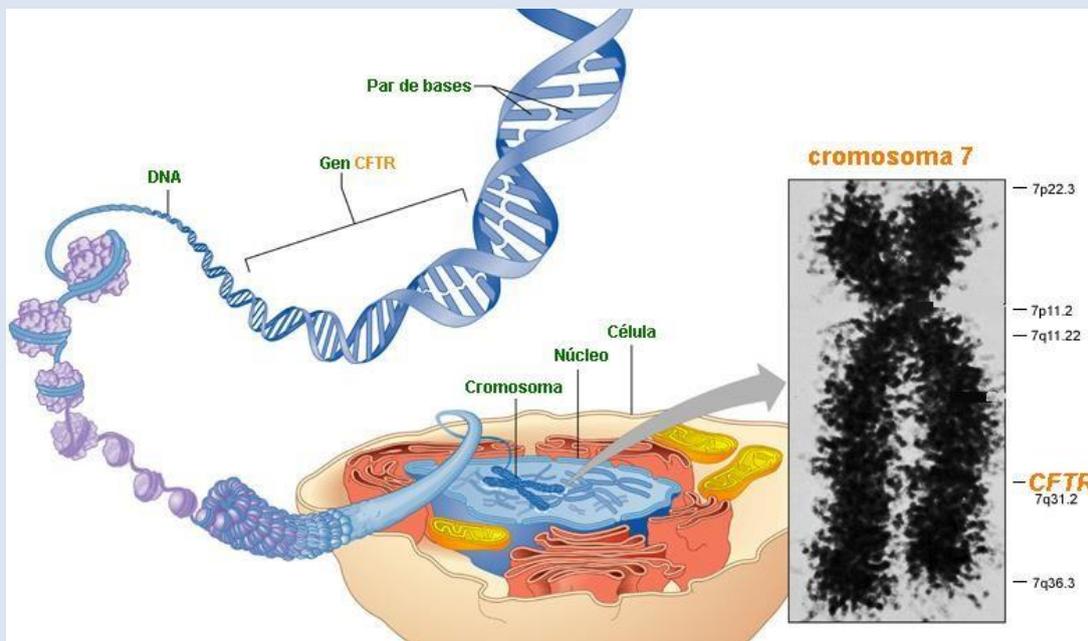
Objetivos. 1) Asentar la teoría sobre el sistema respiratorio. 2) Conocer qué factores afectan al sistema respiratorio positiva y negativamente. 3) Entender qué síntomas tiene una persona con Fibrosis Quística. 4) Hacer experimentos sobre el sistema respiratorio y asociarlo con el circulatorio

Material. El centro educativo aportará los espacios y aparatos para la proyección de unas diapositivas. Idealmente se usará Internet. Asimismo, aportará globos (un globo por alumno/a). La Fundación Respiralia y la Asociación Balear de Fibrosis Quística aportarán el resto del material necesario para hacer los experimentos: pulsioxímetros, cintas métricas, tablas excel...



ACTIVIDAD FORMATIVA - 3º-4º E.S.O. Y 1º-2º BACHILLERATO

FIBROSIS QUÍSTICA Y PROBLEMAS DE GENÉTICA



Actividad. Clase teórico-práctica sobre genética básica de la Fibrosis Quística, sus síntomas y tratamiento: 1) Gen, mutación y herencia genética: Modelo de la Fibrosis Quística; 2) Problemas prácticos de genética: Árboles genéticos y probabilidades; 3) Síntomas y tratamiento actual de la Fibrosis Quística; 4) Terapias futuras: terapia génica, células madre...; 5) Medidas higiénicas en relación a este sistema: no contaminar, ventilar, cómo toser, cómo lavarse las manos, ejercicio físico y deporte.

Duración de la actividad. Idealmente unas dos horas

Objetivos. 1) Entender los conceptos de gen y mutación. 2) Aproximarse a los modelos de herencia genética. 3) Hacer prácticas de genética con modelos de herencia. 4) Entender qué síntomas tiene una persona con Fibrosis Quística y cuál es su tratamiento. 5) Aprender medidas de higiene del sistema respiratorio

Material. El centro educativo aportará los espacios y aparatos para la proyección de unas diapositivas. Idealmente se usará Internet. Además, harán fotocopias con algunos problemas de herencia genética que la Fundación Respiralia/Asociación Balear de Fibrosis Quística mandará al centro en un documento pdf para que estén disponibles para los alumnos en el momento de realizar la actividad. La Fundación Respiralia/Asociación Balear de Fibrosis Quística aportarán el resto del material necesario



ACTIVIDAD FORMATIVA - BACHILLERATO
PREVACCIÓN: ACTÍVATE EN HÁBITOS SALUDABLES



Actividad. Circuito con las siguientes estaciones: 1) Partido de 3 contra 3 de baloncesto; 2) Salto de comba; 3) Rampa con peso; 4) Recorrido con resistencia; 5) Recorrido con obstáculos para personas ciegas; 6) Llenado de botella con brazo y pierna malas; 7) Recorrido en silla de ruedas

Duración de la actividad. Idealmente unas dos horas

Objetivos. 1) Ponerse en la piel de una persona con obstrucción respiratoria crónica; 2) Ponerse en la piel de una persona con obesidad; 3) Ponerse en la piel de una persona con ceguera por diabetes; 4) Ponerse en la piel de una persona con amputación por accidente provocado por la influencia de exceso de alcohol o por drogas.

Material. El centro educativo dispondrá de espacio con dos canastas y balones de baloncesto, garrafas de 5 y 8 litros llenas y conos y picos. La Fundación Respiralia/Asociación Balear de Fibrosis Quística aportarán el resto del material necesario