

PAQUETE EDUCATIVO GERONTOLÓGICO PARA INTERNALIZAR EL TEMA DE ENVEJECIMIENTO EN UNIDADES EDUCATIVAS



4^{to} de Primaria



Red Pastoral Social

Cáritas

Bolivia

CUARTO DE PRIMARIA PRIMER BIMESTRE

1.- TABLA DESCRIPTIVA DE LA CLASE:

CAMPO DE SABERES Y CONOCIMIENTOS	Cosmos y Pensamiento
CONTENIDOS	“Complementariedad y reciprocidad entre mujer y hombre en las relaciones familiares, productivas, comunitarias, municipales y departamentales según contexto cultural”
VINCULACIÓN DE LOS CONTENIDOS CON LA GERONTOLOGÍA	La situación de la mujer adulta mayor en relación a la del hombre adulto mayor.

2.- OBJETIVOS DE LA CLASE:

- **SER:** Que el/la estudiante reflexione sobre las diferencias en el envejecimiento de las mujeres adultas mayores, frente a la de los hombres adultos mayores.
- **SABER:** Que el/la estudiante conozca la situación de la mujer adulta mayor en relación a la del hombre adulto mayor.
- **HACER:** Que el/la estudiante reflexione sobre el aporte de la mujer adulta mayor en la familia y la sociedad.
- **DECIDIR:** Que el/la estudiante practique tratar con respeto a las mujeres adultas mayores al igual que a los hombres adultos mayores que viven a su alrededor a través de acciones concretas.

3.- DEFINICIÓN PARA EL/LA PROFESOR/A:

A lo largo de la historia, las mujeres han luchado por la reivindicación de sus derechos, debido a la fuerte discriminación que se ha producido a ese género, razón por la que siempre han quedado en situación de desventaja. En tal sentido, las mujeres adultas mayores de la actualidad, viven mayores situaciones de desventaja, las mismas que no solo se producen por el hecho de ser persona adulta mayor, sino de ser mujer, por lo que no se les reconoce el importante aporte que realizar a sus familias y la comunidad.

4.- CONTENIDOS

Dimensión	Nombre de la actividad educativa	Materiales de apoyo	Metodología	Duración
SER	¿Cuál es la situación de la mujer adulta mayor?	Guía de preguntas	Reflexión individual	15 minutos
SABER	Exposición teórica sobre la situación de la mujer adulta mayor en Bolivia	Imágenes de apoyo	Exposición del/la profesor/a	15 minutos
HACER	Reflexionando sobre el aporte de las mujeres adultas mayores en la familia y la sociedad.	Cuadros	Ejercicio grupal	45 minutos
DECIDIR	Trato respetuoso a las mujeres adultas mayores al igual que a los hombres adultos mayores.	Hoja de compromisos de respeto	Reflexión individual	15 minutos

5.- DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS

5.1. Ser: “¿Cuál es la situación de la mujer adulta mayor?”

El/la profesor/a comienza haciendo varias preguntas de reflexión de acuerdo a la siguiente guía:

- ¿Cuál es el rol de las mujeres adultas mayores en la familia y la sociedad?
- ¿Cómo se percibe el trato en las familias a las mujeres adultas mayores?
- ¿Cuáles son las diferencias en la situación de las mujeres adultas mayores frente a la de los hombres adultos mayores?

Los/las estudiantes irán anotando de manera individual las respuestas en sus cuadernos. Una vez todos hayan respondido, se procederá a una ronda de lluvia de respuestas y el profesor anotará las respuestas correctas en la pizarra, para que los/las estudiantes identifiquen y reflexionen las respuestas correctas.

5.2. Saber: “Exposición teórica sobre la situación vital de la mujer adulta mayor en Bolivia”

El/la profesor/a pide atención y expone de manera dinámica los siguientes contenidos teóricos:

Según información extraída del Censo de Población y Vivienda 2012, indican que para el año 2012 el número de población de personas adultas mayores representó un total de 893.696. Las proyecciones del Instituto Nacional de Estadística señalan que para el año 2018, la población adulta mayor alcanzará un total de 1.030.001, de las cuales 486.655 serán hombres y 543,346 serán mujeres. Se evidencia que existe una mayor cantidad de mujeres adultas mayores en relación a los hombres adultos mayores, a nivel nacional.

Una de las causas, se debe a la esperanza de vida de la población boliviana, ya que un estudio realizado a nivel mundial por la revista WorldPopulationAgeing de Naciones Unidas del año 2015, señaló que la esperanza de vida en Bolivia es de 65 años en el caso de los hombres y 70 en el de las mujeres, es decir que las mujeres viven más años que los hombres.

Si bien las mujeres cuentan con la ventaja de vivir más años, tienen más posibilidades de sufrir violencia doméstica y discriminación a la hora de acceder a la educación, a los ingresos económicos, a la alimentación, a un trabajo gratificante, a la asistencia sanitaria, a las medidas de protección social y al poder político. Este cúmulo de desventajas implica que las mujeres sean más proclives a sufrir pobreza y discapacidad en la vejez. Así también, muchas mujeres adultas mayores tienen ingresos muy escasos o carecen de ellos, debido a tantos años dedicados a cuidar y atender a la familia, papel asignado por la sociedad, de cuidadoras sin remuneración.

Las mujeres adultas mayores que viven solas son muy vulnerables a la pobreza y al aislamiento social. En general, la condición de la mujer adulta mayor suele ser diferente a la de los hombres, porque se les suelen presentar mayores restricciones para ejercer sus derechos y alcanzar una calidad de vida digna.

Esto se debe a que las mujeres adultas mayores en su gran mayoría a lo largo de su vida sólo han realizado trabajos no remunerados, por tanto, en la vejez dependen de los miembros económicamente activos de la familia, quienes muchas veces las abusan, ya sea obligándolas a trabajar a veces más allá de sus fuerzas o, en otro sentido, manteniéndolas en abandono y confinándolas a la soledad.

5.3. Hacer: diferenciar “Reflexionando sobre el aporte de las mujeres adultas mayores en la familia y la sociedad”

El/la profesor/a muestra los siguientes carteles y los cuela en la pizarra, que se refiere a los ámbitos donde se desenvuelven las mujeres adultas mayores:

FAMILIA

SOCIEDAD

COSMOS Y PENSAMIENTO

A continuación, el/la profesor/a pedirá a los/las estudiantes que de manera individual elaboren un cuadro identificando cuál es el aporte de las mujeres adultas mayores en el ámbito familiar y social, realizando un dibujo en el aporte identificado, según el siguiente ejemplo:

	EN LA FAMILIA	EN LA SOCIEDAD
APORTE DE LAS MUJERES ADULTAS MAYORES	<ul style="list-style-type: none">Ej. Cuidado de los nietos.	<ul style="list-style-type: none">Ej. Participación en voluntariados.
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">

El/la profesor/a debe procurar que se relaciones de la siguiente manera:

Familia: Cuidado de la casa, crianza de los nietos, aporte económico, transmisión de conocimientos.

COSMOS Y PENSAMIENTO

Sociedad: Actividades de voluntariado, apoyo a la iglesia, participación en actividades educativas, liderazgo de organizaciones sociales, reivindicación de derechos.

5.4. Decidir: “Trato respetuoso a las mujeres adultas mayores al igual que a los hombres adultos mayores.”

El/la profesor/a invitará a los/las estudiantes a que piensen cómo pueden mostrar respeto a las mujeres adultas mayores que viven a su alrededor. Para ello, se llevará a cabo una actividad de reflexión individual en la que cada uno debe llenar la siguiente tabla:

CÓMO MUESTRO RESPETO		
Me comprometo a mostrar respeto a la mujer adulta mayor: (poner nombre) Ej.: Yo, Salvador Mamani, me comprometo a mostrar respeto a las mujeres adultas mayores...	Lo haré... (indicar cuándo) Cuando suban al micro, taxi o minibús...	La forma práctica en la que mostraré respeto es: Indicando dónde quedan los asientos de trato preferente.
Me comprometo a mostrar respeto a la mujer adulta mayor: (poner nombre)	Lo haré... (indicar cuándo)	La forma práctica en la que mostraré respeto es:
Me comprometo a mostrar respeto a la mujer adulta mayor: (poner nombre)	Lo haré... (indicar cuándo)	La forma práctica en la que mostraré respeto es:
Me comprometo a mostrar respeto a la mujer adulta mayor: (poner nombre)	Lo haré... (indicar cuándo)	La forma práctica en la que mostraré respeto es:

El/la profesor/a hará énfasis en que los compromisos incluyan buenas palabras, actos de cortesía, ayuda y respeto.

CUARTO DE PRIMARIA SEGUNDO BIMESTRE

1.- TABLA DESCRIPTIVA DE LA CLASE:

CAMPO DE SABERES Y CONOCIMIENTOS	Comunidad y Sociedad
CONTENIDOS	“Realidad social, cultural y política y económica de las naciones y pueblos que habitan en el departamento”
VINCULACIÓN DE LOS CONTENIDOS CON LA GERONTOLOGÍA	La situación actual de las personas adultas mayores en los pueblos indígenas originario campesinos.

2.- OBJETIVOS DE LA CLASE:

- **SER:** Que el/la estudiante reflexione sobre la situación real de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas.
- **SABER:** Que el/la estudiante conozca la realidad del trato que reciben las personas adultas mayores indígena originario campesinas.
- **HACER:** Que el/la estudiante reconozca el aporte social, cultural y productivo de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas, a través de cuadros de propia producción.
- **DECIDIR:** Que el/la estudiante busque espacios para concientizar entre los miembros de su familia y su entorno respecto a la importancia del adulto mayor en las comunidades indígena originario campesinas.

3.- DEFINICIÓN PARA EL/LA PROFESOR/A:

Se entiende por comunidad indígena originario campesino a toda colectividad humana que comparte identidad cultural, idioma, tradición histórica, territorialidad y cosmovisión cuya existencia es anterior a la invasión colonial española.

4.- CONTENIDOS

Dimensión	Nombre de la actividad educativa	Materiales de apoyo	Metodología	Duración
SER	¿Cómo tratan a las personas adultas mayores en las comunidades indígenas originario campesinas?	Guía de preguntas	Reflexión grupal	15 minutos
SABER	La situación real de las personas adultas mayores indígenas originario campesinas.	Imágenes de apoyo	Exposición del/la profesor/profesora	20 minutos
HACER	Valorando el aporte social, cultural y productivo de las personas adultas mayores en las comunidades indígenas originario campesinas.	Cuadros	Ejercicio grupal	40 minutos
DECIDIR	Concientizando sobre la importancia del adulto mayor en las comunidades indígenas originario campesinas.	Tabla de concientización	Reflexión individual	15 minutos

5.- DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS

5.1. Ser: ¿Cómo tratan a las personas adultas mayores en las comunidades indígenas originario campesinas?”

El/la profesor/a comienza haciendo varias preguntas de reflexión. Para ser analizadas de manera grupal, de acuerdo a la siguiente guía:

COMUNIDAD Y SOCIEDAD

- ¿Cuál es el rol y la labor que desarrollan las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas?
- ¿Cómo tratan y se relacionan los jóvenes con las personas adultas mayores indígena originario campesinas?
- ¿Cuál es la razón por la que las personas adultas mayores necesitan conservar sus viviendas y terrenos en las comunidades indígena originario campesinas?
- ¿Cuál es el aporte social, cultural y productivo de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas?

Los/las estudiantes irán anotando las respuestas en sus cuadernos. Una vez todos hayan respondido, se procederá a una ronda de lluvia de respuestas y el profesor anotará las respuestas correctas en la pizarra, para que los/las estudiantes identifiquen las respuestas correctas.

5.2. Saber : Exposición sobre “la situación real de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas”

El/la profesor/a pide atención y expone de manera dinámica los siguientes contenidos teóricos:

Las personas adultas mayores protegen los sistemas familiares indígenas, en particular la familia extensa donde conviven varios integrantes de diferentes edades, sobre la base del criterio de la equidad de género entre hombres y mujeres, y la equidad generacional entre niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.

El envejecimiento en las comunidades indígenas originario campesinas, aporta de varias formas en las conductas económicas, de salud, sociales y otras, que han derivado en una nueva concepción de vivir la vejez. La idea tradicional, de que las personas adultas mayores de las comunidades indígenas eran vistas como líderes, consejeras, sabias, bondadosas, entre otros atributos propios de una vejez ideal, actualmente se ha modificado.

La realidad de las personas adultas mayores que habitan en el área rural es que reciben maltrato y abuso por parte de autoridades sindicales de las comunidades indígena originario campesinas, debido al incumplimiento de deberes o cargos comunales, llegando incluso al despojo de tierras o expulsión de la comunidad.

Ese tipo de acciones afectan el derecho a una vida libre de violencia, el derecho a una vivienda y el derecho a trabajar libremente sus tierras, por lo que deben ser denuncias y sancionadas de acuerdo a las leyes vigentes.

Las mujeres adultas mayores indígenas se encuentran entre los sectores más excluidos de la sociedad y en mayor desventaja para superar la pobreza y lograr disfrutar plenamente de su derecho a una vejez digna, ya que al enviudar y quedar solas debido a que los hijos salieron a las ciudades a trabajar, se encuentran en total desprotección y soledad.

COMUNIDAD Y SOCIEDAD

Por tanto, las familias y las autoridades indígenas, deben reconocer el valioso aporte de las personas adultas mayores, a fin de incluirlas y darles el lugar que merecen:

- Aporte social, reconociendo su esfuerzo para abrir carreteras, realizar alcantarillados para tener agua potable, la creación de escuelas y postas de salud.
- Aporte cultural, ya que son los guías espirituales y reservorio vivo de las tradiciones de los pueblos.
- Aporte productivo, ya que pese a la edad que tengan continúan trabajando y enseñando diversas formas de producción.

5.3. Hacer: “Valorando el aporte social, cultural y productivo de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas”

Como primera actividad, el/la profesor/a invitará al aula a una persona de 60 años o más que conozca la realidad de las personas adultas mayores indígena originario campesinas, a fin de que relate su testimonio de la vivencia de la persona adulta mayor en las comunidades indígena originario campesinas relacionado al trato que recibe y el aporte que realizó y aún realiza en su comunidad. Seguidamente, los/las estudiantes elaborarán un resumen del testimonio en sus cuadernos, subrayando con lápices de colores el aporte que realizan.

Como segunda actividad, el/la profesor/profesora muestra los siguientes carteles y los cuele en la pizarra, que se refieren a los ámbitos donde se desenvuelve una persona adulta mayor en las comunidades indígenas originario campesinas:

FAMILIA

COMUNIDAD

NATURALEZA

A continuación, el/la profesor/a pedirá a los/las estudiantes que analicen en un cuadro el aporte de las persona adulta mayor en las comunidades indígenas originario campesinas, para posteriormente salir un representante de grupo para que transcriban en la pizarra, de acuerdo al siguiente ejemplo:

FAMILIA	COMUNIDAD	NATURALEZA
<ul style="list-style-type: none">• Trabajo agropecuario	<ul style="list-style-type: none">• Enseñanza de saberes ancestrales	<ul style="list-style-type: none">• Uso de la medicina tradicional

COMUNIDAD Y SOCIEDAD

El/la profesor/a debe procurar que se relaciones de la siguiente manera:

Familia: Cuidado de la casa, cuidado del terreno, trabajo de la tierra y cuidado de animales, crianza de los nietos.

Comunidad: Enseñanza de saberes ancestrales, conservación de la cultura, aporte ancestral al desarrollo de los pueblos, participación en actividades comunales de acuerdo a sus capacidades y posibilidades.

Naturaleza: Pronóstico de amenazas ambientales, uso de medicina tradicional, curación de animales, preservación de recursos naturales.

Por último, el/la profesor/a felicitará a todos los/las estudiantes por su esfuerzo y les invitará a reflexionar sobre el aporte que realizan las personas adultas mayores en las comunidades indígenas originario campesinas.

5.4. Decidir: “Concientizando sobre la importancia de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas”

El/la profesor/a invitará a los/las estudiantes a que piensen cómo pueden concientizar al interior de su familia sobre la importancia de las personas adultas mayores en las comunidades indígena originario campesinas. Para ello, cada estudiante transcribirá un artículo del trato que deben recibir las personas adultas mayores en las comunidades indígenas originario campesinas y el aporte que realizan en beneficio de la familia y la comunidad, recolectando firmas de las personas concientizadas de acuerdo al siguiente cuadro:

PROMOVIENDO EL BUEN TRATO A LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES EN LAS COMUNIDADES INDÍGENA ORIGINARIO CAMPESINAS		
Transcripción del artículo	Familiar con quien conversé al respecto	Firmas de compromiso de buen trato
Las personas adultas mayores indígena originario campesinas tienen un valor fundamental en las comunidades, debido al aporte que realizan a través de sus conocimientos...	Ej.: Tía Antonia	Firma

El/la profesor/a hará énfasis en que cada estudiante sea responsable al momento de concientizar a sus familiares.

VIDA, TIERRA Y TERRITORIO

CUARTO DE PRIMARIA TERCER BIMESTRE

1.- TABLA DESCRIPTIVA DE LA CLASE:

CAMPO DE SABERES Y CONOCIMIENTOS	Vida, Tierra y Territorio
CONTENIDOS	“Plantas alimenticias y sus utilidades en la salud integral comunitaria y seguridad alimentaria”
VINCULACIÓN DE LOS CONTENIDOS CON LA GERONTOLOGÍA	Uso de plantas alimenticias y medicinales como parte de la seguridad alimentaria para un envejecimiento exitoso.

2.- OBJETIVOS DE LA CLASE:

- **SER:** Que el/la estudiante reflexione sobre los beneficios del uso de plantas alimenticias y medicinales para alcanzar un envejecimiento exitoso.
- **SABER:** Que el/la estudiante conozca sobre las plantas alimenticias y la medicina tradicional en Bolivia, así como los beneficios que representan para un envejecimiento exitoso.
- **HACER:** Que el/la estudiante reconozca el aporte de las plantas alimenticias y la medicina tradicional para un envejecimiento exitoso, a través de ejercicios de asociación.
- **DECIDIR:** Que el/la estudiante decida optar por el uso de plantas alimenticias y medicina tradicional como forma de prevención para un envejecimiento exitoso.

3.- DEFINICIÓN PARA EL/LA PROFESOR/A:

La FAO define la **seguridad alimentaria** “cuando las personas tienen acceso físico, social y económico permanente a alimentos seguros, nutritivos y en cantidad suficiente para satisfacer sus requerimientos nutricionales y preferencias alimentarias, y así poder llevar una vida activa y saludable”. En tal sentido, el contar con alimentos nutritivos ayudará en parte, a lograr un envejecimiento exitoso, contribuyendo a la seguridad alimentaria.

4.- CONTENIDOS

Dimensión	Nombre de la actividad educativa	Materiales de apoyo	Metodología	Duración
SER	¿Cuáles consideras que son los beneficios del uso de plantas alimenticias y medicinales para un envejecimiento exitoso?	Guía de preguntas	Reflexión individual	15 minutos
SABER	Exposición teórica sobre plantas alimenticias y medicinales y los beneficios que representa para un envejecimiento exitoso.	Imágenes de apoyo	Exposición del/la profesor/a	30 minutos
HACER	Reconociendo el aporte de plantas alimenticias y medicinales bolivianas.	Características e imágenes	Ejercicio de asociación	25 minutos
DECIDIR	Uso de la plantas alimenticias y medicinales.	Hoja de compromiso.	Reflexión individual	20 minutos

5.- DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS

5.1. Ser: “¿Cuáles consideras que son los beneficios del uso de plantas alimenticias y medicinales para un envejecimiento exitoso?”

El/la profesor/a comienza haciendo varias preguntas de reflexión de acuerdo a la siguiente guía:

- ¿Qué entiendes por plantas medicinales?
- ¿Qué plantas alimenticias bolivianas consideras importantes para un buen envejecimiento?
- ¿Cuáles son los beneficios del uso de las plantas alimenticias y medicinales en la salud y vida?
- ¿Cómo contribuye el uso de las plantas alimenticias y medicinales para un envejecimiento exitoso?

Cada estudiante irá anotando las respuestas en su cuaderno. Posteriormente el/la profesor/a irá preguntando al azar las respuestas de los/las estudiantes.

5.2. Saber: “Exposición teórica sobre plantas alimenticias y medicinales y los beneficios que representa para un envejecimiento exitoso”

El/la profesor/a pide atención y expone de manera dinámica los siguientes contenidos teóricos:

Las plantas alimenticias son aquellas que son cultivadas por el ser humano para su alimentación o nutrición, siendo las plantas comestibles. Por otra parte, las plantas medicinales son las que contienen sustancias químicas que poseen virtudes médicas, siendo reconocida en Bolivia como parte de la medicina tradicional ancestral, mediante la Ley N° 459, que promueve y fortalece el ejercicio y la práctica de la medicina tradicional ancestral boliviana, definida como el “conjunto de conceptos, conocimientos, saberes y prácticas milenarias ancestrales, basadas en la utilización de recursos materiales y espirituales para la prevención y curación de las enfermedades, respetando la relación armónica entre las personas, familias y comunidad con la naturaleza y el cosmos, como parte del Sistema Nacional de Salud”.

Tanto las plantas alimenticias como las medicinales, contribuyen a alcanzar un envejecimiento exitoso, entendiendo que la buena nutrición permite mejorar las condiciones físicas y mentales de las personas a largo plazo. Esa es una de las razones por las que se pueden ver personas adultas mayores de avanzada edad, totalmente independientes y realizando con normalidad actividades laborales y domésticas.

Plantas medicinales

Respecto a las plantas medicinales, debido a las barreras lingüísticas y culturales, gran parte de las personas en Bolivia, en particular del área rural, no recurren a la atención médica occidental, ya que en su mayoría tiene una concepción de salud y bienestar que responde a una cosmovisión y un entendimiento más holístico de salud. En el caso particular de las personas adultas mayores, a pesar de la oferta de prestaciones de Servicios de Salud Integral, buscan una solución “nativa” o casera antes de buscar una alternativa externa.

El uso de las plantas medicinales, contribuyen a evitar la dependencia a medicamentos elaborados con químicos que a largo plazo general resistencia o efectos colaterales.

Entre las principales ventajas que tiene la medicina tradicional se puede mencionar:

- La accesibilidad económica.
- No tiene efectos colaterales cuando el remedio está bien preparado y bien prescrito.
- Tiene la cualidad de coadyuvar en la cura de enfermedades en base a la variedad de plantas medicinales, cáscaras, flores, semillas, aguas termales, raíces, arcillas y todo lo que produce la naturaleza.

VIDA, TIERRA Y TERRITORIO

En ese sentido, la medicina tradicional tiene muchas ventajas para los servicios de salud, personal médico y para personas adultas mayores, principalmente para aquellas de escasos recursos económicos o para quienes viven en lugares dispersos del área rural. Según datos proporcionados por el INE, hasta el año 2012 un total de 22,3% de personas adultas mayores optaron por la medicina tradicional y un 48,3% por medicinas caseras.

5.3. Hacer: “Reconociendo el aporte de plantas alimenticias y medicinales bolivianas”

El/la profesor/a solicitará al estudiante unir con una flecha los beneficios que aportan las siguientes plantas alimenticias:

Cereales

Es una fuente excelente de energía. Es rico en hidratos de carbono, y aporta vitaminas del grupo B, al igual que minerales como el fósforo o el hierro. No pueden comerse crudos.

Tubérculos

Son una gran fuente de vitaminas, alto contenido de agua, gran cantidad de fibra y son ricas en minerales.

Hortalizas

Son ricos en vitaminas y minerales, aportan energía, bajos en grasas, ayudan a equilibrar el nivel de azúcar en la sangre y ayudan a combatir el estreñimiento.

Frutas

Son alimentos que carecen de grasas y son pobres en calorías, por lo que ayudan a mantener el peso y combatir la obesidad. El resultado: menos colesterol y triglicéridos.

Seguidamente, el/la profesor/a muestra las siguientes imágenes y las cuela en la pizarra, indicando el tipo de medicina tradicional ancestral que corresponde:



MANZANILLA



HOJA DE COCA



MIEL DE ABEJA



RUDA

VIDA, TIERRA Y TERRITORIO

A continuación, el/la profesor/a pedirá a los/las estudiantes que salgan uno a uno adelante para que coloquen una de los siguientes beneficios debajo de la imagen a la que creen que corresponde. Las características (cada una indicada en una ficha) son las siguientes:

DESINFLAMANTE	RELAJANTE	AYUDA A PROBLEMAS DIGESTIVOS
CALMANTE	ALIVIA EL ESTRES	LIMPIA DE SUSTANCIAS TOXICAS
TRATA HERIDAS DE LA PIEL	TRATA LA TOS	EFICÁS PARA ALERGIAS
BAJA LA FIEBRE	ALIVIA EL DOLOR DE CABEZ	ALIVIA EL DOLOR DE ARTRITIS

Por último, el/la profesor/a corregirá aquellas propiedades que no estén correctamente colocadas y explicará porque. Felicitará a todos los/las estudiantes por su esfuerzo y les invitará a reflexionar sobre la importancia del uso de la medicina tradicional para un envejecimiento exitoso.

5.4. Decidir: “Uso de la plantas alimenticias y medicinales”

Ejercicio 1: El/la profesor/a invitará a los/las estudiantes a que identifiquen 5 plantas alimenticias y 2 plantas medicinales para su consumo personal, para alcanzar un envejecimiento exitoso. Para ello, se llevará a cabo una actividad de reflexión individual en la que cada uno debe llenar la siguiente tabla:

QUÉ MEDICINA TRADICIONAL USARÉ PARA MI CONSUMO PERSONAL		
Me comprometo a consumir: (poner nombre de la planta alimenticia) Ej. Naranjas, limones y mandarinas	En qué momento: (indicar situación) Ej. En mis desayunos, principalmente cuando estemos en invierno.	Porque me hará bien para: (indicar el beneficio de la medicina tradicional) Ej. Para prevenir los resfriados.
Me comprometo a consumir:	En qué momento:	Porque me hará bien para:
Me comprometo a consumir:	En qué momento:	Porque me hará bien para:
Me comprometo a consumir:	En qué momento:	Porque me hará bien para:
Me comprometo a consumir:	En qué momento:	Porque me hará bien para:

VIDA, TIERRA Y TERRITORIO

Ejercicio 2: El/la profesor/a pedirá a los/las estudiantes que lleven una semilla de algún tipo de planta medicinal, para que en clases puedan plantarla en una masetta o recipiente reciclado. El/la profesor/a recomendará a los/las estudiantes que lleven la plantita a su casa y la cuiden hasta que crezca, para luego darle utilidad de manera medicinal cuando necesiten.

El/la profesor/profesora hará énfasis en el cumplimiento de los compromisos.

CUARTO DE PRIMARIA PRIMER BIMESTRE

1.- TABLA DESCRIPTIVA DE LA CLASE:

CAMPO DE SABERES Y CONOCIMIENTOS	Ciencia, Tecnología y Producción
CONTENIDOS	“Los datos socioeconómicos: la recolección, interpretación y representación de diagramas de barras”
VINCULACIÓN DE LOS CONTENIDOS CON LA GERONTOLOGÍA	Realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia representada en diagrama de barras.

2.- OBJETIVOS DE LA CLASE:

- **SER:** Que el/la estudiante reflexione sobre la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia.
- **SABER:** Que el/la estudiante conozca la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia representada en diagrama de barras.
- **HACER:** Que el/la estudiante reconozca el aporte de las personas adultas mayores en la economía, a través de ejercicios grupales.
- **DECIDIR:** Que el/la estudiante decida concientizar en su entorno familiar respecto a la situación económica de las personas adultas mayores en Bolivia y el aporte que representa en la economía.

3.- DEFINICIÓN PARA EL/LA PROFESOR/A:

La Renta Universal de Vejez o mejor conocida como la Renta Dignidad, es una pensión mensual vitalicia, de carácter no contributivo, es decir que no requirió el aporte del trabajador, entregada a todas las personas adultas mayores de 60 años o más, hayan o no aportado para su jubilación.

4.- CONTENIDOS

Dimensión	Nombre de la actividad educativa	Materiales de apoyo	Metodología	Duración
SER	¿Cuál es la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia?	Guía de preguntas	Reflexión grupal	15 minutos
SABER	Exposición teórica sobre la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia.	Diagrama de barras	Exposición del/la profesor/a	30 minutos
HACER	Valorando el aporte de las personas adultas mayores en la economía de la familia de manera monetaria y no monetaria.	Cuadros	Ejercicio grupal	25 minutos
DECIDIR	Respetar los ingresos económicos de las personas adultas mayores.	Hoja de compromisos de respeto	Reflexión individual	20 minutos

5.- DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS

5.1. Ser: “¿Cuál es la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia?”

El/la profesor/a comienza haciendo varias preguntas de reflexión de acuerdo a la siguiente guía:

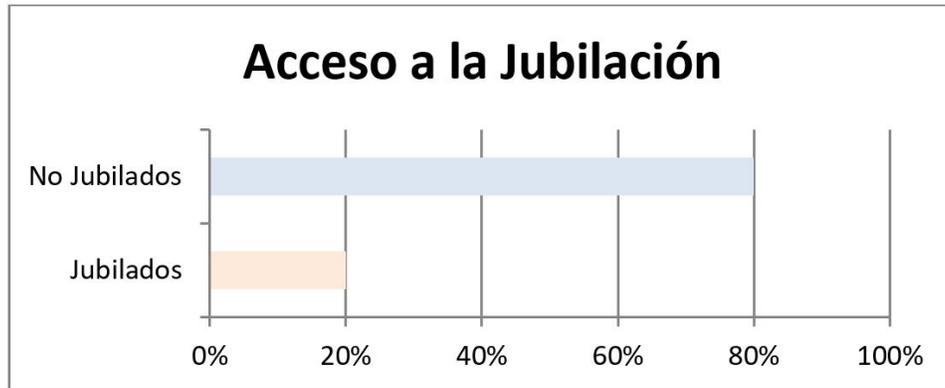
- ¿Cuáles son los principales ingresos económicos de las personas adultas mayores, según su ubicación geográfica?
- ¿Por qué razón las personas adultas mayores siguen trabajando?
- ¿De qué manera las familias utilizan los recursos económicos de las personas adultas mayores?
- ¿Cuál es la necesidad económica de las personas adultas mayores?

Los/las estudiantes irán anotando las respuestas en sus cuadernos.

5.2. Saber: :“Exposición teórica sobre la realidad económica de las personas adultas mayores en Bolivia”

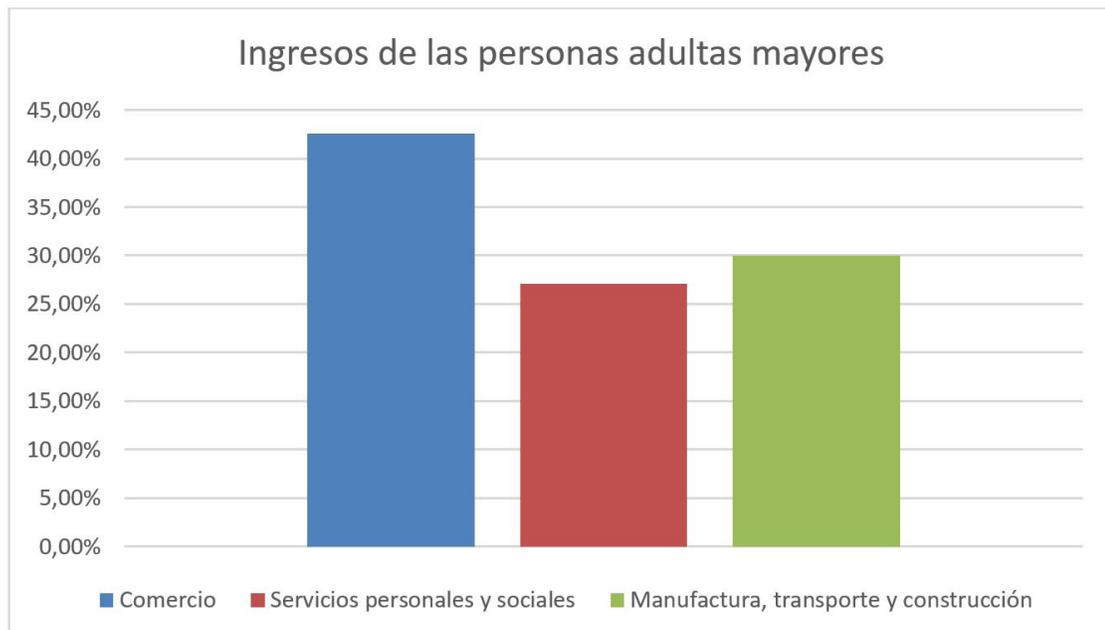
El/la profesor/apide atención y expone de manera dinámica los siguientes contenidos teóricos:

Actualmente en Bolivia, las personas adultas mayores que acceden a una jubilación son muy pocas, representando menos del 20% del total de personas mayores de 60 años.



Las personas adultas mayores que tienen bajos recursos económicos, con la finalidad de cubrir sus necesidades básicas, continúan trabajando de diversas maneras (en oficinas, en el comercio, etc.). Sin embargo, sufren de inestabilidad en los ingresos, salarios inferiores desiguales, amplias brechas de ingresos ocupacional y género y fuerte desigualdad en la distribución de ingresos.

Cerca del 70% de las personas adultas mayores realizan actividades con salarios menores al mínimo nacional, el 42,6% en comercio y el 27,1% en servicios personales diversos y servicios sociales (educación y salud). Solo un 30% de las personas adultas mayores trabaja en manufactura, transporte y construcción,



CIENCIA, TECNOLOGÍA Y PRODUCCIÓN

Por tanto, las personas adultas mayores aún trabajan y realizan actividades que les generen ingresos económicos para subsistir y apoyar a sus familias.

Así también, es importante reconocer el aporte de las personas adultas mayores que no es específicamente dinero o un aporte económico, pero que representa un ahorro para la familia. Por ejemplo, cuando salen a trabajar mamá y papá, es el abuelo o la abuela quien se queda cuidando a los nietos pequeños, cocinando y limpiando la casa. Esa actividad realizada por la persona adulta mayor representa un ahorro para la familia ya que se evitan de contratar el apoyo de una niñera o una trabajadora del hogar, o incluso evita que la mamá deje de trabajar para cuidar a los niños y atender la casa, lo cual repercutiría en los ingresos de la familia.

5.3. Hacer: diferenciar “Valorando el aporte de las personas adultas mayores en la economía de la familia de manera monetaria y no monetaria”

El/la profesor/profesora pedirá que en el siguiente ámbito identifique el aporte económico (es decir, el aporte con dinero en efectivo) y el aporte familiar (aporte por el que no se les paga) de las personas adultas mayores:

APORTE ECONÓMICO DE LAS PERSONAS ADULTAS MAYORES	APORTE ECONÓMICO	APORTE FAMILIAR
	<ul style="list-style-type: none">Ej. pago de servicios básicos.	<ul style="list-style-type: none">Ej. Crianza de los nietos.
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">
	<ul style="list-style-type: none">	<ul style="list-style-type: none">

El/la profesor/a debe procurar que se relacionen de la siguiente manera:

Aporte Económico: Pago de deudas familiares, pago de servicios de luz, agua, gas, apoyo durante el desempleo de los hijos, pago de colegiatura de los nietos, apoyo durante crisis económicas, convivencia de la vivienda de los adultos mayores.

Aporte Familiar: Aporte con la crianza no remunerada de los nietos, cuidado no remunerado del hogar (cocinado de alimentos, lavado de ropa, limpieza de la casa), contención en tiempos de crisis.

5.4. Decidir: “Respetar los ingresos económicos de las personas adultas mayores”

El/la profesor/a invitará a los/las estudiantes a que piensen cómo pueden mostrar respeto a la economía de las personas que viven a su alrededor. Para ello, se llevará a cabo una actividad de reflexión individual en la que cada uno debe llenar la siguiente lista:

Me comprometo a mostrar respeto a la economía de las personas adultas mayores de la siguiente manera:

- Ej. Respetando la libre disposición de su renta y sus bienes.
- Ej. Respeto a que su renta es un derecho establecido en las leyes.



PAQUETE EDUCATIVO GERONTOLÓGICO PARA INTERNALIZAR EL TEMA DE ENVEJECIMIENTO EN UNIDADES EDUCATIVAS

© COPYRIGHT - RED DE PASTORAL SOCIAL CÁRITAS BOLIVIA
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.



Red Pastoral Social

Cáritas
Bolivia