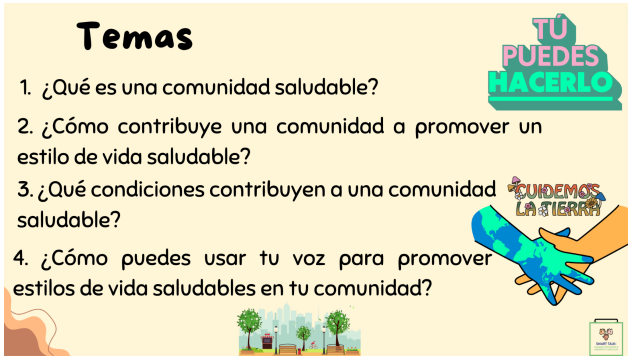
Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

Lección 3: Comunidad Sana, Gente Sana

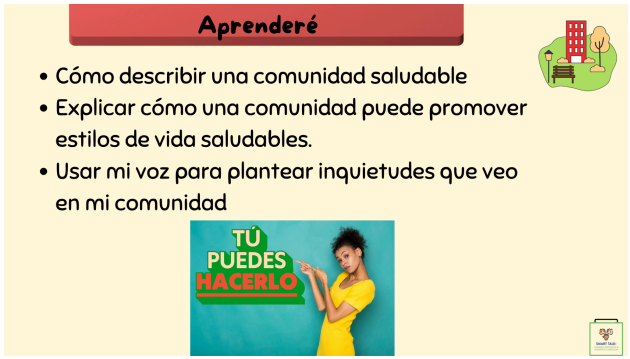
Puntos de conversación y diagrama de diapositivas



Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

Páginas	Imagen	Puntos de conversación
1		• (Preparación para el profesor): • Recurso en PhotoVoice para ver antes de impartir esta clase: ○ https://youtu.be/muJo-0lEgkQ (7.59 minutos). • La lección de hoy tratará sobre cómo la gente sana puede crear una comunidad sana.
2		• Los temas principales de esta lección girarán en torno a qué es una comunidad sana, qué condiciones contribuyen a una comunidad sana, en qué manera el cannabis afecta a la salud de la comunidad y cómo ustedes pueden usar su propia voz para promover estilos de vida sanos en su comunidad.

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

3		• (Nota para el profesor): Lea la diapositiva.
4		• ¡Empecemos la conversación con este calentamiento! • (Pregunte a los estudiantes): • ¿Qué significa para ustedes la palabra *comunidad*? (anote algunas respuestas en la pizarra).
5		• Una comunidad es un grupo de personas que tienen algo en común. • Puede ser que sea algo en común basado en las características de las personas, como su etnia, un vecindario o incluso el colegio al que asisten; todo eso se puede considerar una comunidad.

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

6		• Vamos a hacer una actividad que nos permitirá profundizar sobre qué es una comunidad sana. • Nos dividiremos en grupos pequeños y hablaremos sobre estas dos preguntas: ¿En qué aspectos es sana la comunidad en la que viven o juegan? ¿En qué aspectos no es sana la comunidad en la que viven o juegan? • Hagan una lista de tres cosas para cada pregunta, luego lo comentaremos en grupo. • (Nota para el profesor): Divida la clase en parejas o grupos pequeños. Pida a los estudiantes que dediquen entre cinco y siete minutos para pensar en propuestas. Cuando se acabe el tiempo, comenten lo que han escrito algunas de las parejas y anote sus respuestas en la pizarra. • (Entre los ejemplos puede incluir tiendas de alimentos con productos frescos, cubos de basura en espacios públicos, señales de prohibido fumar, zonas de juego bien mantenidas).
7		• Después de hablar sobre comunidades sanas y no sanas, les pido que vuelvan a sentarse con el mismo compañero y piensen en qué manera el consumo de cannabis puede afectar a su comunidad. • Hagan una lista de tres frases para cada situación, luego lo comentaremos en grupo. • (Nota para el profesor): Divida la clase en parejas o grupos pequeños. Pida a los estudiantes que dediquen entre cinco y siete minutos para pensar en propuestas. Cuando se acabe el tiempo, comenten lo que han escrito algunas de las parejas y anote sus respuestas en la pizarra.

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

8		• Una de las maneras en las que el cannabis puede hacer que una comunidad no sea sana es mediante el humo pasivo.
		• (Pregunte a los estudiantes)
		  ○ ¿Alguien ha oído hablar del humo pasivo?
		  ○ (Espere a que le den algunas respuestas).
		• Vamos a ver de qué se trata.

9		• El humo o el aerosol pasivo del cannabis es el penacho de sustancias químicas liberadas al ambiente directamente por quemar la flor del cannabis o usar cigarrillos electrónicos o vaporizadores con cannabis. • Algunos de los lugares comunes en que suele ocurrir la exposición al humo o al aerosol pasivo del cannabis son la playa, los parques, los espacios de recreo y las zonas designadas para fumadores. • Las sustancias químicas que se liberan comprenden componentes perjudiciales como el THC, metales pesados, partículas ultrafinas que se depositan en las profundidades de los pulmones, sustancias químicas cancerígenas y compuestos orgánicos volátiles (COV). • Hay leyes que restringen fumar en playas, eventos deportivos juveniles y zonas de juego infantil. • La verdad es que el humo o aerosol pasivo seguro no existe. Todos los tipos de humo pasivo son dañinos para los pulmones, sobre todo para los niños. Bibliografía: • https://www.undo.org/environmental-impact/smoke-free-beaches-parks-california • El humo pasivo molesta a la gente, ya sea en el parque o en su propio apartamento.

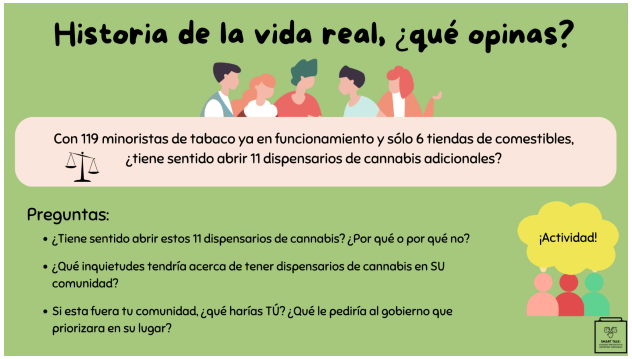
Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

10		• Otra forma en la que el humo pasivo del cannabis perjudica a la comunidad es en los edificios de apartamentos, y eso se debe a que el humo pasivo puede ir fácilmente de apartamento en apartamento y de lugar en lugar a través de las paredes, las rejillas de ventilación, las ventanas, las tuberías, los pasillos y las escaleras. • Esto crea un entorno insalubre para quienes viven ahí o en viviendas multifamiliares cercanas sin políticas de espacios sin humo. • La exposición al humo pasivo puede provocar cáncer e infecciones respiratorias, así como empeoramiento del asma, entre otros problemas. • Fuente de la imagen: https://www.cdc.gov/tobacco/infographics/secondhand-smoke/index.htm
11		• Otra forma en la que el cannabis puede perjudicar a nuestra comunidad es a través del humo residual del cannabis. • El humo residual es el residuo químico que queda en la ropa, los muebles, las paredes y otras superficies después que alguien fume. • El humo del cannabis contiene algunas de las mismas sustancias químicas perjudiciales y cancerígenas que el humo del tabaco. ¡Imagínense a sus mascotas o hermanos tocando o ingiriendo estos residuos! Bibliografía: • https://thirdhandsmoke.org/does-marijuana-create-thirdhand-smoke-2/

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

12		• En resumen, tener una vida sana se convierte en un tema de justicia social. • (Pregunte a los estudiantes): ¿A qué nos referimos cuando hablamos de una cuestión de justicia social? (Espere a recibir las respuestas de los estudiantes). • Utilice este enlace para sus respuestas: ○ https://www.leafly.com/learn/social-justice • En nuestro ejemplo, vida sana significa que todo el mundo merece los mismos derechos y oportunidades para tener un entorno sano y sin humos donde podamos jugar y vivir. Bibliografía: • https://www.hsph.harvard.edu/news/features/healthier-housing-rooted-in-social-justice/
13		• Vamos a contar ahora una historia real relacionada con el cannabis de una comunidad situada en Hayward, California. • El Ayuntamiento de Hayward se estaba planteando aumentar la zona donde podían abrirse nuevos dispensarios de cannabis (conocidos como “tiendas de marihuana”), incluso en áreas de bajo nivel socioeconómico en las que la gente tiene menos conocimiento de los efectos del cannabis y, por lo tanto, son más vulnerables a los mensajes dirigidos. • En la imagen superior pueden ver la gran cantidad de dispensarios que hay en la comunidad de Hayward. La foto inferior muestra el área cercana a uno de los dispensarios. • Y, sin embargo, el Ayuntamiento de Hayward aún estaba planteándose la apertura de otros 11 dispensarios en esa comunidad. Bibliografía: • Youth Advisory Council y Eden Youth and Family Center, Libro Blanco

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

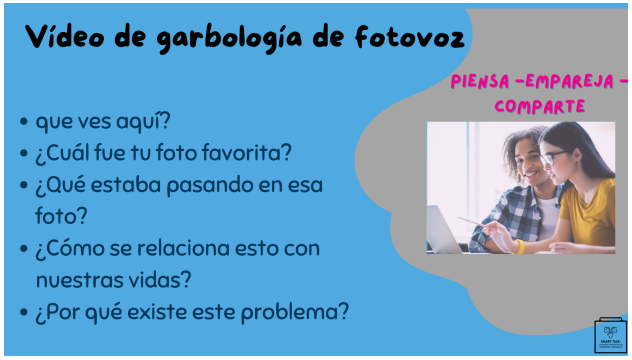
14		• La gente joven se aseguró de hacerse oír. Fueron varios los jóvenes que se presentaron en la reunión en el Ayuntamiento de Hayward para expresar sus preocupaciones, frustraciones y sentimientos acerca de que el Ayuntamiento quisiera agregar más dispensarios a la comunidad. • (Pídales a dos estudiantes que lean en voz alta las dos frases que dijeron algunos de los jóvenes que asistieron a la reunión). • (OPCIONAL): (Pregunte a los estudiantes): ¿Qué dirían si esta reunión tuviera lugar en su comunidad? Bibliografía: • Youth Advisory Council y Eden Youth and Family Center, Libro Blanco
15		• Varios activistas jóvenes y adultos encuestaron a la comunidad de Hayward y descubrieron un gran desequilibrio en los recursos disponibles en la comunidad. • Con 119 estancos en funcionamiento y solo 6 tiendas de alimentos, ¿tiene sentido abrir otros 11 dispensarios de cannabis? • Vamos a hacer una actividad acerca de esta historia real y lo que piensan al respecto. • Les voy a separar en grupos pequeños. En sus grupos, comenten las tres preguntas siguientes; luego, pasados 10 minutos, compartiremos los comentarios todos juntos. Les pido que preparen al menos tres respuestas distintas a cada una de las preguntas. • (Nota para el profesor): Divida la clase en grupos pequeños y pídales que respondan las preguntas. Déjeles 10 minutos para escribirlas y 10 minutos para hablar con toda la clase y compartir las respuestas. • (Una vez acabada la actividad, recuerde a los estudiantes): • Como personas jóvenes que viven, van a la escuela y juegan en una comunidad, recuerden que tienen su propia

		voz y que pueden marcar la diferencia para mejorar la salud de su comunidad. Bibliografía: ● Youth Advisory Council y Eden Youth and Family Center.
16		● Veamos ahora otras maneras en las que el cannabis puede afectar o perjudicar a una comunidad. ● (Pregunte a los estudiantes): ¿Cómo desecha la gente los vaporizadores de cannabis? (Deje una pausa para que los estudiantes respondan). ● Una de las maneras en que el consumo de cannabis y vaporizadores de cannabis puede afectar a una comunidad es porque produce más cantidad de residuos. ● Esto es lo que sucede con los productos relacionados con el cannabis en el medioambiente.
17		● Muchos vaporizadores de cannabis se publicitan como desechables. Sin embargo, contienen una batería en su interior. ● Cuando nos deshacemos de ellos en la basura normal, el vaporizador y su batería son aplastados. ● Esto puede hacer explotar la batería y provocar incendios peligrosos y lesiones a las personas. ● Además, la batería del vaporizador desechada se deteriora lentamente y es tóxica para el medioambiente, incluidas también nuestras vías fluviales.

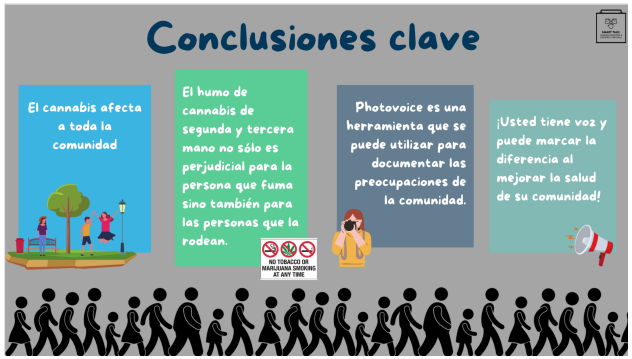
Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

18		• Los vaporizadores de cannabis están hechos principalmente de plástico! • Aquí pueden ver las distintas partes de un vaporizador: la boquilla, el cartucho, el atomizador, el sensor/botón de encendido y apagado y la batería. ¡Ninguno de estos elementos es biodegradable! • El plástico tarda cientos de años en descomponerse y, cuando lo hace, se convierte en micro plástico (trocitos minúsculos de plástico). • Estos micro plásticos pueden acabar en vías fluviales, la naturaleza, el suelo e incluso en nuestra comida!
19		• Los vaporizadores de cannabis contienen baterías tóxicas para el medioambiente y pueden provocar incendios y lesiones graves a las personas. • En California se ha aprobado una nueva ley que exige que los productos de vapeo desechables se consideren no reciclables. Por eso, deben ir en contenedores de residuos peligrosos, no en papeleras ni al suelo. Bibliografía: • https://californiaglobe.com/articles/gov-gavin-newsom-signs-slew-of-marijuana-bills/ • https://leginfo.legislature.ca.gov/faces/billTextClient.xhtml?bill_id=202120220AB1894 • https://www.gaiaca.com/how-to-dispose-vape-pen-batteries/

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

20		• (Nota para el profesor): Lea la diapositiva.
21		• Veamos un video sobre un proyecto de basurología donde se usa una herramienta de investigación llamada PhotoVoice. • Las personas que abogan por la comunidad utilizan PhotoVoice para documentar las necesidades de su comunidad mediante imágenes y relatos. • En concreto, este video lo crearon educadores de salud jóvenes y para jóvenes. • Como clase, haremos un proyecto parecido.
22		• Vamos a reflexionar sobre lo que hemos visto en el video. • En parejas (Piensa-Trabaja en pareja-Comparte), hablen y respondan las preguntas que ven en la diapositiva. • Luego compartiremos las respuestas con el grupo. • (Nota para el profesor): Deje entre cinco y siete minutos a los estudiantes para que piensen las respuestas y luego abra un debate durante otros dos o tres minutos. Bibliografía: • https://www.pathwaysrtc.pdx.edu/pdf/proj5-photovoice.pdf

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

23		• (Nota para el profesor): Lea la diapositiva con las instrucciones sobre la tarea de PhotoVoice. • (Nota para el profesor): Sería recomendable asignar la tarea un jueves para entregarla el lunes, así los estudiantes tendrán suficiente tiempo para recopilar sus fotos. Le recomendamos que dé la opción a los estudiantes de hacer sus propios dibujos de lo que ven si no tienen acceso a un *smartphone* o una cámara. • (Recurso para el profesor: Incluye cómo hacer fotografías de forma segura): ○ https://ctb.ku.edu/en/table-of-contents/assessment/assessing-community-needs-and-resources/photovoice/main
24		• (Lea la diapositiva o pídale a un alumno que lea cada mensaje clave)

Lección 3: Gente Sana, Comunidad Sana (Secundaria)

25		• Haga clic en el enlace incrustado de Kahoot.