



# FICHA DIDÁCTICA 3

## SALUD Y BIENESTAR

Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades

**3** SALUD  
Y BIENESTAR





17 OBJETIVOS PARA TRANSFORMAR NUESTRO MUNDO

# OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE

## EDICIÓN:



Esta publicación ha sido coordinada por:

**FUNDACIÓN CIUDADANÍA**

## ELABORACIÓN DE CONTENIDOS:

FRANCISCO PALOMINO, ROCÍO MONTERO, GEMA TRINIDAD  
Y MIGUEL ÁNGEL CORTÉS

## ILUSTRACIONES:

FELIPE ALARCÓN ECHENIQUE

## DISEÑO Y MAQUETACIÓN:

ATAKAMA CREATIVIDAD CULTURAL

## FICHA DIDÁCTICA OBJETIVO 3 SALUD Y BIENESTAR



**AÑO 2018**

Depósito Legal:



*Esta obra puede copiarse, distribuirse y comunicarse públicamente, citando siempre la autoría.*

*Si se altera o transforma la obra, o se crea otra derivada de esta, la nueva obra generada sólo podrá ser distribuida bajo una licencia idéntica a ésta.*



# ÍNDICE

**DESCRIPCIÓN OBJETIVO 3**

PÁGINA 4

**METAS A CONSEGUIR**

PÁGINA 4

**ACTIVIDAD 1: EN CONTRA DE...**

PÁGINA 6

**ACTIVIDAD 2: RIMANDO CONTRA LA ENFERMEDAD**

PÁGINA 8

**ACTIVIDAD 3: DILUVIO DE IDEAS**

PÁGINA 10



## DESCRIPCIÓN OBJETIVO

Para conseguir el desarrollo sostenible en todos los países del mundo, hay que garantizar una vida sana y saludable para todas las personas; además de favorecer su buen estado físico, mental y emocional.

En muchos países se ha conseguido ya aumentar la esperanza de vida y reducir algunas de las causas de muerte más comunes en niños y madres. También se ha conseguido que muchas personas tengan agua limpia y saneamiento; y se han reducido algunas enfermedades muy graves como la malaria o el SIDA. Aunque aún quedan muchas cosas por hacer para eliminar totalmente algunas enfermedades y mejorar la salud de todas las personas.

Para lograr el objetivo de esta Ficha Didáctica de **Garantizar que todas las personas tengan una vida sana, estén felices y satisfechas**, se proponen tres actividades:

### ACTIVIDAD 1: EN CONTRA DE...

### ACTIVIDAD 2: RIMANDO CONTRA LA ENFERMEDAD

### ACTIVIDAD 3: DILUVIO DE IDEAS

## METAS A CONSEGUIR

Estas actividades están encaminadas a sensibilizar sobre la importancia de las siguientes **METAS**:



### Reducir:

- Las muertes de mujeres al tener a sus hijos.
- Las muertes que se puedan evitar de recién nacidos y niños menores de 5 años.
- Las muertes tempranas causadas por enfermedades que se pueden evitar tratándolas y tomando precauciones.
- Las muertes y lesiones causadas por accidentes de tráfico.
- Las muertes y enfermedades causadas por productos químicos peligrosos.
- La contaminación del aire, el agua y el suelo.



 Acabar con las epidemias del SIDA, la tuberculosis, la malaria, etcétera, y luchar contra otras enfermedades.

 Aumentar la prevención, el control y el tratamiento del abuso de sustancias adictivas, como las drogas, el alcohol y el tabaco.

 Conseguir el acceso de todas las personas a los servicios de salud esenciales, incluidos los servicios de salud sexual y reproductiva, y a los medicamentos y vacunas seguros.

 Apoyar la investigación y el desarrollo de vacunas y medicamentos para las enfermedades que afectan, sobre todo, a los países en desarrollo, y favorecer la salud mental y el bienestar.

 Aumentar el dinero que se dedica a la salud, el desarrollo, la formación y la contratación de personal sanitario en los países en desarrollo, sobre todo en los que están en peores condiciones.

 Mejorar la capacidad de todos los países, sobre todo de los países en desarrollo, para prevenir, reducir y manejar riesgos para la salud nacional y mundial.





## ACTIVIDAD 1: EN CONTRA DE...



# PRESENTACIÓN:

El consumo de tabaco y alcohol contribuye a la carga de morbilidad por enfermedades no transmisibles. El Convenio Marco para el Control del Tabaco de la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha sido ratificado por 180 partes, que representan el 90% de la población mundial. Más de 1100 millones de personas, consumían tabaco, en su mayoría hombres.

*Fuente: Informe del Secretario General [Progresos en el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2017](#)*

El consumo de alcohol continúa siendo excesivo, provocando deterioros en la salud.

La prevención se hace necesaria, ya que el consumo de este tipo de sustancias nocivas, ocurre en edades muy tempranas.

## OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:

1. Tomar conciencia de la necesidad de prevención ante el consumo de sustancias nocivas para el organismo.
2. Analizar las consecuencias del uso y abuso de este tipo de sustancias.

## DURACIÓN APROXIMADA:

**Dos horas.** El tiempo será variable dependiendo del número de personas participantes y su edad.

## NÚMERO DE PARTICIPANTES:

El número de personas participantes no es un impedimento para el desarrollo correcto de la actividad, aunque se recomienda no supere las 20.

## MATERIALES:

Folios o cuadernos.  
Lápices de colores, rotuladores...  
Bolígrafos.  
Cartulinas.  
Tijeras.  
Pegamento.  
Variedad de materiales: cartones, botellas de plástico, ovillo de lana, cuerda.



## DESARROLLO

La actividad consiste en la **elaboración y desarrollo de una campaña publicitaria para la prevención del consumo de sustancias nocivas** para el organismo: tabaco, alcohol y drogas.

Puede desarrollarse un anuncio de televisión, un anuncio de radio, un producto... cualquier elemento que forme parte de una campaña publicitaria que pueda prevenir el consumo.

Para desarrollar la campaña publicitaria, se organizará el grupo en tres subgrupos, los cuales tendrán que pensar, diseñar y ejecutar la campaña publicitaria que consideren oportuna y efectiva para la consecución del objetivo planteado. Para tal fin, tendrán a su disposición todo tipo de materiales.

Una vez elaborada la campaña, llegará el turno de la puesta en común. Para ello, se establecerán turnos de intervención y se presentará al gran grupo la campaña publicitaria diseñada.

## CONCLUSIÓN / EVALUACIÓN

Cada grupo valorará las campañas presentadas, dando paso a una reflexión sobre la problemática existente y la necesidad de prevención.





## ACTIVIDAD 2: RIMANDO CONTRA LA ENFERMEDAD



# PRESENTACIÓN:

Para 2030, el objetivo es poner fin a las epidemias del:

- **SIDA.**
- **La tuberculosis.**
- **La malaria.**
- **Las enfermedades tropicales desatendidas.**
- **La hepatitis.**
- **Las enfermedades transmitidas por el agua.**
- **Otras enfermedades transmisibles.**

Un importante factor de riesgo de enfermedades infecciosas y mortalidad es la falta de servicios de agua apta para el consumo, saneamiento e higiene, que afecta de manera desproporcionada a las regiones de África Subsahariana, y Asia Central y Meridional.



<http://www.un.org/sustainabledevelopment/health/>



## OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:

1. Conocer las enfermedades que aún no están erradicadas.
2. Tomar conciencia de las causas de muchas enfermedades mortales en otros países.



## DURACIÓN APROXIMADA:

**Dos horas.** El tiempo será variable dependiendo del número de personas participantes y su edad.



## NÚMERO DE PARTICIPANTES:

El número de personas participantes no es un impedimento para el desarrollo correcto de la actividad, aunque se recomienda no supere las 20.



## MATERIALES:

Folios o cuadernos.  
Lápices de colores.  
Bolígrafos.





## DESARROLLO

La actividad consiste en la realización de poemas en los que se refleje la necesidad de atajar enfermedades que siguen causando muertes en otros países.

Se propondrá, a modo de concurso, la realización de poemas que sirvan para tomar conciencia de las enfermedades que aún no han sido erradicadas. Los poemas tienen que tener una extensión mínima de 6 estrofas, de cuatro versos cada una. (Se modificará la pauta en función del grupo, así como la realización de uno o varios poemas).

Para ello, se organizará el grupo en varios subgrupos, de tres personas cada uno.

Cada pequeño grupo, inventará un poema que presentará una vez lo haya elaborado.

Todas las personas participantes votarán, de forma anónima, el poema ganador, otorgándose el premio del concurso al **poema mejor** elaborado o cuyo mensaje haya facilitado la transmisión de la información.

## CONCLUSIÓN /EVALUACIÓN

Se recordarán las enfermedades aún no eliminadas, las consecuencias de las mismas, así como, la necesidad de intervenir para la erradicación de las mismas.





## ACTIVIDAD 3: DILUVIO DE IDEAS



### PRESENTACIÓN:

En muchos países se ha conseguido ya aumentar la esperanza de vida y reducir algunas de las causas de muerte más comunes en niños y niñas.

Se han logrado avances en el control de enfermedades infecciosas, pero aún hay una mortalidad asociada a estas enfermedades, así como a la falta de servicios de agua que pueden provocar el contagio de las mismas.

Aún quedan muchas cosas por hacer para eliminar totalmente algunas enfermedades y mejorar la salud de todas las personas.

### OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD:

1. Conocer las metas planteadas para 2030 para garantizar una vida sana y promover el bienestar personal.
2. Tomar conciencia de la morbilidad y las regiones que más la sufren.
3. Fomentar ideas que contribuyan a la reducción de las tasas de mortalidad y morbilidad en los países que más la sufren.
3. Poner en común los conocimientos que cada persona participante tiene sobre el tema propuesto.

### DURACIÓN APROXIMADA:

**Dos horas.** El tiempo será variable dependiendo del número de personas participantes y su edad.

### NÚMERO DE PARTICIPANTES:

El número de personas participantes no es un impedimento para el desarrollo correcto de la actividad, aunque se recomienda no supere las 20.

### MATERIALES:

- Folios o cuadernos.
- Lápices de colores.
- Bolígrafos.
- Pizarra.



## DESARROLLO

Para llevar a cabo esta actividad, se presenta al grupo el tema sobre el que tienen que aportar ideas y expresar los conocimientos que tienen sobre él. Para ello, se escribirán en la pizarra las dos preguntas sobre las que se va a trabajar.

*¿Qué pueden hacer los países para garantizar una vida sana, reducir la morbilidad y mortalidad en los países que la sufren?*

*¿Qué podemos hacer desde nuestra realidad?*

Una vez escritas, se abrirá **turno de palabra, reflexión y debate**.

Las propuestas de cada participante, se anotarán en la pizarra, debajo de la pregunta correspondiente.

Una vez recogidas las aportaciones, se realizará una valoración de las mismas, así como, se animará a la su puesta en práctica.

## CONCLUSIÓN /EVALUACIÓN

De la reflexión realizada, se extraerán las medidas o aportaciones que puedan llevarse a la práctica invitando al cumplimiento de las mismas.



# 3 SALUD Y BIENESTAR



FINANCIA:



PROMUEVE:



COLABORAN:

