

# ¡JOAQUINCITO *si sabe!*



CARTILLA DE APRENDIZAJE  
**NO.1** TODOS CONOCIENDO

**Proyecto de investigación “Viabilidad de desarrollar un modelo basado en Atención Primaria en Salud para municipios con alta dispersión rural del Litoral Pacífico. Contrato 879-2015.**

**Financiación**

Colciencias, Universidad Icesi, Universidad Santiago de Cali, Pontificia Universidad Javeriana-Cali y Universidad Libre- Seccional Cali.

**Investigadora Principal**

Marta Cecilia Jaramillo Mejía

**Equipo de co-investigadores**

**Universidad Icesi**

Helena María Cancelado Carretero

Diana María Dávalos Pérez

Luis Fernando Barón Porras

**Universidad Santiago de Cali**

Janeth Cecilia Gil Forero

Ivanoba Pardo Herrera

Pedro Nel Beitia Cardona

Bellazmin Arenas Quintana

**Pontificia Universidad Javeriana, Cali**

Paula Cristina Bermúdez Jaramillo

Claudia Isabel Vivas Tobar

Naydú Acosta Ramírez

Yolanda Zapata Bermúdez

**Universidad Libre, Seccional-Cali**

Olga Osorio Murillo

**Asistente de investigación**

Laura Catalina Blandón Lotero

Juan Manuel Gómez González



**¡Joaquincito si sabe!**

© Luis Felipe Gúzman Reyes  
Helena María Cancelado Carretero  
Cali / Universidad Icesi, 2018

**© Universidad Icesi**

Noviembre de 2018, primera edición.  
ISBN:

**Rector**

Francisco Piedrahita Plata

**Directora de Investigaciones**

Luisa Fernanda Prado

**Coordinador Editorial**

Adolfo A. Abadía

**Diseño y diagramación**

Miguel Ángel León

**Editorial Universidad Icesi**

Calle 18 No. 122-135 (Pance), Cali - Colombia  
Tel.: +57 (2) 555 2334  
E-mail: [editorial@icesi.edu.co](mailto:editorial@icesi.edu.co)

[www.icesi.edu.co/editorial](http://www.icesi.edu.co/editorial)

Impreso en Colombia / Printed in Colombia



# CONTENIDO

## **CAPÍTULO 1.**

Manejando nuestros residuos

## **CAPÍTULO 2.**

Visitas inesperadas

## **CAPÍTULO 3.**

Mejorando nuestros hábitos





# CAPÍTULO 1. MANEJANDO NUESTROS RESIDUOS

# RESIDUOS SOLIDOS



Se descomponen rápidamente

No se descomponen tan fácil y requieren de mucho tiempo

Necesitan un manejo especial

## EJEMPLOS

Cascaras, restos de comida, aserrín, conchas, siendo fácil de descomponer

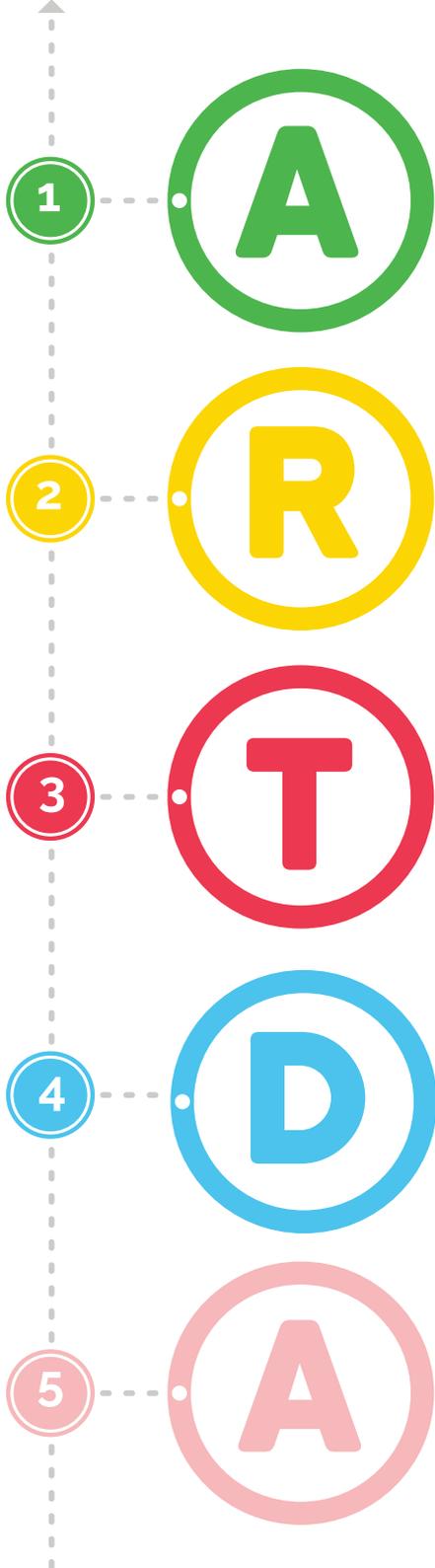
## EJEMPLOS

Cartón, plástico, llantas, botellas de vidrio.

## EJEMPLOS

Residuos hospitalarios, baterías, pilas, Mercurio.





- **Almacenamiento:**  
Recipientes con tapas y fácil de limpiar, evitando que animales entren en contacto con los residuos.

- **Recolección:**  
Conocer los horarios y los puntos adecuados de recolección.

- **Tratamiento y disposición:**  
Manejo adecuado de los residuos acompañado de un apropiado vertedero de la comunidad

- **Aprovechamiento:**  
Darles el adecuado uso a los residuos reciclajes y residuos orgánicos

# CUANDO NO LO HACEMOS CORRECTAMENTE

El inadecuado manejo de los residuos sólidos genera consigo riesgo en la salud de las personas, por que se pueden producir enfermedades por medio de vectores como las moscas, ratas y cucarachas, que pueden generarnos leptospirosis, diarrea, parasitosis y dengue.



# MI HOGAR IDEAL SERÍA

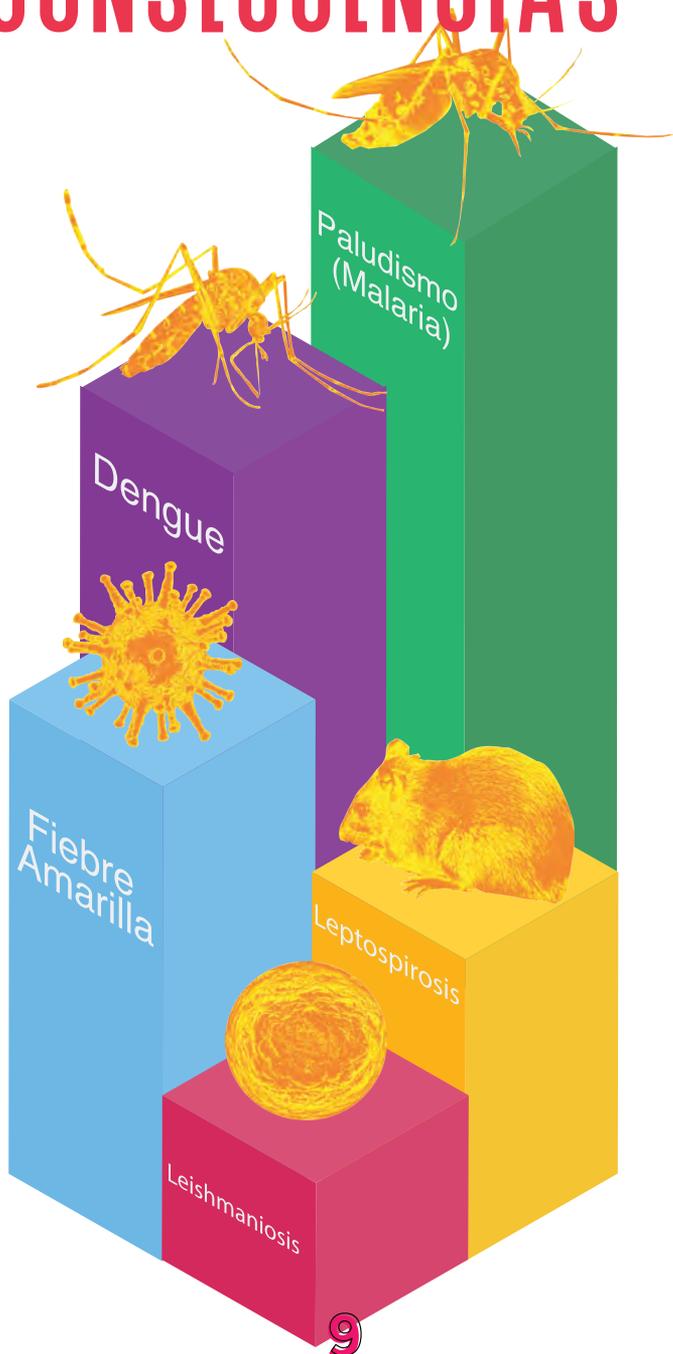


# CAPÍTULO 2. VISITAS INESPERADAS

SE PODRÍAN TENER VISITAS  
INESPERADAS DE VECTORES  
COMO INSECTOS, ROEDORES  
QUE TRANSPORTAN ENFERME  
DADES Y LAS TRANSMITEN  
POR MEDIO DE PICADURAS,  
MORDEDURA O CONTAMINANDO  
LOS ALIMENTOS.



# POSIBLES CONSECUENCIAS



# ALGUNAS PRÁCTICAS ADECUADAS SON

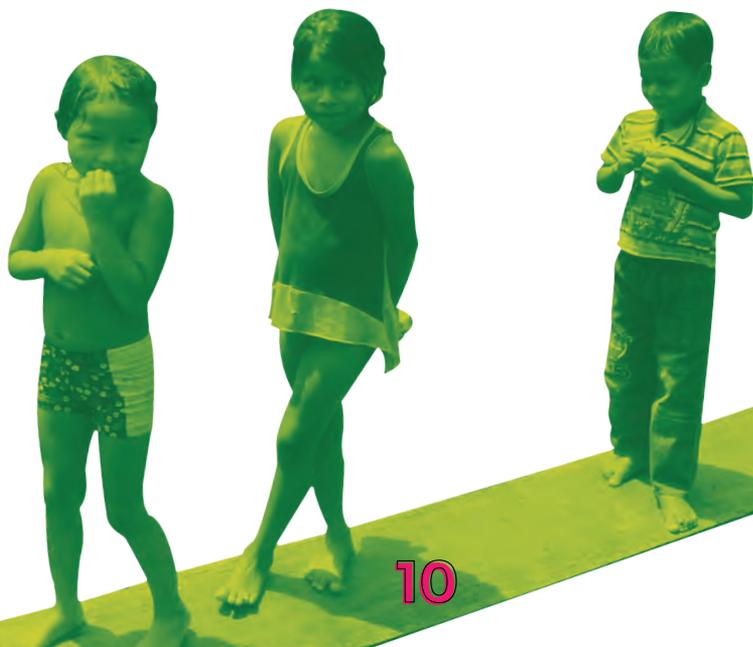
1 Instalación de anjeos en puertas y ventanas

2 Hacer uso de mosquiteros o toldillos en los hogares

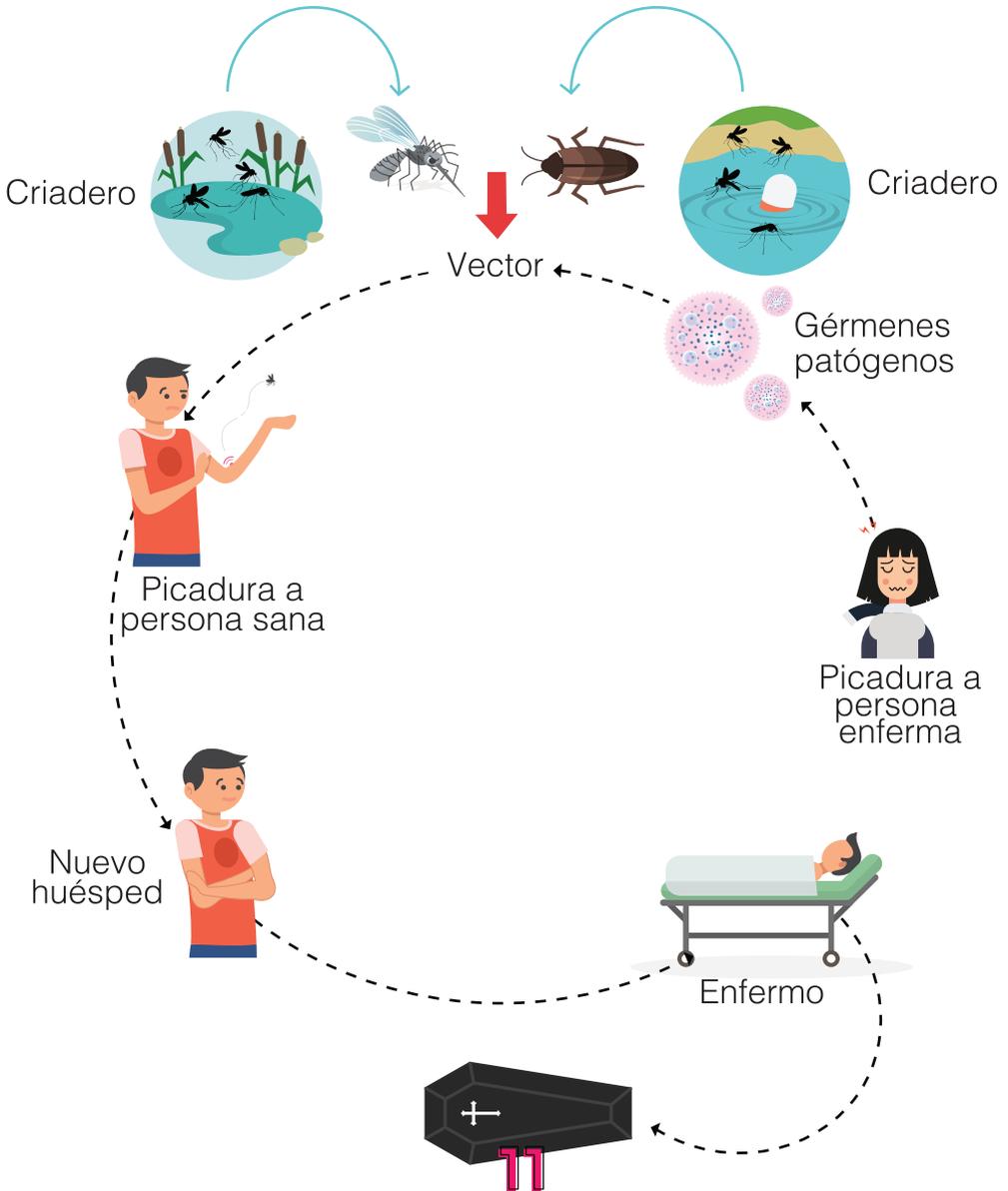
3 Evitar depósitos de agua estancada  
Aplicación de plaguicidas y medicamentos

4 Depositar las basuras en recipientes de plásticos tapados

5 Guardar los alimentos en lugares altos



# CICLO DE TRANSMISIÓN DE ENFERMEDADES POR VECTORES



# ¡Y CUANDO SE USA EL PLAGUICIDA, CUIDADO!

1

Mujeres embarazadas o lactando no deben tener contacto.

2

No aplicar venenos caseros a los niños en los hogares.

3

Guardar los plaguicidas en un lugar seguro.

4

Separar los envases que han tenido contacto con el plaguicida.

5

Asegurar de que los niños no manipulen y/o jueguen con el plaguicida.





# CAPÍTULO 3. MEJORANDO NUESTROS HÁBITOS



UNA VIDA SANA EN LOS HOGAR  
RES DEPENDERÁ PRINCIPAL  
MENTE DEL ADECUADO  
ALMACENAMIENTO, ASEO  
PERSONAL, ASEO DE LA  
VIVIENDA, EL CUIDADO DE LOS  
ANIMALES DOMÉSTICOS, DE  
ESTA MANERA TODOS LOS  
INTEGRANTES DEL HOGAR  
ESTARÁN SATISFECHOS.



# ASEO PERSONAL



Lavarse las manos con agua y jabón después de usar el baño



Uñas cortas y limpias



Usar calzado para evitar enfermedades



Bañarse todos los días



Revisar los piojos en los niños y niñas

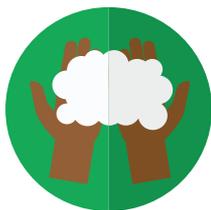


Cepillarse los dientes después de cada comida



Cambiarse la ropa sucia utilizada

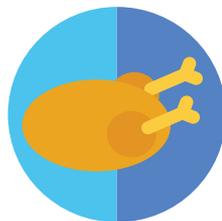
# Y CUANDO COCIMINEMOS



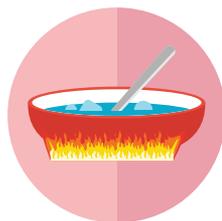
Lavarse las manos antes de cocinar



Limpiar y tener una mesa adecuada para cocinar

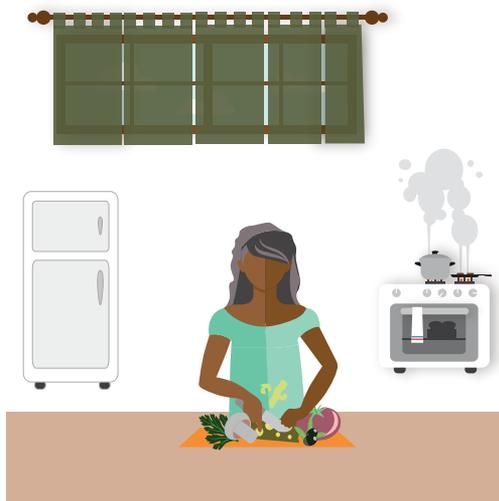
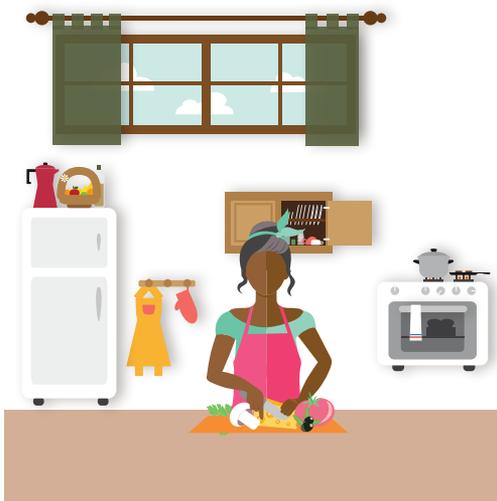


Cocinar los alimentos crudos a una temperatura mayor de 70° C



Mejorar la calidad del agua hirviéndola y con ayuda del cloro

# ESCENARIOS



# ¿QUÉ APRENDIMOS?

**1** ¿Qué son vectores?

**2** ¿Cómo podemos evitar que los vectores nos transmitan enfermedades?

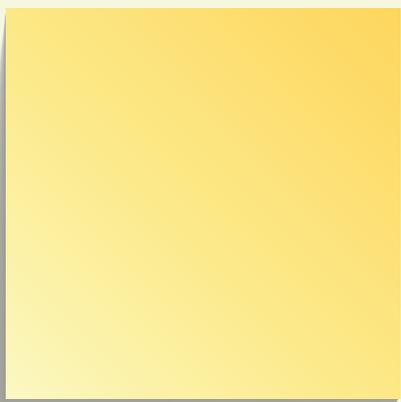
**3** ¿Explique el ciclo de manejo de los residuos sólidos?

**4** ¿Explique qué es un hábito, con un ejemplo ?

# CÓMO MEJORAR NUESTROS HÁBITOS HIGIÉNICOS

Identifique hábitos higiénicos que hoy tiene, que **no** favorecen su salud

Identifique acciones para mejorar los hábitos que no favorecen su salud



# CÓMO MEJORAR NUESTROS HÁBITOS HIGIÉNICOS

## *Ejemplo*

Identifique hábitos higiénicos que hoy tiene, que **no** favorecen su salud

Identifique acciones para mejorar los hábitos que no favorecen su salud

No barremos la casa todos los días

No todos los miembros del hogar, se cepillan los dientes después de comer

Barrer la casa todos los días en la mañana

Cada miembro de la familia se cepillará los dientes después de cada comida

# ACTIVIDADES DIÁRIAS PARA MEJORARLOS

**LUNES**

A pink sticky note with a silver paperclip on the right side. The word "LUNES" is written in bold black letters at the top.

**MARTES**

A light blue sticky note with a white tab at the top. The word "MARTES" is written in bold black letters at the top.

**MIÉRCOLES**

A yellow sticky note with a white tab at the top. The word "MIÉRCOLES" is written in bold black letters at the top.

**JUEVES**

A purple sticky note with a white tab at the top. The word "JUEVES" is written in bold black letters at the top.

**VIERNES**

A light green sticky note with a white tab at the top and a green pushpin on the top edge. The word "VIERNES" is written in bold black letters at the top.

**SÁBADO**

An orange sticky note with a white tab at the top and a blue pushpin on the top edge. The word "SÁBADO" is written in bold black letters at the top.

**DOMINGO**

A light blue sticky note with a white tab at the top and a silver paperclip on the left side. The word "DOMINGO" is written in bold black letters at the top.

# MOSTRANDO AVANCES

**ANTES**

**DESPUÉS**



# AGRADECIMIENTOS

Cabildo de Joaquincito

Gestores Ambientales  
de Joaquincito

Líderes y habitantes de Joaquincito  
asistentes al Diplomado

Equipo proyecto Colciencias  
Joaquincito