



### Guía Pedagógica N° 3

|               |                     |
|---------------|---------------------|
| Nombre:       | Curso: 4°           |
| Fecha inicio: | Fecha Presentación: |

#### Descripción Priorización Curricular MINEDUC

|                       |   |
|-----------------------|---|
| Unidad                | <b>2</b>  |
| Objetivo              | <p><b>OA 5</b> Explicar la importancia de usar adecuadamente los recursos, proponiendo acciones para reutilizarlos, reducirlos y reciclarlos en la casa y en la escuela.</p> <p><b>OA 7</b> Proponer, comunicar y ejercitar buenas prácticas de higiene en la manipulación de alimentos para prevenir enfermedades.</p> |
| Habilidades a evaluar | <b>Observar y aplicar.</b>  |
| Contenido             | <b>Reciclaje, reutilización y deducir; Manipulación correcta de los alimentos y medidas de higiene y conservación.</b>  |

**¡Hola queridos y queridas estudiantes! En esta Guía de aprendizaje, trabajarás comprensión de textos. Para lograrlo, debes leer tranquilo/a y concentrada/o ¡A trabajar!**

#### **“Cuidando en medio ambiente”**

A menudo, para referirnos a la basura utilizamos la palabra desecho o residuo, pero no son lo mismo. Un residuo es el material resultante de un proceso, el cual se puede usar de otra manera o con otra finalidad. Cuando un residuo ya no puede ser reutilizado, se lo considera un desecho. Los residuos, de igual manera que los desechos que diariamente eliminamos pueden ser clasificados según el material del que están hechos (papel, metal, plástico, vidrio).

#### **Desechos y residuos según su tiempo de degradación.**

Los desechos y residuos pueden clasificarse, además, de acuerdo al tiempo que demoran en degradarse, es decir, descomponerse para pasar a formar parte del ambiente. Este tiempo varía según el material del que está hecho cada residuo o desecho y de las condiciones ambientales. A continuación, te mostramos el tiempo aproximado que demoran en degradarse diferentes desechos y residuos.

| Cáscaras de fruta.  | Papel   | Colillas de cigarro   | Chicle  | Latas  | Plásticos   | Vidrios   |
|---|---|---|---|--|---|---|
|  |  |  |  |  |  |  |
| Semanas a meses   | Meses a años  | 1 a 2 años  | 5 años  | 50 años  | 100 a 1000 años   | 4000 años   |

**Actividad 1.** A partir de la información anterior, responde las siguientes preguntas:

|   |
|---|
| <b>A. Considerando el tiempo de degradación, si tuvieras que comprar un jugo, ¿optarías por uno en botella de vidrio o plástica?, ¿por qué?</b> |
|   |
| <b>B. ¿Qué desechos y residuos demoran más tiempo en degradarse?, ¿cuáles demoran menos tiempo?</b>   |
|   |
| <b>C. ¿Por qué piensas que puede ser importante conocer el tiempo de degradación de los desechos y residuos?</b>                                |
|   |
| <b>D. ¿Qué más te gustaría saber acerca del tiempo de degradación de los desechos y residuos? ¿Por qué consideras importante aprenderlo?</b>    |
|   |

**Actividad 2.** Clasifica diferentes objetos o elementos, según el tiempo que demoran en degradarse: Completa el esquema con dibujos o recortes de desechos de acuerdo al tiempo que demoran en degradarse.

**“Tiempo de degradación”**

| Grupo 1. Semanas hasta 5 años. | Grupo 2. Cincuenta años o más. |
|--------------------------------|--------------------------------|
|                                |                                |

En Chile, se estima que una familia de cuatro integrantes elimina en promedio tres kilos de residuos y desechos al día. Si esto lo multiplicamos por el número de familias, la cifra aumenta enormemente. Para reducir la gran cantidad de basura que se elimina y acumula, han surgido ciertas iniciativas, como la regla de las tres R: reutilizar, reciclar y reducir. ¿En qué consiste esta regla?

**-Reutilizar:** Es volver a utilizar las cosas que hemos desechado, pero dándoles otro uso.

**-Reciclar:** El reciclaje comienza con la separación de los residuos, de la cual tú puedes ser parte, para luego ser llevados a contenedores o centros de acopio, y finalmente a las plantas de reciclaje.

**-Reducir:** Es disminuir la cantidad de basura que llega a los vertederos o rellenos sanitarios y que reduce el consumo de nuevos recursos.

**Actividad 3.** Dibuja o escribe para completar la información:

|   |  |   |
|---|--|---|
|   | <p>Envases y productos fabricados con plásticos, como botellas, envases de alimentos y bolsas.</p> |   |
|  |  |  |
|  |                 |  |

**Actividad 4.** Lee la siguiente situación y luego responde las preguntas planteadas:

Tatiana y Patricio consiguieron cilindros y cajas de cartón, entre otros residuos, y confeccionaron con ellos entretenidos juguetes, como los de la imagen, para regalarles a sus amigas y amigos.



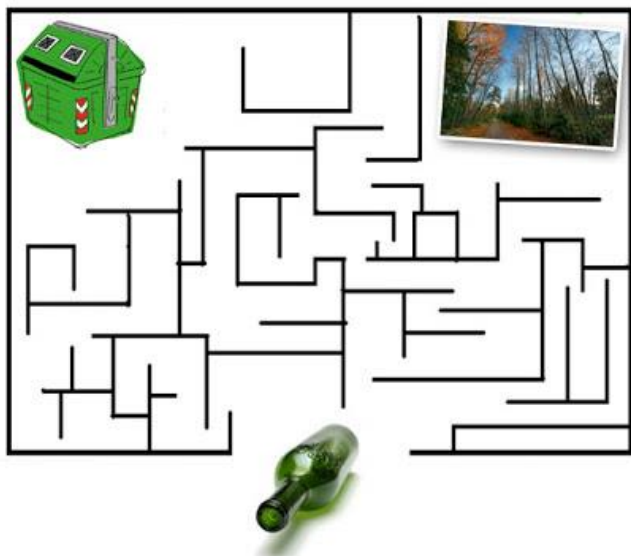
A. ¿Qué hicieron Tatiana y Patricio con estos residuos: reciclar, reutilizar o reducir?  
Explica:

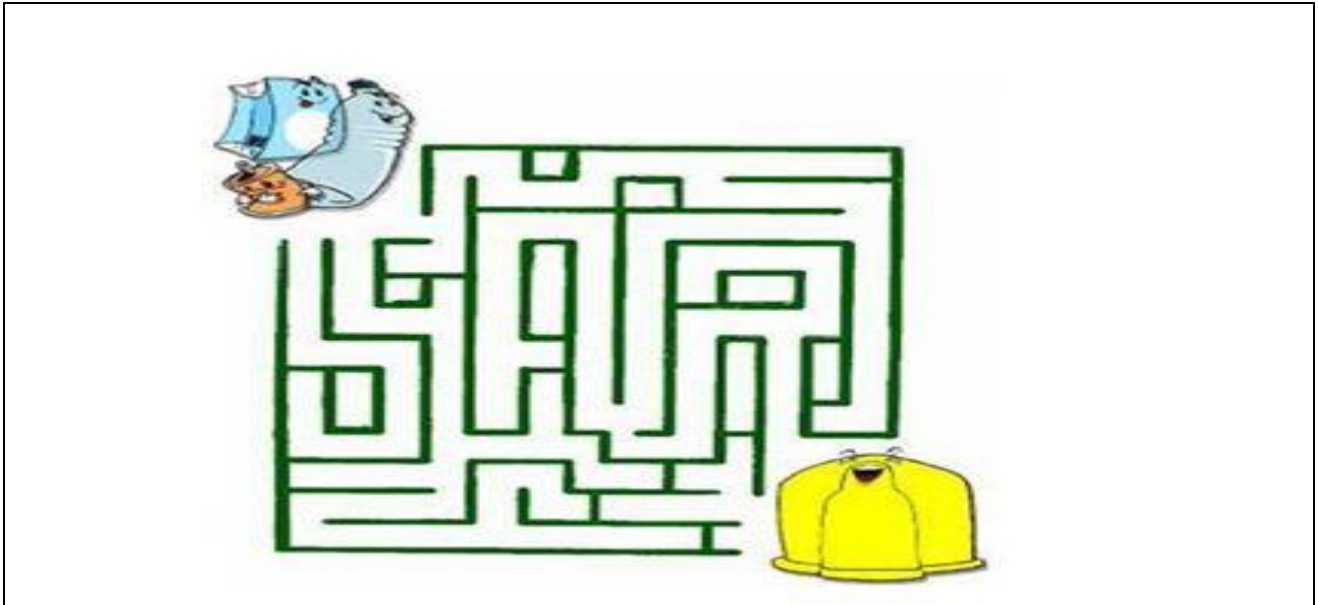
B. ¿Qué importancia tiene para el medio ambiente lo que hicieron Tatiana y Patricio?

C. ¿Qué otra utilidad podría darles a los cilindros y cajas de cartón? Propón al menos dos usos.

**Actividad 5.** Busca el camino correcto para reciclar los distintos elementos. Marca el

Cá





**Actividad 6.** ¡A adivinar! ¿Reducir, reciclar o reutilizar? Lee cada caso y escribe debajo si trata de: reducir, reciclar o reutilizar:

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p>Con esta botellita un macetero haré, para poner plantitas que a diario regaré.</p> | <p>Con mi bolsa de género hoy a la feria me iré, a comprar manzanas para hacer un pastel.</p> | <p>He juntado muchas latas vacías y de distinto color. ¿Qué haré con ellas? Llevarlas al contenedor.</p> |
| <p> </p>  | <p> </p>  | <p> </p>   |

**“Identificar medidas para una correcta preparación de alimentos”**

Observa la imagen y luego responde:



**Actividad 7.** Responde:

A. ¿Qué deberían hacer el niño y la niña antes de preparar el postre? ¿Por qué?

Además de consumir preferentemente alimentos saludables, es importante adoptar medidas al manipular y preparar alimentos, para que estos sean inocuos (no dañinos), sanos y nutritivos. Esto, porque los alimentos se pueden contaminar con microorganismos patógenos o sustancias tóxicas, producto de la llamada contaminación cruzada. Los alimentos contaminados pueden causar enfermedades a las personas.

- **Microorganismos patógenos:** seres vivos que no pueden verse a simple vista y que causan enfermedades.

-**Contaminación cruzada:** transferencia de microorganismos patógenos o sustancias tóxicas de un alimento a otro por medio de las manos, las superficies o los utensilios.

### **“Buenas prácticas para preparar alimentos”**

-Lavarse las manos antes de preparar alimentos, durante su preparación y después de manipularlos.

-Lavarse las manos después de ir al baño.

-Lavar y desinfectar todas las superficies y utensilios usados para preparar alimentos.

-Proteger los alimentos y las áreas donde se preparan de insectos, mascotas y otros animales. Los desechos y restos de alimentos deben eliminarse en un contenedor cerrado, alejado del lugar en que se preparan alimentos.

-Mantener el cabello tomado y, en lo posible, cubierto, mientras se preparan alimentos.

- Usar utensilios diferentes, como cuchillos o tablas de cortar, para manipular carnes rojas, pollo, pescado, mariscos y otros alimentos crudos como las verduras.

- Usar agua potable o tratada para cocinar.

-Seleccionar alimentos frescos.

-Lavar las frutas y las verduras, especialmente si se consumen crudas.

- No utilizar alimentos después de la fecha de vencimiento.

- Cocinar completamente los alimentos, especialmente carnes rojas, pollo, huevos, pescados y mariscos.

- Recalentar completamente la comida cocinada antes de consumirla.

**Actividad 8.** A partir de la información anterior, responde las preguntas:

**A. Después de leer la información de estas páginas, ¿qué nuevos argumentos darías para explicar qué deben hacer el niño y la niña de la imagen anterior antes de preparar el postre?**

**B. ¿En qué lugares de su casa y de su escuela ubicarían los basureros?**

**Actividad 9:** Conversa con los integrantes de tu familia y completen el siguiente cuadro marcando con una X según corresponda:

| <b>Acciones</b>  | <b>Regularmente</b> | <b>Ocasionalmente</b> |
|--|---------------------|-----------------------|
| Lavado de manos antes de preparar alimentos.   |                     |                       |
| Lavado y desinfección de las superficies y utensilios usados para preparar alimentos.  |                     |                       |
| Uso de utensilios diferentes (cuchillos, tablas de cortar) para manipular alimentos crudos (carnes rojas, pollo, pescados y mariscos). |                     |                       |
| Lavado de frutas y verduras, en especial si se consumen crudas.  |                     |                       |
| Cocción completa de alimentos, como las carnes rojas, pollo, huevos y mariscos.  |                     |                       |

Luego respondan en familia las siguientes preguntas:

|   |
|---|
| <b>A. . ¿Cómo se sintieron al realizar esta actividad en familia?, ¿por qué?, ¿qué fue lo que más les gustó?</b>    |
|   |
| <b>B. . ¿Qué otras medidas de las señaladas arriba realizan ocasionalmente?</b>                                     |
|   |
| <b>C. ¿Cuáles de dichas medidas podrían implementar en sus hogares? ¿Por qué piensan que es importante hacerlo?</b> |
|   |

### **“Medidas para conservar alimentos”**

Además de aplicar medidas en la preparación de los alimentos, es importante tener en cuenta algunas consideraciones para su conservación. A continuación, te presentamos algunas medidas que favorecen una correcta conservación de los alimentos.





### **Medidas para conservar los alimentos**

- Conservar los alimentos cubiertos o en recipientes cerrados, protegidos de insectos, mascotas u otros animales.
- No dejar alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de dos horas. Ponerlos en el refrigerador apenas se enfríen.
- Mantener carnes y mariscos refrigerados a menos de 5 °C, nunca a temperatura ambiente.
- Mantener refrigerados los huevos y lácteos, como yogures y las leches después de abrirlas.
- No descongelar alimentos a temperatura ambiente (se sugiere hacerlo en el refrigerador).
- Conservar los alimentos crudos y cocidos en recipientes separados (especialmente carnes y mariscos), para evitar la contaminación cruzada.
- Revisar periódicamente la fecha de vencimiento de los alimentos envasados y eliminar los productos vencidos.
- Evitar golpear los alimentos enlatados y descartar los que estén abollados.

**Actividad 10.** A partir de la información anterior, responde las preguntas:

**A. ¿Por qué los alimentos deben estar protegidos de animales, como moscas y mascotas?**

**B. ¿Qué consecuencias podría tener dejar en un mismo recipiente alimentos cocidos y crudos, como carne?**

**C. ¿Con qué otra medida relacionada con la conservación de alimentos completarías este listado? Escríbela.**



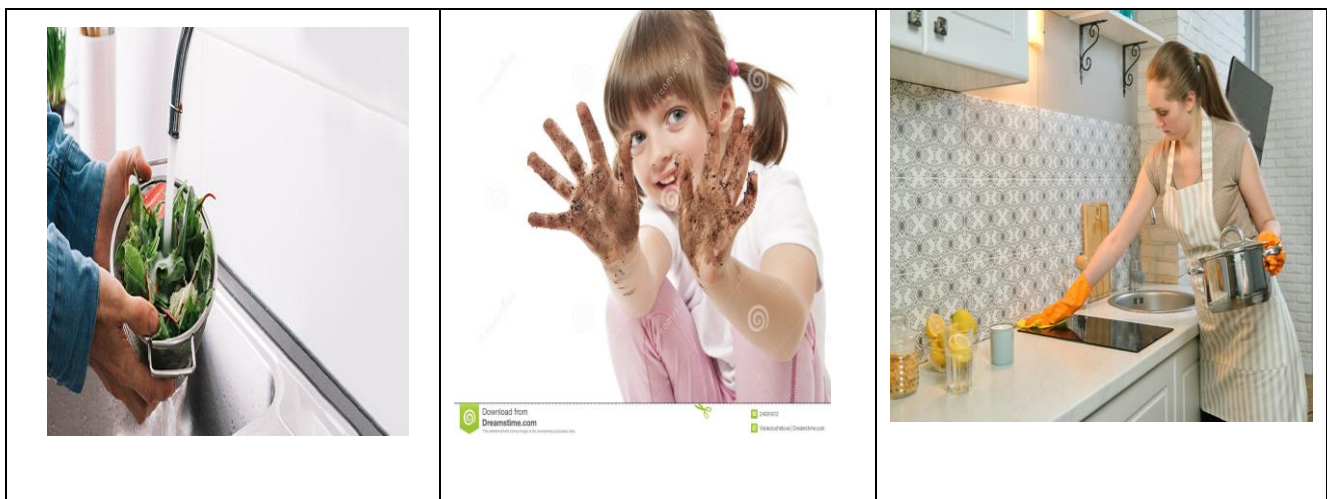
**“Enfermedades asociadas con el consumo de alimentos”**

Las enfermedades transmitidas por los alimentos se originan por el consumo de alimentos contaminados con microorganismos patógenos o sustancias tóxicas. Algunas enfermedades transmitidas por los alimentos son las siguientes: cólera, hepatitis A, salmonelosis, shigellosis, listeriosis y diarrea por Escherichia coli, entre otras.

| Enfermedad         | Síntomas   | Origen alimenticio  |
|--------------------|--|---|
| <b>Cólera</b>      | Fiebre, diarrea (ocasionalmente con sangre), náuseas, vómitos y calambres abdominales. | Consumo de agua y alimentos contaminados, como mariscos crudos o mal cocidos.   |
| <b>Hepatitis A</b> | Fiebre, náuseas y fatiga; orina oscura; piel y ojos de color amarillento.              | Consumo de frutas y verduras crudas que fueron regadas con aguas contaminadas, o bien de alimentos contaminados con heces de una persona infectada, que los manipula sin aplicar medidas de higiene apropiadas. |
|                    |  |   |

Elige otra enfermedad asociada al consumo de alimentos contaminados y completa la información de la tabla.

**Actividad 11.** Observa las imágenes y marca con una X aquellas que muestren medidas de higiene que evitan el contagio de enfermedades:



|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

**¡Muy bien!**