



CARTAS DIDÁCTICAS

GUÍA METODOLÓGICA PARA LA FORMACIÓN
EN PROGRAMAS COMPLEMENTARIOS

Instituto Salvadoreño del Seguro Social

Dirigida a personal de Educación en Salud. Primera edición virtual, 2022

© No se permite la copia o reproducción sin autorización



CARTA DIDACTICA

MODULO 1 “ADICCIONES”

TEMA: Las drogas y sus efectos sobre el cerebro, el organismo y la conducta

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Describir la acción de las sustancias psicoactivas en el cerebro y definir la dependencia.
- Analizar la importancia de la prevención primaria en el consumo de sustancias.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGÍA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	“Presentación en Parejas”	Interactiva	Tarjetas con animales	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos previos sobre el concepto de adicciones.	“Las siete palabras”.	Taller Interactivo	Proyector, Laptop, lámina N° 1, tarjetas con las palabras escritas, plumones, tirro, pliego de papel bond.	30 minutos
Momento de Compartir	Considerar los elementos para proporcionar apoyo frente a una adicción.	“Círculo de Encuentro”	Taller Interactivo	Tarjetas círculo de encuentro.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Analizar los efectos de las drogas en el organismo y la conducta de las personas que las consumen.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre las formas de apoyo frente al problema de las adicciones.	Dinámica: “La Pecera”	Taller Interactivo	Sillas.	30 minutos
Confrontación	Determinar el compromiso individual de acuerdo al tema desarrollado.	“Mi compromiso es...”	Taller Interactivo	Cartel con la lista de acciones que puedo cumplir como compromiso, copia de la lectura “Acciones que podemos practicar” para cada participante, pliego de papel bond, tirro, páginas de papel bond en blanco, plumones, lápiz o lapicero.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Evaluemos la Jornada”.	Taller Interactivo	Sillas	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

MODULO 1 “ADICCIONES”

TEMA: Alcoholismo

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar las causas y daños que genera el consumo del alcohol en la comunidad empresarial.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “los Bomberos”	Interactiva	1 caja de fósforos.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Determinar por qué se da consumo de alcohol y cuales son algunas de sus consecuencias.	Video: “Nosotros y el Alcohol”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, fichas impresas.	30 minutos
Momento de Compartir	Identificar la responsabilidad del estado, la empresa, la sociedad y la familia con respecto al consumo de alcohol.	Dinámica: “El Tren Compartido”	Taller Interactivo	Tarjetas con información, plumones, figura de tren, tarjetas en blanco, tirro.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Reconocer los efectos del consumo de alcohol en el ser humano.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre el consumo de alcohol y la forma de prevención del abuso.	Dinámica: “Las frases”	Taller Interactivo	Imágenes proyectadas o impresas, papel bond, tirro.	30 minutos
Confrontación	Determinar el compromiso individual con relación a la prevención del abuso del alcohol.	“Mural de compromisos”	Taller Interactivo	tarjetas o trozos de papel bond, lápiz o lapicero, tirro, rótulo de Mural de compromisos.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	Dinámica: “Doble rueda para opinar”	Taller Interactivo	papelón, plumones, tirro, laptop y música, parlantes, pito, pandereta.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 1“ADICCIONES”

TEMA: Tabaquismo

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar el impacto del tabaquismo en la sociedad, estudiarlo como problema social tomando en cuenta sus causas y efectos.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “La Telaraña”	Interactiva	1 bola de hilo o lana.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar algunas consecuencias del consumo de tabaco.	Técnica: “Que pasaría”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, fichas impresas.	30 minutos
Momento de Compartir	Relatar una vivencia relacionada con el habito de fumar.	Dinámica: ¿Quién consume a quién?	Taller Interactivo	Laptop, proyector.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Determinar los efectos y consecuencia del tabaco en la salud.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre el consumo de tabaco y la forma de prevención del abuso.	Técnica: “Lluvia de ideas con tarjetas”	Taller Interactivo	Fichas, plumones, lectura impresa, cartel, tirro.	30 minutos
Confrontación	Reafirmar los elementos de prevención aprendidos.	Continuación... Técnica: “Lluvia de ideas con tarjetas”	Taller Interactivo	Tarjetas, tirro.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	Dinámica: “SI, NO”	Taller Interactivo	cartel, tirro.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2 “PREVENCIÓN DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL”

TEMA: Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Reconocer la importancia de la prevención de las ITS en la vida de la comunidad empresarial.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “El círculo común”	Interactiva	Consignas impresas	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos previos sobre las ITS.	“Círculo de encuentro”	Taller Interactivo	Tarjetas de los círculos de encuentro, plumones, tirro, pliego de papel bond.	25 minutos
Momento de Compartir	Compartir sobre la importancia de conocimiento y prácticas para la prevención de las ITS.	“Mito o Realidad”	Taller Interactivo	Hojas de trabajo, laminas impresas.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Estructurar de manera lógica el conocimiento acerca de la prevención de las ITS.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre las formas de apoyo frente al posibles ITS.	“La hora de la verdad”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, hojas de trabajo del segundo momento.	30 minutos
Confrontación	Determinar el compromiso individual de acuerdo al tema desarrollado.	“La Carta”	Taller Interactivo	1 copia de la carta por grupo y hojas de papel bond para cada uno de los participantes, bolígrafos o lápices.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Evaluación de la Jornada”.	Taller Interactivo	Papelitos previamente elaborados, vejigas.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2 “PREVENCIÓN DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL”

TEMA: Las Infecciones de Transmisión Sexual el Embarazo y la Lactancia

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar como afectan las infecciones de transmisión sexual a la mujer embarazada y al futuro bebe durante el proceso de gestación, parto y lactancia materna.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Personajes”	Interactiva	Tarjetas impresas.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Comprobar el nivel de conocimiento acerca de las ITS, el embarazo y la lactancia.	Actividad “X/O”	Taller Interactivo	Fichas y tarjetas impresas, Papelegrafo plumones rojo y negro tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Identificar la responsabilidad del estado, la empresa, la sociedad y la familia con respecto al consumo de alcohol.	Actividad: “La Historia”	Taller Interactivo	Ninguno	20 minutos
Creación de conflicto conceptual	Establecer la relación de las ITS durante el embarazo y la lactancia con los posibles daños a la salud del recién nacido durante el embarazo y la lactancia.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Debatir sobre los cuidados durante el embarazo para la prevención efectiva d las ITS	Técnica : “El cuadrilátero”	Taller Interactivo	Hojas de papel con las preguntas impresas, bolígrafos o lápices.	50 minutos
Confrontación	Implementar compromisos prácticos con el tema que permitan una contribución en la prevención de las ITS durante el embarazo.	Actividad: “Me comprometo a...”	Taller Interactivo	Fichas y lapiceros.	20 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Evaluación de la Jornada	Taller Interactivo	Ficha con preguntas impresas.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2 “PREVENCIÓN DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL”

TEMA: Virus del Papiloma Humano y Cáncer Cérvico Uterino

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar el impacto del Cáncer Cérvico uterino asociado al VPH y su forma de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Los Refranes”	Interactiva	Tarjetas impresas	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Escribir los conocimientos previos sobre el Virus del Papiloma Humano.	Dinámica: “Afiches”	Taller Interactivo	Pliegos del papel bond, afiche impresos, preguntas guías impresas, plumones de diferente color, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Establecer elementos sobre el VPH y los conocimientos sobre el mismo.	Video: “Todo lo que debes saber sobre el VPH”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, parlantes.	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Determinar los factores del VPH que tiene incidencia sobre el cáncer cérvico uterino y sus formas de prevención.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre la importancia para las mujeres de la prueba Papanicolaou.	Técnica: “Lectura dirigida”	Taller Interactivo	Fichas impresas.	30 minutos
Confrontación	Establecer compromisos con la prevención del VPH.	Dinámica: “Me comprometo a...”	Taller Interactivo	Hojas con fichas impresas.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	Dinámica: “Me subo al árbol”	Taller Interactivo	Hojas impresas, crayones o lápices de colores, laptop y proyector.	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3 “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Prevención del VIH/SIDA

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar los aspectos generales del VIH/SIDA y las, así como las vías de transmisión del virus VIH y las formas de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Pasarse la pelota”	Interactiva	Pelota de Plástico	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos sobre el VIH y su forma de prevención.	Técnica: “Cuatro Mensajes”	Taller Interactivo	Carteles con los mensajes impresos, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Dialogar sobre la relación que encuentran entre el mensaje y la imagen de la lámina sobre el VIH.	Dinámica: ¿Cuál es la imagen?	Taller Interactivo	Imágenes impresas y tirro	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Establecer la diferencia entre VIH y SIDA. Reconocer como se puede adquirir el virus y como no existe posibilidad de exposición al virus.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Aplicar a través de un caso de estudio los conocimientos adquiridos.	“Estudio de Casos”	Taller Interactivo	Casos impresos, papelografo, plumones, tirro.	40 minutos
Confrontación	Comprobar lo aprendido acerca de la prevención del VIH. Establece compromisos con la prevención del VIH.	Dinámica: “A que sí, A que no”	Taller Interactivo	Papelografo, papeles impresos y tirro.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Opinando y Evaluando”	Taller Interactivo	Papelografo, plumones, tirro.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3 “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Uso correcto y consistente del Condón

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Identificar la importancia del uso correcto y consistente del condón para la prevención del VIH y otras ITS.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Los Pilotos”	Interactiva	Hojas de papel bond de colores.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Comprobar el nivel de conocimiento acerca de la forma de colocación del condón masculino y femenino.	“Manual del Condón”	Taller Interactivo	Hojas impresas (4 juegos), pliegos de papel bond, pegamento, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Establecer ventajas y desventajas del uso del condón.	Dinámica: “El Reto”	Taller Interactivo	Una caja de cartón, viñetas con los 5 retos, música, parlantes y laptop.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Examinar los elementos claves en el uso correcto y consistente del condón masculino y femenino.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Practicar de forma correcta el uso del condón masculino.	Dinámica: “Detente”	Taller Interactivo	4 dildos de madera o 4 pepinos o zanahorias, condones.	30 minutos
Confrontación	Presentar compromisos sobre el uso correcto y consistente del condón.	Dinámica: “Que hacer y qué no hacer”	Taller Interactivo	Viñetas con las consignas escritas, papelografo, tirro.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Dinámica: “La Tómbola”	Taller Interactivo	Caja de cartón, preguntas impresas, papelografo, plumones.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3 “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Estigma y Discriminación asociados al VIH.

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer las formas en las cuales se manifiesta el estigma y la discriminación por VIH de acuerdo a teorías desarrolladas por la OMS y las experiencias de las personas participantes.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Sopa de Letras”	Interactiva	Pliego de papel, tirro, plumones.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Interpretar historias relacionadas con el tema para el establecimiento de conocimientos previos.	Dinámica: “Historias”	Taller Interactivo	Fichas con historias impresas, papel bond, lápices o lapiceros.	30 minutos
Momento de Compartir	Reconocer expresiones, causas y efectos del estigma en las personas portadoras del virus del VIH.	Dinámica “El árbol expresivo”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, tirro	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Relacionar las causas del estigma con la discriminación a causa del VIH a través de la exposición dialogada.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Analizar sobre el estigma y sus consecuencias y como se puede hacer frente a estos.	Dinámica: “El árbol transformador”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, tirro.	30 minutos
Confrontación	Establecer compromisos con la prevención del estigma y la discriminación relacionados con el VIH.	Video: De ti Depende” “Mi compromiso”	Taller Interactivo	Hoja de trabajo impresa, lapiceros.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Opinando y Evaluando”	Taller Interactivo	Pliego de papel bond, plumones.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4 “SALUD MENTAL”

TEMA: El Cuidado de la Salud Mental

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Identificar los factores de riesgo y las conductas detonantes, para la disminución del impacto en la salud mental.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Fiesta de Disfraces”	Interactiva	Hojas impresas.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Representar con un dibujo el significado de Salud Mental de las personas participantes.	Técnica: “Galería de Arte”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, crayones, lápices de colores, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Conversar sobre eventos negativos de la vida que inciden en la salud mental de las personas.	Dinámica: “Contemos una historia”	Taller Interactivo	Ficha impresa con preguntas generadoras.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Reseñar a través de la exposición dialogada elementos necesarios para el cuidado de la salud mental.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre la importancia y valía de las opiniones personales para el cuidado de la salud mental.	Video: “Cuidemos nuestra Salud Mental”	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, video, pautas para la reflexión impresas.	25 minutos
Confrontación	Evaluar el nivel de Salud Mental para el establecimiento de compromisos para su cuidado.	Cuestionario: “SQR”	Taller Interactivo	Consentimientos informados (solamente para personal del ISSS) y cuestionarios SQR impresos.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“La pelota preguntona” Canción: “Color Esperanza”	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, pelota, viñetas.	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____

Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4 “SALUD MENTAL”

TEMA: El Cuidado de las Emociones

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Señalar acciones clave para la gestión de las emociones y el logro de una vida laboral plena.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “La canasta de frutas”	Interactiva	Cartel con dibujo de canasta, fichas impresas con frutas, tirro.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Reconocer las emociones que es importante controlar para el cuidado de la salud mental.	Dinámica: “Mi Flor”	Taller Interactivo	Hojas de papel bond, colores, laptop, proyector.	30 minutos
Momento de Compartir	Establecer mecanismos de acción para afrontar las emociones negativas.	Dinámica: “Te cuento una historia”	Taller Interactivo	Historia impresa para la persona facilitadora.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir los elementos que componen las emociones y el cuidado de las mismas para una salud mental saludable.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					15 minutos
Aplicación	Reconocer las emociones que hacen sentirse incapaces de hacerle frente a situaciones de la vida diaria.	Técnica “No puedo - no quiero”	Taller Interactivo	Hojas de papel bond.	30 minutos
Confrontación	Analizar la lectura para el establecimiento de compromisos que permitan el cuidado de las emociones.	“Cuento”	Taller Interactivo	Copias del cuento, hojas de papel, bolígrafos.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Dinámica: “La pelota Rebotona”	Taller Interactivo	Una pelota	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4 “SALUD MENTAL”

TEMA: Equilibrio entre vida familiar y trabajo.

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Identificar prácticas exitosas que permitan la sostenibilidad entre la vida familiar y el trabajo.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas.	Dinámica “Si fueras un objeto”	Interactiva	Ninguno.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los factores motivadores por los cuales las personas trabajan.	Dinámica: “Quiero contarles que...”	Taller Interactivo	Tarjetas con preguntas	30 minutos
Momento de Compartir	Reflexionar sobre los temores que se enfrentan día a día en el trabajo y algunas de sus consecuencias.	Dinámica “El desafío”	Taller Interactivo	Una caja de regalo, una bolsa con 20 dulces.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Evaluar los indicadores importantes para lograr el equilibrio entre vida familiar y trabajo.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
RECESO					15 minutos
Aplicación	Analizar por medio de la lectura la importancia de buscar apoyo en los momentos que se requiera para el logro del equilibrio entre vida familiar y trabajo.	Lectura dirigida: “La fábula del Aguilucho”	Taller Interactivo	Fábula impresa.	30 minutos
Confrontación	Establecer compromisos que permitan el equilibrio entre la vida familiar y el trabajo.	Dinámica: “La carrera de la vida”	Taller Interactivo	Hojas impresas para cada persona participante.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Opinando y Evaluando”	Taller Interactivo	Cartel con las caras dibujadas.	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 5 “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Cuidados del Embarazo

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar la importancia del cuidado de la mujer durante la etapa de gestación para la conservación de la salud.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Presentación por parejas”	Interactiva	Ninguno	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos sobre el cuidado de la mujer durante el embarazo.	“Cartel Interactivo”	Taller Interactivo	Plumones, papelografo con la silueta dibujada, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Reconocer los cambios físicos y emocionales durante el embarazo.	Dinámica: “Buscando Parejas”	Taller Interactivo	Tarjetas, tirro y cartel.	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Reconocer los cuidados de la mujer durante el embarazo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre la importancia del bienestar de la mujer y su bebe durante el embarazo.	Video: “El Milagro de la vida”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video.	25 minutos
Confrontación	Reafirmar compromisos con las mujeres embarazadas para proporcionarles apoyo.	Dinámica: “Circulo de Reflexión”	Taller Interactivo	Fichas impresas.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“La maleta”.	Taller Interactivo	Figuras impresas.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 5 “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Derechos y Deberes Sexuales y Reproductivos

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Establecer la diferencia entre derechos y deberes sexuales y reproductivos y cómo aplicarlos en la vida social y laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “El Cartero”	Interactiva	Pelota plástica.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Evaluar el nivel de conocimiento sobre deberes y derechos sexuales y reproductivos.	Dinámica: “deberes y derechos”	Taller Interactivo	Etiquetas impresas, cartel, tirro.	30 minutos
Momento de Compartir	Armar la frase para dar explicación sobre que entienden de ella y su significado.	Dinámica: “Rompecabezas”	Taller Interactivo	Palabras impresas en páginas de papel bond, tirro.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Dialogar sobre los deberes y derechos sexuales y reproductivos de las personas.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Analizar el video sobre los derechos sexuales y reproductivos.	Video “Que son los Derechos Sexuales y Reproductivos”.	Taller Interactivo	Laptop, proyector y parlantes.	15 minutos
Confrontación	Dramatizar una escena de deberes y derechos sexuales y reproductivos que permita el establecimiento de compromisos con el tema en sus lugares de trabajo	Técnica: “Juego de Roles”	Taller Interactivo	Ninguno.	40 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Dinámica: “Telegramas”	Taller Interactivo	Hojas de papel bond y plumones.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 5 “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Planificación Familiar

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer los beneficios, recomendaciones y métodos de Planificación Familiar existentes de acuerdo a las normas nacionales.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Presentación con símbolos”	Interactiva	Laptop, proyector.	20 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar el grado de conocimiento y la importancia de la planificación familiar.	Lectura Dirigida: “Los dos amigos”	Taller Interactivo	Lectura impresa.	30 minutos
Momento de Compartir	Analizar las ventajas y desventajas de la planificación familiar para las personas.	Técnica: “Estudio de Casos”	Taller Interactivo	Casos y guía de preguntas impresas.	40 minutos
Creación de conflicto conceptual	Conocer los diferentes métodos de planificación familiar disponibles Enel ISSS.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reconocer la ruta que debe seguir una pareja que desea planificar la familia.	Dinámica: “Laberinto de la anticoncepción”	Taller Interactivo	materiales impresos.	25 minutos
Confrontación	Establecer compromisos con el tema a partir del análisis de diferentes mitos relacionados con la planificación familiar.	Dinámica: “Mitos”	Taller Interactivo	Etiquetas impresas.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Despedida”	Taller Interactivo	Guía de preguntas impresa.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6 “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Igualdad y Equidad de Género

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Reconocer los elementos básicos sobre género e igualdad de oportunidades, tomando conciencia de la realidad que vivimos y de cómo esta situación condiciona nuestra forma de ser y estar en el mundo.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Juego de Tarjetas”	Interactiva	1 tarjeta de cartulina o papel bond, (20x10cm) para cada persona participante. 1 marcador o plumón para cada persona participante. Alfileres para fijar la tarjeta en la ropa o tirro. 1 tarjeta en una página de papel bond a modo de ejemplo.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos sobre igualdad y equidad de género.	Dinámica: “El barómetro”	Taller Interactivo	Frases impresas.	25 minutos
Momento de Compartir	Reflexionar sobre la importancia de reconocer la igualdad y equidad entre hombres y mujeres.	Dinámica: “A favor o en contra”	Taller Interactivo	Etiquetas impresas.	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Establecer las diferencias entre sexo, genero e identidad de género.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Dramatizar 2 escenarios para establecer la diferencia de cómo piensan y toman las decisiones hombres y mujeres y cuál es su origen.	Técnica: Sociodrama	Taller Interactivo	Escenarios impresos.	40 minutos
Confrontación	Escribir un compromiso para el cambio con relación a la temática desarrollada.	Dinámica: “Mi compromiso personal para el cambio”	Taller Interactivo	Frase motivadora impresa.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Evaluemos la Jornada”	Dialogo Participativo	Preguntas impresas.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6 “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Roles de Género

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Identificar la importancia de los roles de género en la empresa y en la sociedad para evitar la discriminación y violencia de genero.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Pelota Preguntona”	Interactiva	Pelota plástica.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Reflexionar sobre el lenguaje como la herramienta de comunicación humana más potente, a través de la cual se transmite el sexismo.	Dinámica: “Juego de Palabras”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, Hoja de trabajo impresa.	30 minutos
Momento de Compartir	Analizar las consecuencias de la disparidad en la asignación de roles de género.	Video: “El sueño imposible”.	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video, preguntas impresas.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir el origen, característica e importancia de los roles de género.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Evaluar el nivel de concienciación de las personas participantes sobre el tema.	Dinámica: “Fotografía”	Taller Interactivo	Laptop, proyector y parlantes.	25 minutos
Confrontación	Analizar el video y establecer un compromiso de cambio relacionado con la temática desarrollada.	“Yo cambiaré...” Video: “Los días de la semana”.	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, proyector, video, papel y lapiceros.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Evaluando la Jornada	Taller Interactivo	Pliego de papel bond y plumones.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6 “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Prevención de la Violencia hacia las Mujeres

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los tipos, modalidades, causas y consecuencias de la violencia de género.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Escoge tu Emoji”	Interactiva	Laptop, proyector, papel y lápices.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Evaluar los conocimientos previos a partir de la descripción de las palabras de la sopa de letras.	Dinámica: “Sopa de Letras”	Taller Interactivo	Hojas impresas.	30 minutos
Momento de Compartir	Reconocer elementos de violencia de genero en el trabajo y como afecta en el desempeño de las mujeres.	Dinámica: “Él Trabaja, ella trabaja”	Taller Interactivo	Hojas impresas.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir el concepto y contexto de la violencia. Identificar los tipos y modalidades y el ciclo de la violencia hacia las mujeres, así como el marco legal.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reconocer las causas y consecuencias de la violencia hacia las mujeres para el establecimiento de compromisos de cambio.	Técnica: “árbol de factores de riesgo y protección”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, tirro, plumones.	25 minutos
Confrontación	Discutir acerca de los elementos protectores y de prevención de la violencia hacia las mujeres.	Plenaria	Dialogo Interactivo	Carteles elaborados por las personas participantes y tirro.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Opinando y Evaluando”	Taller Interactivo	Proyector, laptop.	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7 “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Acoso Psicológico, Laboral o Moral

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Analizar las causas y consecuencias del acoso laboral y sus formas de prevención de acuerdo a lo establecido por la OIT.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Buscando Pareja”	Interactiva	Triángulos de diferentes colores, bolsa.	30 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos previos sobre el acoso laboral a través de la lectura el caso de Rossana.	Lectura Dirigida: “Una historia”	Taller Interactivo	Material impreso.	25 minutos
Momento de Compartir	Analizar que es el acoso y quienes pueden ejercerlo.	Dinámica: “La Cebolla”	Taller Interactivo	Material impreso.	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Reconocer las conductas más habituales del acoso y sus consecuencias. Establecer elementos de prevención del acoso laboral.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Identificar a través del caso los signos del acoso y sus formas de prevención.	Técnica: “Estudio de Casos”	Taller Interactivo	Casos de estudio, hojas de trabajo y papel bond.	40 minutos
Confrontación	Establecer compromisos que permitan la prevención del acoso laboral.	Nuestro Compromiso. Estudio de Casos	Taller Interactivo	Guía de preguntas impresa, pliego de papel bond, plumón, hojas de papel bond de colores.	20 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Opinemos”	Taller Interactivo	Ninguno	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7 “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Prevención del Hostigamiento y el Acoso Sexual

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Identificar los tipos de conducta que pueden ser percibidas como acoso sexual en el trabajo con el propósito de la búsqueda de ayuda.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Las Casas”	Interactiva	Pliegos de papel bond, plumones, lápices de colores, tirro, proyector, laptop, ppt.	30 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Reconocer los conceptos sobre acoso sexual que se identifican con la dinámica.	Dinámica: “La ducha”	Taller Interactivo	Ficha impresa para la persona facilitadora.	25 minutos
Momento de Compartir	Establecer la diferencia entre el hostigamiento y el acoso sexual en el trabajo.	Video: “Diferencia entre hostigamiento sexual y acoso sexual” .	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, proyector, video, Historia impresa.	20 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir el marco legal del acoso sexual en el trabajo. Reconocer como se manifiesta el acoso sexual, cuales son su tipos, consecuencias y como se previene.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Dramatizar una escena de acoso sexual en el trabajo para el establecimiento de compromisos colectivos de prevención.	Técnica: Juego de Roles	Taller Interactivo	Pliego de papel bond, plumones, tirro.	40 minutos
Confrontación	Escribir un compromiso personal para prevenir el acoso sexual en el trabajo.	“Nuestro compromiso, Mi compromiso”	Taller Interactivo	Papel y lápices, cartel elaborado en el cuarto momento “Nuestro Compromiso”.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Dinámica: “El círculo de respuestas”	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, música, tarjetas.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7 “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Prevención del acoso por razones de sexo, por orientación sexual o identidad de género

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Sensibilizar a las personas trabajadoras sobre la importancia de mantener un entorno laboral respetuoso con la libertad y dignidad.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Paisajes”	Interactiva	Paisajes impresos, tirro.	30 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Establecer el nivel de conocimiento acerca del tema.	Técnica: “Representaciones”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, figura impresa.	30 minutos
Momento de Compartir	Reconocer elementos de discriminación con relación a la diversidad sexual.	Video: “Que es la diversidad sexual”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video, guía de preguntas impresa.	20 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir el acoso por razón de sexo, orientación sexual o identidad sexual y como se puede prevenir.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre que se debe hacer para eliminar estereotipos y prejuicios derivados de la diversidad sexual.	Dinámica: “Derribando Muros”	Taller Interactivo	Lectura y hoja de trabajo impresas.	40 minutos
Confrontación	Determinar un compromiso de tolerancia y aceptación hacia la diversidad sexual en el trabajo.	“Comprometiéndonos” Video: “Discriminación por orientación sexual”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, hojas de papel bond.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	Dinámica “El Elefante”	Taller Interactivo	Trozos de papel con preguntas, plumones, bolsa, pelota.	20 minutos

La **evaluación** de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8 “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Riesgos Psicosociales

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Establecer formas de superación de los riesgos psicosociales para mejorar la productividad laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “La historia de Juan y Juana”	Interactiva	Pelota, consigna impresa.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Reconocer conocimientos previos sobre el tema.	Dinámica “leemos e imaginamos que...”	Taller Interactivo	Tarjetas impresas.	30 minutos
Momento de Compartir	Identificar los factores de riesgo psicosocial y como pueden afectar en el desempeño laboral.	Dinámica “Me identifico con...”	Taller Interactivo	Carteles impresos, tirro.	20 minutos
Creación de conflicto conceptual	Establecer la diferencia entre factor y riesgos psicosociales y su incidencia en el desempeño laboral. Definir elementos de prevención para evitar la afectación de los riesgos psicosociales en las personas.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre cómo, a quienes y de qué manera afectan los riesgos psicosociales.	Técnica “Sociodrama”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video.	35 minutos
Confrontación	Establecer compromisos de apoyo en los cuatro niveles establecidos.	Actividad “Me comprometo a...”	Taller Interactivo	Una caja, viñetas impresas.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“Evaluando y opinando”	Taller Interactivo	Cartel, tirro, plumones.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8 “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Estrés y Salud Laboral

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer los efectos del estrés en la vida y sus formas de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “El Vecindario”	Interactiva	Pliegos de papel, plumones de color, tirro.	30 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar los conocimientos previos sobre el tema.	Dinámica: “Rompecabezas”	Taller Interactivo	Rompecabezas, hojas de trabajo impresas.	25 minutos
Momento de Compartir	Crear historias que reflejen situaciones de estrés que se viven en los lugares de trabajo.	Dinámica: “La Historia”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, crayones, tirro.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Discutir sobre el estrés, como afecta la salud y como se puede hacer prevención.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Practicar la técnica de relajación y analizar su importancia.	Técnica de Relajación guiada “La Playa”.	Taller Interactivo	Laptop, parlantes.	30 minutos
Confrontación	Establecer cómo se puede dar apoyo a una persona estresada en el trabajo para mejor su salud y la productividad.	Me comprometo a compartir que...”	Taller Interactivo	Papel y lápices o lapiceros.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Revisando lo que hicimos”	Taller Interactivo	Pelota, preguntas impresas.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8 “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Motivación Laboral

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

-Vivenciar la integración en un grupo de trabajo motivado consiguiendo el equilibrio de las emociones.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “El Bum”	Interactiva	Ninguno	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Evaluar el nivel de motivación que se posee.	Dinámica: “Los Voluntarios”	Taller Interactivo	Ninguno	20 minutos
Momento de Compartir	Identificar fortalezas y debilidades que hacen equipos de trabajo y personas fuertes.	Dinámica “El equipo perfecto”	Taller Interactivo	Dos cajas numeradas, papeles de 2 colores.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Definir la motivación como elemento para la consecución de metas personales y colectivas en el trabajo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Identificar las características de las personas motivadas.	Técnica: “Dibujando a la persona Motivada”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, tarjetas impresas, laptop, proyector.	30 minutos
Confrontación	Reflexionar sobre la importancia de la motivación y las habilidades personales y grupales para poder lograrla.	Dinámica “Mi compromiso”	Taller Interactivo	Hojas de trabajo impresas.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Opinando y evaluando”	Taller Interactivo	Preguntas impresas para la persona facilitadora.	25 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Nutrición Saludable en el Trabajo

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer la importancia de los buenos hábitos de alimentación y nutrición como estrategias y medios adecuados para la prevención de enfermedades a partir de un buen estado de salud para el buen desempeño laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica: “Mi comida preferida es...”	Interactiva	Ninguno	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Evaluar individualmente los hábitos de alimentación y nutrición.	Evaluación: “Conociendo mis hábitos de alimentación y nutrición”	Taller Interactivo	Hojas impresas, proyector, laptop.	30 minutos
Momento de Compartir	Establecer la diferencia entre alimentación y nutrición.	Técnica “Cuadro comparativo”	Taller Interactivo	Texto impreso, pliegos de papel bond, plumones, crayones, tirro.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Comprender la importancia de la nutrición saludable para el buen desempeño en el trabajo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Reflexionar sobre la importancia de aprender a reconocer los buenos hábitos de alimentación y nutrición como estrategias y medios adecuados para la prevención de enfermedades a partir de la clasificación de los alimentos.	Dinámica: “El semáforo”	Taller Interactivo	Fichas impresas, cartel, tirro.	25 minutos
Confrontación	Definir acciones para corregir hábitos inadecuados de alimentación y nutrición basados en los resultados de la evaluación inicial.	“Mi compromiso con la alimentación y nutrición”	Taller Interactivo	Hoja impresa.	30 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada educativa y sus momentos.	“La Bolsa”.	Taller Interactivo	Proyector, parlantes y música, una bolsa.	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Actividad Física Saludable

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los elementos de una estrategia de promoción de la salud que proporcione las bases para mejorar la actividad física saludable de las personas trabajadoras

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Pato, pato, ganso”	Interactiva	Vejiga inflada.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar el nivel de conocimiento sobre el tema.	Técnica: Estudio de Casos	Taller Interactivo	Casos y fichas impresas.	30 minutos
Momento de Compartir	Reflexionar sobre la importancia y los beneficios de la actividad física para la buena salud.	Técnica: “Mapa conceptual”	Taller Interactivo	Textos impresos, pliegos de papel, plumones, laptop, proyector, ppt.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Dialogar sobre la importancia de la actividad física para la buena salud.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					10 minutos
Aplicación	Practicar una rutina de ejercicios.	“30 minutos de actividad física”	Taller Interactivo	Laptop, proyector y parlantes.	45 minutos
Confrontación	Establecer compromisos para mejorar la actividad física en beneficio de la salud.	Dinámica: ¿Qué debo hacer?	Taller Interactivo	Hoja impresa.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Evaluemos la jornada”	Interactivo	Preguntas impresas.	15 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Sueño Saludable

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los elementos de una estrategia de promoción de la salud que proporcione las bases para mejorar la calidad del sueño de las personas trabajadoras.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación de Participantes, objetivos y expectativas	Dinámica “Globos voladores”	Interactiva	Globos y papelitos.	25 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Reflexionan acerca de la importancia de dormir y descansar para ser productivos.	Cartel: “Causas y consecuencias”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, ppt, pliegos de papel, plumones.	30 minutos
Momento de Compartir	Discutir sobre los efectos de la falta de sueño en el trabajo y en cualquier actividad de la vida cotidiana.	Ejercicio: “Con sueño en el trabajo”	Taller Interactivo	Hojas de trabajo impresas.	30 minutos
Creación de conflicto conceptual	Comprender como la falta de sueño incide e la salud de las personas y en su trabajo, cuales son los impactos negativos y que se debe hacer.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
RECESO					20 minutos
Aplicación	Identificar las consecuencias de la falta de sueño en el trabajo y como se puede mejorar.	Ejercicio: ¿Qué errores se cometieron?	Taller Interactivo	Hojas de trabajo impresas.	30 minutos
Confrontación	Establecer compromisos con el tema a partir de la lectura “Conductas saludables de sueño”.	Dinámica “Mis compromisos son”	Taller Interactivo	Lectura impresa.	25 minutos
Evaluación y Cierre	Evaluar la Jornada y sus momentos.	“Opinando y evaluando”	Taller Interactivo	Ninguno	20 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 1. "ADICCIONES"

TEMA: Las drogas y sus efectos sobre el cerebro, el organismo y la conducta **Tiempo:** 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Describir la acción de las sustancias psicoactivas en el cerebro y definir la dependencia.
- Analizar la importancia de la prevención primaria en el consumo de sustancias.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema objetivos y expectativas	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematicación Inicial	Identificar los conocimientos previos sobre el concepto de adicciones.	"Las siete palabras".	Taller Interactivo	Proyector, Laptop, lámina N° 1, tarjetas con las palabras escritas, plumones, tirro, pliego de papel bond.	25 minutos
Organización del conocimiento	Analizar los efectos de las drogas en el organismo y la conducta de las personas que las consumen.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Considerar los elementos para proporcionar apoyo frente a una adicción.	"Círculo de Encuentro"	Taller Interactivo	Tarjetas Círculo de encuentro.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 1. “ADICCIONES”

TEMA: Alcoholismo

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Analizar las causas y daños que genera el consumo del alcohol en la comunidad empresarial.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema o objetivos y expectativas	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Determinar por qué se da consumo de alcohol y cuales son algunas de sus consecuencias.	Video: “Nosotros y el Alcohol”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, fichas impresas.	25 minutos
Organización del conocimiento	Reconocer los efectos del consumo de alcohol en el ser humano.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Identificar la responsabilidad del estado, la empresa, la sociedad y la familia con respecto al consumo de alcohol.	Dinámica: “El Tren Compartido”	Taller Interactivo	Tarjetas con información, plumones, figura de tren, tarjetas en blanco, tirro.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 1. “ADICCIONES”

TEMA: Tabaquismo

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Analizar el impacto del tabaquismo en la sociedad, estudiarlo como problema social tomando en cuenta sus causas y efectos.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema o objetivos y expectativas	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar algunas consecuencias del consumo de tabaco.	Técnica: “Que pasaría”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, fichas impresas.	25 minutos
Organización del conocimiento	Determinar los efectos y consecuencia del tabaco en la salud.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre el consumo de tabaco y la forma de prevención del abuso.	Técnica: “Lluvia de ideas con tarjetas”	Taller Interactivo	Fichas, plumones, lectura impresa, cartel, tirro.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2. “PREVENCION DE INFECCIONES DE TRANSMISION SEXUAL”

TEMA: Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer la importancia de la prevención de las ITS en la vida de la comunidad empresarial.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema o objetivos y expectativas	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos previos sobre las ITS.	“Círculo de encuentro”	Taller Interactivo	Tarjetas de los círculos de encuentro, plumones, tirro, pliego de papel bond.	25 minutos
Organización del conocimiento	Estructurar de manera lógica el conocimiento acerca de la prevención de las ITS.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre las formas de apoyo frente al posibles ITS.	“La hora de la verdad”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, hojas de trabajo del segundo momento.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2. “PREVENCION DE INFECCIONES DE TRANSMISION SEXUAL”

TEMA: Las Infecciones de Transmisión Sexual el Embarazo y la Lactancia

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar como afectan las infecciones de transmisión sexual a la mujer embarazada y al futuro bebe durante el proceso de gestación, parto y lactancia materna.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema o objetivos y expectativas	“Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Comprobar el nivel de conocimiento acerca de las ITS, el embarazo y la lactancia.	Actividad “X/O”	Taller Interactivo	Fichas y tarjetas impresas, Papelografo plumones rojo y negro tirro.	30 minutos
Organización del conocimiento	Establecer la relación de las ITS durante el embarazo y la lactancia con los posibles daños a la salud del recién nacido durante el embarazo y la lactancia.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Debatir sobre los cuidados durante el embarazo para la prevención efectiva d las ITS	Técnica : “El cuadrilátero”	Taller Interactivo	Hojas de papel con las preguntas impresas, bolígrafos o lápices.	50 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 2. “PREVENCION DE INFECCIONES DE TRANSMISION SEXUAL”

TEMA: Virus del Papiloma Humano y Cáncer Cérvico Uterino

Tiempo: 4 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Analizar el impacto del Cáncer Cérvico uterino asociado al VPH y su forma de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema o objetivos y expectativas	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Establecer elementos sobre el VPH y los conocimientos sobre el mismo.	Video: “Todo lo que debes saber sobre el VPH”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, parlantes.	25 minutos
Organización del conocimiento	Determinar los factores del VPH que tiene incidencia sobre el cáncer cérvico uterino y sus formas de prevención.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre la importancia para las mujeres de la prueba Papanicolau.	Técnica: “Lectura dirigida”	Taller Interactivo	Fichas impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3. “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Prevención del VIH/SIDA

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Analizar los aspectos generales del VIH/SIDA y las, así como las vías de transmisión del virus VIH y las formas de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos sobre el VIH y su forma de prevención.	Técnica: “Cuatro Mensajes”	Taller Interactivo	Carteles con los mensajes impresos, tirro.	30 minutos
Organización del conocimiento	Establecer la diferencia entre VIH y SIDA. Reconocer como se puede adquirir el virus y como no existe posibilidad de exposición al virus.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Dialogar sobre la relación que encuentran entre el mensaje y la imagen de la lámina sobre el VIH como cierre del tema.	Dinámica: ¿Cuál es la imagen?	Taller Interactivo	Imágenes impresas y tirro	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3. “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Uso correcto y consistente del Condón

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar la importancia del uso correcto y consistente del condón para la prevención del VIH y otras ITS.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Comprobar el nivel de conocimiento acerca de la forma de colocación del condón masculino y femenino.	“Manual del Condón”	Taller Interactivo	Hojas impresas (4 juegos), pliegos de papel bond, pegamento, tirro.	30 minutos
Organización del conocimiento	Examinar los elementos claves en el uso correcto y consistente del condón masculino y femenino.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Practicar de forma correcta el uso del condón masculino.	Dinámica: “Detente”	Taller Interactivo	4 dildos de madera o 4 pepinos o zanahorias, condones.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 3. “PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

TEMA: Estigma y Discriminación asociados al VIH.

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer las formas en las cuales se manifiesta el estigma y la discriminación por VIH de acuerdo a teorías desarrolladas por la OMS y las experiencias de las personas participantes.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Interpretar historias relacionadas con el tema para el establecimiento de conocimientos previos.	Dinámica: “Historias”	Taller Interactivo	Fichas con historias impresas, papel bond, lápices o lapiceros.	25 minutos
Organización del conocimiento	Relacionar las causas del estigma con la discriminación a causa del VIH a través de la exposición dialogada.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Establecer compromisos con la prevención del estigma y la discriminación relacionados con el VIH.	Video: De ti Dependes” “Mi compromiso”	Taller Interactivo	Hoja de trabajo impresa, lapiceros.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4. "SALUD MENTAL"

TEMA: El Cuidado de la Salud Mental

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los factores de riesgo y las conductas detonantes, para la disminución del impacto en la salud mental.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Representar con un dibujo el significado de Salud Mental de las personas participantes.	Técnica: "Galería de Arte"	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, crayones, lápices de colores, tirro.	25 minutos
Organización del conocimiento	Reseñar a través de la exposición dialogada elementos necesarios para el cuidado de la salud mental.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre la importancia y valía de las opiniones personales para el cuidado de la salud mental.	Video: "Cuidemos nuestra Salud Mental"	Taller Interactivo	Laptop, parlantes, video, pautas para la reflexión impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4. "SALUD MENTAL"

TEMA: El Cuidado de las Emociones

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Señalar acciones clave para la gestión de las emociones y el logro de una vida laboral plena.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	"Presentación"	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Reconocer las emociones que es importante controlar para el cuidado de la salud mental.	Dinámica: "Mi Flor"	Taller Interactivo	Hojas de papel bond, colores, laptop, proyector.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir los elementos que componen las emociones y el cuidado de las mismas para una salud mental saludable.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Analizar la lectura para el establecimiento de compromisos que permitan el cuidado de las emociones.	"Cuento"	Taller Interactivo	Copias del cuento, hojas de papel, bolígrafos.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 4. “SALUD MENTAL”

TEMA: Equilibrio entre vida familiar y trabajo.

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar prácticas exitosas que permitan la sostenibilidad entre la vida familiar y el trabajo.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	“Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los factores motivadores por los cuales las personas trabajan.	Dinámica: “Quiero contarles que...”	Taller Interactivo	Tarjetas con preguntas	25 minutos
Organización del conocimiento	Evaluar los indicadores importantes para lograr el equilibrio entre vida familiar y trabajo.	Exposición dialogada	Dialogo Interactivo	Proyector, Laptop, presentación, plumones, y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Analizar por medio de la lectura la importancia de buscar apoyo en los momentos que se requiera para el logro del equilibrio entre vida familiar y trabajo.	Lectura dirigida: “La fábula del Aguilucho”	Taller Interactivo	Fabula impresa.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 5. “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Cuidados del Embarazo

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Analizar la importancia del cuidado de la mujer durante la etapa de gestación para la conservación de la salud.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos sobre el cuidado de la mujer durante el embarazo.	“Cartel Interactivo”	Taller Interactivo	Plumones, papelógrafo con la silueta dibujada, tirro.	25 minutos
Organización del conocimiento	Reconocer los cuidados de la mujer durante el embarazo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre la importancia del bienestar de la mujer y su bebe durante el embarazo.	Video: “El Milagro de la vida”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 5. “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Derechos y Deberes Sexuales y Reproductivos

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Establecer la diferencia entre derechos y deberes sexuales y reproductivos y cómo aplicarlos en la vida social y laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Evaluar el nivel de conocimiento sobre deberes y derechos sexuales y reproductivos.	Dinámica: “deberes y derechos”	Taller Interactivo	Etiquetas impresas, cartel, tirro.	30 minutos
Organización del conocimiento	Dialogar sobre los deberes y derechos sexuales y reproductivos de las personas.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Dramatizar una escena de deberes y derechos sexuales y reproductivos que permita el establecimiento de compromisos con el tema en sus lugares de trabajo	Técnica: “Juego de Roles”	Taller Interactivo	Ninguno.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador Sello de la Empresa

_____ Fecha



CARTA DIDACTICA

Modulo 5. “SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA”

TEMA: Planificación Familiar

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer los beneficios, recomendaciones y métodos de Planificación Familiar existentes de acuerdo a las normas nacionales.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Exposición de las Preconcepciones	Identificar el grado de conocimiento y la importancia de la planificación familiar.	Lectura Dirigida: “Los dos amigos”	Taller Interactivo	Lectura impresa.	25 minutos
Creación de conflicto conceptual	Conocer los diferentes métodos de planificación familiar disponibles Enel ISSS.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Confrontación	Establecer compromisos con el tema a partir del análisis de diferentes mitos relacionados con la planificación familiar.	Dinámica: “Mitos”	Taller Interactivo	Etiquetas impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6. “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Igualdad y Equidad de Género

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer los elementos básicos sobre género e igualdad de oportunidades, tomando conciencia de la realidad que vivimos y de cómo esta situación condiciona nuestra forma de ser y estar en el mundo.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos sobre igualdad y equidad de género.	Dinámica: “El barómetro”	Taller Interactivo	Frases impresas.	25 minutos
Organización del conocimiento	Establecer las diferencias entre sexo, genero e identidad de género.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Dramatizar 2 escenarios para establecer la diferencia de cómo piensan y toman las decisiones hombres y mujeres y cuál es su origen.	Técnica: Sociodrama	Taller Interactivo	Escenarios impresos.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6. “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Roles de Género

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar la importancia de los roles de género en la empresa y en la sociedad para evitar la discriminación y violencia de género.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Reflexionar sobre el lenguaje como la herramienta de comunicación humana más potente, a través de la cual se transmite el sexismo.	Dinámica: “Juego de Palabras”	Taller Interactivo	Proyector, laptop, Hoja de trabajo impresa.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir el origen, característica e importancia de los roles de género.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Analizar las consecuencias de la disparidad en la asignación de roles de género.	Video: “El sueño imposible”.	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video, preguntas impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 6. “SENSIBILIZACION SOBRE LA PREVENCION DE LA VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES”

TEMA: Prevención de la Violencia hacia las Mujeres

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los tipos, modalidades, causas y consecuencias de la violencia de género.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Evaluar los conocimientos previos a partir de la descripción de las palabras de la sopa de letras.	Dinámica: “Sopa de Letras”	Taller Interactivo	Hojas impresas.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir el concepto y contexto de la violencia. Identificar los tipos y modalidades y el ciclo de la violencia hacia las mujeres, así como el marco legal.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reconocer elementos de violencia de género en el trabajo y como afecta en el desempeño de las mujeres.	Dinámica: “Él Trabaja, ella trabaja”	Taller Interactivo	Hojas impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7. “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Acoso Psicológico, Laboral o Moral

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:
Analizar las causas y consecuencias del acoso laboral y sus formas de prevención de acuerdo a lo establecido por la OIT.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos previos sobre el acoso laboral a través de la lectura el caso de Rossana.	Lectura Dirigida: “Una historia”	Taller Interactivo	Material impreso.	25 minutos
Organización del conocimiento	Reconocer las conductas mas habituales del acoso y sus consecuencias. Establecer elementos de prevención del acoso laboral.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Identificar a través del caso los signos del acoso y sus formas de prevención.	Técnica: “Estudio de Casos”	Taller Interactivo	Casos de estudio, hojas de trabajo y papel bond.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7. “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Prevención del Hostigamiento y el Acoso Sexual

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los tipos de conducta que pueden ser percibidas como acoso sexual en el trabajo con el propósito de la búsqueda de ayuda.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Establecer la diferencia entre el hostigamiento y el acoso sexual en el trabajo.	Video: “ Diferencia entre hostigamiento sexual y acoso sexual ”.	Taller Interactivo	laptop, parlantes, proyector, video, Historia impresa.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir el marco legal del acoso sexual en el trabajo. Reconocer como se manifiesta el acoso sexual, cuáles son sus tipos, consecuencias y como se previene.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Dramatizar una escena de acoso sexual en el trabajo para el establecimiento de compromisos colectivos de prevención.	Técnica: Juego de Roles ”	Taller Interactivo	Pliego de papel bond, plumones, tirro.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 7. “ACOSO LABORAL Y SEXUAL”

TEMA: Prevención del acoso por razones de sexo, por orientación sexual o identidad de género

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Sensibilizar a las personas trabajadoras sobre la importancia de mantener un entorno laboral respetuoso con la libertad y la dignidad de las personas.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Reconocer elementos de discriminación con relación a la diversidad sexual.	Video: “Que es la diversidad sexual”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video, guía de preguntas impresa.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir el acoso por razón de sexo, orientación sexual o identidad sexual y como se puede prevenir.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre que se debe hacer para eliminar estereotipos y prejuicios derivados de la diversidad sexual.	Dinámica: “Derribando Muros”	Taller Interactivo	Lectura y hoja de trabajo impresas.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8. “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Riesgos Psicosociales

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Establecer formas de superación de los riesgos psicosociales para mejorar la productividad laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los factores de riesgo psicosocial y como pueden afectar en el desempeño laboral.	Dinámica “Me identifico con...”	Taller Interactivo	Carteles impresos, tirro.	25 minutos
Organización del conocimiento	Establecer la diferencia entre factor y riesgos psicosociales y su incidencia en el desempeño laboral. Definir elementos de prevención para evitar la afectación de los riesgos psicosociales en las personas.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre cómo, a quienes y de que manera afectan los riesgos psicosociales.	Técnica “Sociodrama”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, parlantes, video.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8. “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Estrés y Salud Laboral

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer los efectos del estrés en la vida y sus formas de prevención.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar los conocimientos previos sobre el tema.	Dinámica: “Rompecabezas”	Taller Interactivo	Rompecabezas, hojas de trabajo impresas.	25 minutos
Organización del conocimiento	Discutir sobre el estrés, como afecta la salud y como se puede hacer prevención.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Practicar la técnica de relajación y analizar su importancia.	Técnica de Relajación guiada “La Playa”.	Taller Interactivo	Laptop, parlantes.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 8. “RIESGOS PSICOSOCIALES”

TEMA: Motivación Laboral

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Vivenciar la integración en un grupo de trabajo motivado consiguiendo el equilibrio de las emociones.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Identificar fortalezas y debilidades que hacen equipos de trabajo y personas fuertes.	Dinámica “El equipo perfecto”	Taller Interactivo	Dos cajas numeradas, papeles de 2 colores.	25 minutos
Organización del conocimiento	Definir la motivación como elemento para la consecución de metas personales y colectivas en el trabajo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Identificar las características de las personas motivadas.	Técnica: “Dibujando a la persona Motivada”	Taller Interactivo	Pliegos de papel bond, plumones, tarjetas impresas, laptop, proyector.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Nutrición Saludable en el Trabajo

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Reconocer la importancia de los buenos hábitos de alimentación y nutrición como estrategias y medios adecuados para la prevención de enfermedades a partir de un buen estado de salud para el buen desempeño laboral.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Evaluar individualmente los hábitos de alimentación y nutrición.	Evaluación: “Conociendo mis hábitos de alimentación y nutrición”	Taller Interactivo	Hojas impresas, proyector, laptop.	25 minutos
Organización del conocimiento	Comprender la importancia de la nutrición saludable para el buen desempeño en el trabajo.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Reflexionar sobre la importancia de aprender a reconocer los buenos hábitos de alimentación y nutrición como estrategias y medios adecuados para la prevención de enfermedades a partir de la clasificación de los alimentos.	Dinámica: “El semáforo”	Taller Interactivo	Fichas impresas, cartel, tirro.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleador

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA

Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Actividad Física Saludable

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los elementos de una estrategia de promoción de la salud que proporcione las bases para mejorar la actividad física saludable de las personas trabajadoras.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	“Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Reflexionar sobre la importancia y los beneficios de la actividad física para la buena salud.	Técnica: “Mapa conceptual”	Taller Interactivo	Textos impresos, pliegos de papel, plumones, laptop, proyector, ppt.	25 minutos
Organización del conocimiento	Dialogar sobre la importancia de la actividad física para la buena salud.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Practicar una rutina de ejercicios.	“30 minutos de actividad física”	Taller Interactivo	Laptop, proyector y parlantes.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
Empleado

Sello de la Empresa

Fecha _____



CARTA DIDACTICA
Modulo 9. “GESTION DE LA PROMOCION DE LA SALUD EN EL TRABAJO”

TEMA: Sueño Saludable

Tiempo: 2 horas

OBJETIVO GENERAL: al finalizar la jornada las personas participantes estarán en la capacidad de:

- Identificar los elementos de una estrategia de promoción de la salud que proporcione las bases para mejorar la calidad del sueño de las personas trabajadoras.

MOMENTO	OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	RECURSOS	TIEMPO
Inicio	Presentación del tema y Objetivo de la jornada.	“Presentación	Interactiva	PPT, Laptop, Proyector	5 minutos
Problematización Inicial	Reflexionan acerca de la importancia de dormir y descansar para ser productivos.	Cartel: “Causas y consecuencias”	Taller Interactivo	Laptop, proyector, ppt, pliegos de papel, plumones.	25 minutos
Organización del conocimiento	Comprender como la falta de sueño incide e la salud de las personas y en su trabajo, cuáles son los impactos negativos y que se debe hacer.	Exposición dialogada	Expositiva participativa	Proyector, Laptop, presentación o Papel bond, plumones, tirro y fichas con información.	60 minutos
Aplicación del Conocimiento	Establecer compromisos con el tema a partir de la lectura “Conductas saludables de sueño”.	Dinámica “Mis compromisos son”	Taller Interactivo	Lectura impresa.	30 minutos

La evaluación de la Jornada se realizará de manera formativa durante el desarrollo de las diferentes actividades.

F: _____
 Educador en Salud

Sello del ISSS

F: _____
 Empleador

Sello de la Empresa

 Fecha