

DESARROLLO PERSONAL

V UNIDAD

4°

SECUNDARIA

PROF. MARITZA ZA VALETA CASTAÑEDA

ALUMNO(A):



FICHA DE APRENDIZAJE N°1

“Exploramos nuestra identidad y mente en el ciberespacio”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué emociones crees que está sintiendo? ¿Qué tipo de situación crees que se está representando en esta imagen?

- ¿Alguna vez has visto o experimentado una situación similar, ya sea en persona o en línea? Describe brevemente.

- ¿Qué papel crees que juegan los dispositivos electrónicos, como el que se muestra, en situaciones como esta?



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



“Identidades en el ciberespacio: Las redes sociales y su impacto”



IDENTIDAD EN LA RED

SOMOS, NOS MOSTRAMOS Y NOS CONECTAMOS

Hoy todas las personas – y sobre todo los jóvenes – nos movemos en un ambiente que hasta hace poco no existía: el ciberespacio. Las plataformas donde ponemos imágenes, textos y audios son espacios estratégicos para **decir quiénes somos y mostrarnos ante los demás.**

ESTAMOS EN RED

El uso que los adolescentes hacen de las tecnologías contribuye a la construcción de su identidad. Por ejemplo, cuando personalizan sus perfiles, suben sus fotografías y cuentan sus historias.

Así, la identidad virtual complementa el desarrollo de la identidad y de la personalidad individual.



PLATAFORMAS DE REDES SOCIALES

Existen muchas plataformas para diferentes funciones. Algunas de las más conocidas son:



FACEBOOK

Es la red más popular: tiene 1000 millones de usuarios en el mundo.



TIK TOK

Plataforma para compartir videos cortos. Los usuarios crean, editan y suben videos con música, efectos y filtros.



MYSACE

Esta red surgió en el 2003 y se hizo popular por ser utilizada, principalmente, por músicos y bandas.



TWITTER

Mediante esta red se hacen circular mensajes de 280 caracteres como máximo.



YOUTUBE

Red social de usuarios que comparten sus videos. Cada mes más de mil millones de usuarios acuden a YouTube.



INSTAGRAM

Es una red que utilizan las personas para construir su identidad estética.



OTRAS REDES SOCIALES

LinkedIn (con 161 millones de miembros en más de doscientos países), Flickr, Tumblr, Pinterest, Snapchat y muchas más.



¡CUIDA TU INFORMACIÓN!

Debemos tener cuidado al exponer nuestros datos personales en las redes. Muchas veces mostramos nuestro nombre, dirección o nuestros gustos a personas que desconocemos.



Reflexionar sobre a quiénes incluimos como amigos y pensar un segundo antes de postear son prácticas importantes que debemos considerar.



¿POR QUÉ PUEDEN INFLUIR NEGATIVAMENTE?

La inmensa mayoría de las investigaciones (neurológicas, neuropsicológicas, psicológicas, psicoanalíticas, antropológicas, sociológicas e incluso filosóficas) señalan que la influencia de las redes sociales ha sido negativa.

- ◆ Comparaciones constantes
- ◆ Baja autoestima
- ◆ Ansiedad y estrés
- ◆ Dependencia y adicción
- ◆ Falsa imagen de la realidad





Se han acuñado términos como la hipercomunicación (comunicación que satura, por la cantidad, sin interacción real, sin mediadores, sin reflexión), la satisfacción inmediata que proporciona los "likes" o seguidores puede llegar a tener descargar neuroquímicas similares a las presentadas en adictos consumiendo, el establecimiento del uso que se realiza de la imagen corporal como producto para el consumo, todo esto establece lo negativo de las redes sociales.

La capacidad de simbolización queda estancada en un elemento primitivo, lo que se presenta mediante la imagen, ¿podemos entender un poco más sobre el apremio y codicia que generan la adquisición de los diferentes filtros de las redes sociales como TikTok o Snapchat que "perfeccionan" la piel, afilan la nariz, aclaran la piel o el color de los ojos? ¿o bien la importancia fundamental de contar con la mejor cámara y aplicaciones para editar fotos en el celular? El proceso de identificación pues, no se realiza siquiera con la imagen que devuelve el espejo, sino aquella que "debería" según estándares basados en el atractivo (estético y sexual) que muchas veces ni siquiera forman parte del contexto social, cultural de quién las mira.



Lectura 02

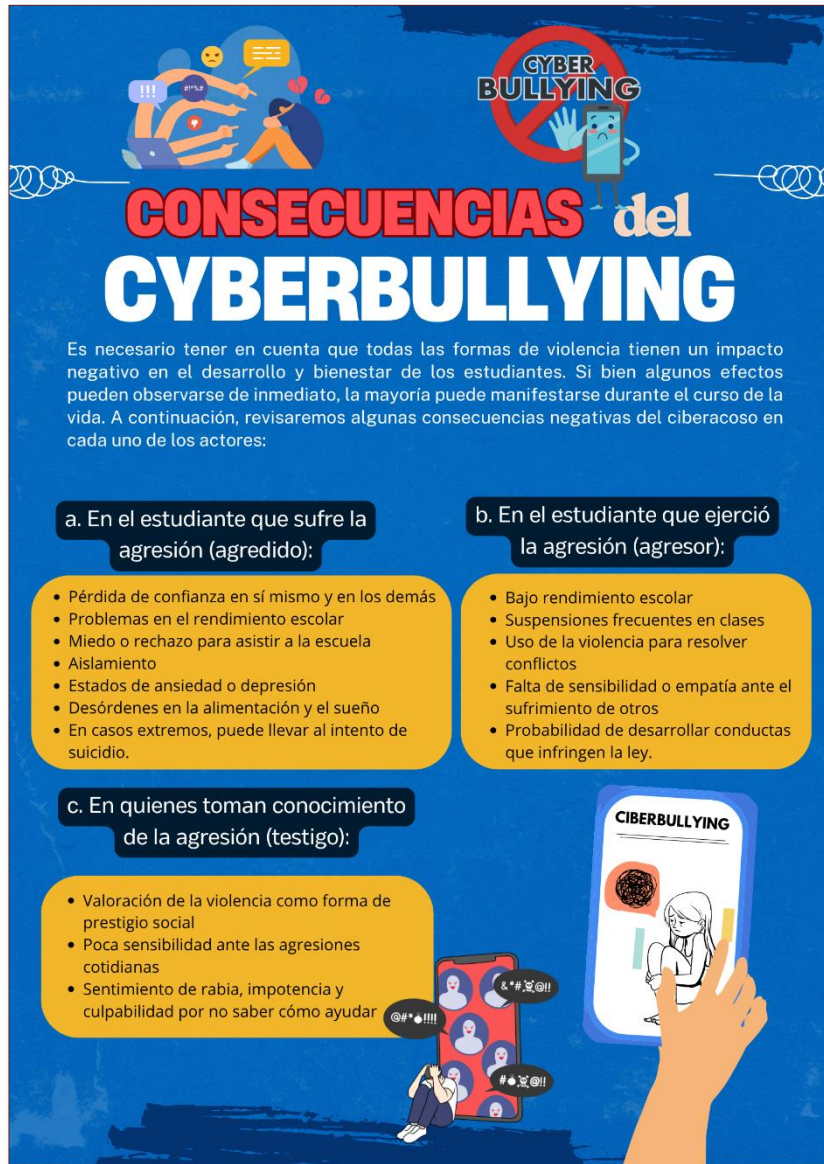
"Ciberbullying y sus implicaciones"

¿QUÉ ES EL CIBERACOSO? El acoso escolar, también conocido como "bullying", es un tipo de violencia que se caracteriza por conductas intencionales de hostigamiento, falta de respeto y maltrato verbal y/o físico que recibe un estudiante en forma reiterada por parte de uno o varios estudiantes. Estas acciones intimidan y excluyen a la víctima. Además, atenta contra su dignidad y derecho a gozar de un entorno escolar libre de violencia. El acoso escolar puede darse a través de las redes sociales. Este tipo de acoso es conocido como ciberacoso o ciberbullying, por ejemplo:

- Publicar una imagen o datos que perjudiquen o avergüencen a algún compañero o compañera.
- Dejar comentarios ofensivos en fotos o publicaciones de otros.
- Enviar mensajes amenazadores por correos electrónicos o redes sociales.

¿QUÉ SEÑALES DE ALERTA DEBO DE TENER EN CUENTA ANTE EL CIBERACOSO?

- Crea excusas con el fin de no compartir espacios con sus compañeros, incluso en las clases a distancia
- Disminuye su rendimiento escolar.
- Manifiesta cambios en su estado de ánimo como tristeza e irritabilidad.
- Aislamiento y miedo de establecer vínculos con sus compañeros.
- Presenta malestares físicos, como dolor de cabeza, estómago, mareos, entre otros



CONSECUENCIAS del CYBERBULLYING

Es necesario tener en cuenta que todas las formas de violencia tienen un impacto negativo en el desarrollo y bienestar de los estudiantes. Si bien algunos efectos pueden observarse de inmediato, la mayoría puede manifestarse durante el curso de la vida. A continuación, revisaremos algunas consecuencias negativas del ciberacoso en cada uno de los actores:

a. En el estudiante que sufre la agresión (agredido):

- Pérdida de confianza en sí mismo y en los demás
- Problemas en el rendimiento escolar
- Miedo o rechazo para asistir a la escuela
- Aislamiento
- Estados de ansiedad o depresión
- Desórdenes en la alimentación y el sueño
- En casos extremos, puede llevar al intento de suicidio.

b. En el estudiante que ejerció la agresión (agresor):

- Bajo rendimiento escolar
- Suspensiones frecuentes en clases
- Uso de la violencia para resolver conflictos
- Falta de sensibilidad o empatía ante el sufrimiento de otros
- Probabilidad de desarrollar conductas que infringen la ley.

c. En quienes toman conocimiento de la agresión (testigo):

- Valoración de la violencia como forma de prestigio social
- Poca sensibilidad ante las agresiones cotidianas
- Sentimiento de rabia, impotencia y culpabilidad por no saber cómo ayudar



Lectura 03

“El cerebro y la tecnología: ¿Cómo nos afecta?”

Nuestro cerebro ha cambiado y se ha adaptado muchas veces durante nuestra evolución. La plasticidad, característica de nuestro cerebro, nos permite adaptarnos e ir cambiando conforme a los estímulos que recibimos.

Los cerebros más jóvenes están siendo expuestos a pantallas sin tener la estimulación previa al papel, y si bien su lectura ha aumentado en cantidad, la calidad se ha visto afectada. Según Davidson, los millennials leen más que cualquier generación desde la Segunda Guerra Mundial.



Actividad 01

“Comprendemos el impacto digital”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué es el ciberespacio y por qué se ha vuelto un "espacio estratégico" para la construcción de la identidad, especialmente para los jóvenes?	
¿Cómo crees que la función específica de cada red social podría influir en el tipo de identidad que las personas construyen en ellas?	
¿Por qué es importante "reflexionar sobre a quiénes incluimos como amigos" y "pensar un segundo ante de postear"? ¿Qué riesgos podrían derivarse de no hacerlo?	
¿Cómo crees que la presión por "mostrarse" de cierta manera en redes sociales podría afectar la capacidad de una persona para "valorarse a sí mismo" de forma auténtica?	



Actividad 02

“Identifica el cyberbullying”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
El texto enumera varias señales de alerta del ciberacoso. ¿Cuáles de ellas se relacionan con cambios en el comportamiento social y cuáles con síntomas físicos o emocionales?	
¿Por qué es importante tener en cuenta que "todas las formas de violencia tienen un impacto negativo en el desarrollo y bienestar de los estudiantes"?	
¿Qué acciones concretas podría tomar un grupo de amigos para prevenir o detener el ciberacoso si lo detectan en su entorno?	

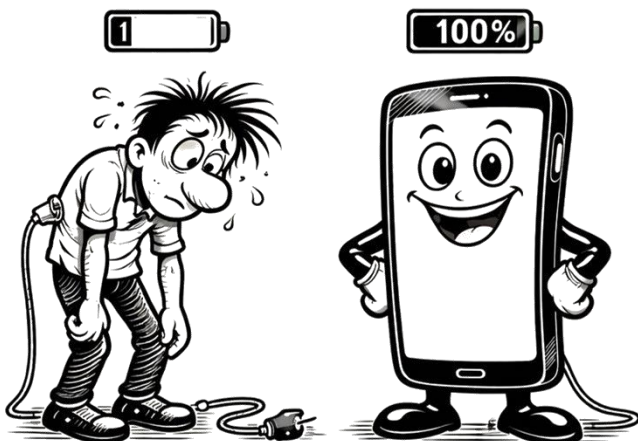
**Actividad 03****“Entendamos el impacto tecnológico en nuestro cerebro”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué significa que nuestro cerebro tiene "plasticidad" y cómo se relaciona esto con la adaptación a los estímulos que recibimos, como las pantallas?	
¿Qué es el núcleo supraquiasmático y qué papel juega en nuestro reloj biológico? ¿Cómo lo confunde la luz artificial de los celulares?	
Se habla de una posible "atrofia cerebral en dos áreas" relacionadas con la memoria y la atención. ¿Cómo se manifiesta esta pérdida de capacidad en ejemplos cotidianos	
Si la tecnología puede afectar nuestra atención y memoria, ¿cómo podría esto influir en nuestra capacidad para reflexionar profundamente sobre quiénes somos y cómo nos valoramos a nosotros mismos en el mundo digital?	

**Toma de decisiones**

Elabora un esquema 3D explicando cómo las redes sociales y la tecnología impactan su identidad, relaciones y el cerebro.



FICHA DE APRENDIZAJE N°2

"ARGUMENTAMOS ÉTICAMENTE SOBRE LA IA Y LA DESINFORMACIÓN"



ACTIVIDADES DE INICIO



Problematización

Analiza la siguiente noticia periodística y luego responde a las preguntas que se te formulan:

El canguro que engañó a internet:

Un video viral conmovió a las redes: una mujer, intentaba subir a un avión en el aeropuerto con su canguro de soporte emocional. La escena, cargada de drama y ternura, se propagó masivamente, generando apoyo y memes. Sin embargo, la historia resultó ser falsa. No hubo canguro ni incidente; todo fue una creación de inteligencia artificial.

La lección es clara: En la era de la IA, debemos ser críticos con lo que consumimos y compartimos. El "pasajero canguro" nos enseña que las narrativas falsas pueden parecer increíblemente reales, apelando a nuestras emociones. Ya no basta con ver para creer. La responsabilidad de verificar la información y no difundir engaños recae en cada uno de nosotros.



- La noticia dice que "la lección es clara: en la era de la IA, debemos ser críticos". ¿Qué significa ser "crítico" con lo que consumimos y compartimos en internet? ¿Es lo mismo que creer todo lo que vemos?

- Si una persona comparte un video falso sin saber que lo es, ¿es su culpa? ¿Qué responsabilidad tenemos al compartir información en nuestras redes sociales?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy evaluaremos el impacto de la inteligencia artificial, expresando una postura ética ante situación de conflicto moral relacionado con la IA. A fin de analizar una noticia falsa.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“La Ética en el uso de la IA”

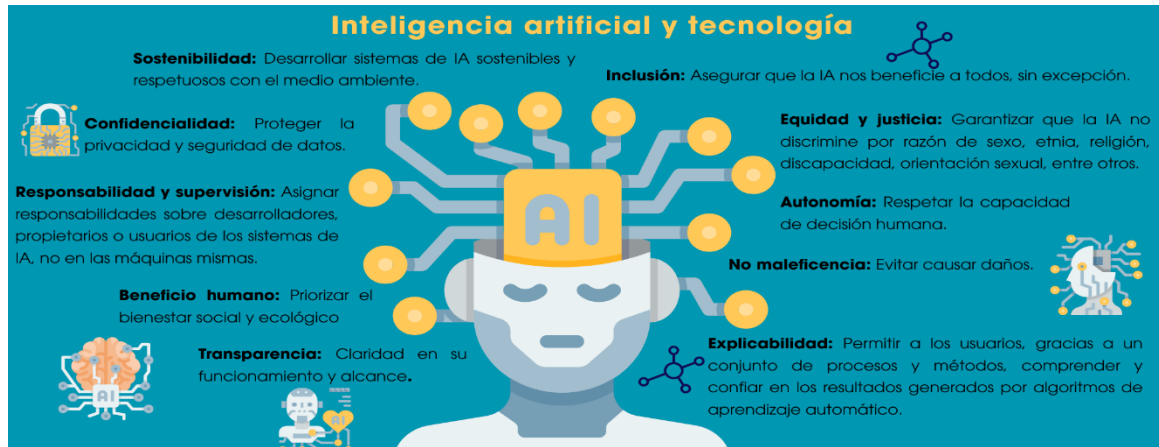
La inteligencia artificial está ganando terreno en nuestras vidas, pero ¿qué sucede si, por ejemplo, nos encontramos enfermos y buscamos un diagnóstico según nuestros síntomas en una IA? La IA puede decirte que tienes una simple gripe o algo más grave, y algunas personas podrían tomarlo en serio sin consultar a un médico.

Además, ¿qué pasa con la privacidad de datos? Si esta IA usa tu información personal, ¿qué uso le dará? Aquí es donde la ética de la inteligencia artificial entra en juego. Nos debemos asegurar de que las recomendaciones y diagnósticos sean precisos, no generen ansiedad en la gente y fomenten la consulta con un profesional, así como asegurar que no usen la información de mala manera. Todos estos límites éticos en la inteligencia artificial deben regularse para evitar riesgos en la salud.

No cabe duda de que la ética de la inteligencia artificial es un tema clave a medida que avanza la tecnología de hoy en día. Usar IA para estudiar o implantarla en el trabajo es cada vez más común. Y con la IA ya presente en nuestras vidas, es importante asegurarnos de que estas tecnologías respeten los derechos humanos y contribuyan a la sociedad de manera positiva.

La UNESCO, por ejemplo, ha elaborado una “Recomendación sobre la ética de la inteligencia artificial” donde destaca cuatro valores fundamentales que sientan las bases para que los sistemas de IA trabajen por el bien de todos: derechos humanos y dignidad humana, vivir en sociedades pacíficas, garantizar la diversidad e inclusión en estas tecnologías y el florecimiento del medioambiente y los ecosistemas.

Principios fundamentales de la ética en IA: Entre los principios éticos de la IA, destacan la justicia y equidad para evitar sesgos; responsabilidad, aclarando quién es responsable por las acciones y decisiones de la IA; transparencia, para que sea comprensible por todos los usuarios; seguridad y privacidad, velando por la protección de información personal y garantizando su uso adecuado; y finalmente el impacto positivo en la sociedad, apostando por una IA beneficiosa para todo el mundo.



Lectura 02

“Impacto ambiental de nuestros dispositivos”

Hoy en día es posible encontrar algún tipo de dispositivo eléctrico o electrónico en casi cualquier hogar o empresa. Desde productos tales como juguetes electrónicos baratos o relojes digitales, hasta equipamiento básico de cocinas, radios y TV, pasando por teléfonos móviles, laptops o tablets. Muchos de estos dispositivos están conectados a internet y, por lo tanto, interactúan y son interdependientes de otros.

El problema es que a medida que más personas se conectan, más personas también tienen más dispositivos por cabeza. Y esto tiene un impacto en las fases posteriores de la cadena: más teléfonos móviles, computadores portátiles y de escritorio implican más proveedores en la nube, más servidores, más cables de banda ancha y más redes móviles.

Cada año se venden en todo el mundo más de seis mil millones de nuevos bienes de tecnologías de la información y la comunicación (TIC). En el caso de los smartphones o teléfonos inteligentes se demostró que la fabricación de los dispositivos tiene un impacto ambiental 75 veces más alto que una vida útil de dos años,

El impacto ambiental de la fabricación de un dispositivo es muy alto en comparación con su uso y reciclado final. Esto nos dice que utilizar un dispositivo durante el mayor tiempo posible es una mejor opción ambiental que fabricar más dispositivos, sobre todo aquéllos que serán descartados, o reemplazados poco tiempo después de ser usados.

¿Qué significa reutilizar un dispositivo?

La reutilización de dispositivos electrónicos tales como computadores de escritorio, computadores portátiles, o teléfonos móviles implica extender la vida útil de dispositivos ya fabricados después de haber sido descartados. Las operaciones de reutilización de gran escala suelen involucrar a una empresa o a una organización creada para llevar a cabo ese trabajo. Estos dispositivos suelen ser recolectados por un agente de segunda mano, o se envían a un fabricante para su reacondicionamiento, y luego se venden, se alquilan o se redistribuyen a otros/as usuarios/as.



**Lectura 03****“Desinformación y noticias falsas”**

Las noticias falsas son un fenómeno que se ha apoderado de los medios de comunicación, en especial de las redes sociales. A través de las siguientes historias de vida conoceremos el impacto que pueden llegar a tener y cómo evitar caer en ellas.

El término noticias falsas se define como aquellas informaciones que no están basadas en la realidad y que de una u otra forma buscan generar desinformación; así mismo, se cataloga como información divulgada de forma premeditada a través de redes sociales, principalmente que no tiene en cuenta una averiguación, investigación o exploración previa a su publicación. Este tipo de información no da crédito a la verdad de los acontecimientos, no es real y además tergiversa la autenticidad de la misma; es decir, es el caso en el que algunas personas "copian o falsifican, conduciendo al engaño, al hacer pasar algo como real, y por consiguiente, configuran un caso de desinformación".

Las falsas noticias son un fenómeno que ha existido por años, pero actualmente han tomado más fuerza con la era digital ya que el acceso a la información es más sencillo, llamativo y superficial, lo que influye en la opinión pública, afectando algunos aspectos sociales, pues al final estas terminan dependiendo de intereses o ideologías.

Las principales plataformas de redes sociales han diseñado estrategias para mitigar la propagación de falsas informaciones, por ejemplo, Facebook, a raíz de la emergencia sanitaria de covid-19, dio a conocer un informe donde asegura que 2.000 personas fueron guiadas con información verídica para evitar desinformaciones. Sin embargo, tras los esfuerzos encaminados a moderar la difusión de noticias falsas en redes sociales, los usuarios siguen siendo víctimas de las fake news. Por medio de las siguientes historias de vida, se busca ilustrar las consecuencias que tiene en la sociedad la propagación de falsas informaciones.

Hoy en día es común encontrar páginas que recomiendan productos de cualquier tipo sin certificación, es decir, cualquier persona puede con acceso a internet y a redes sociales puede hacer recomendaciones, lo que puede llegar a convertirse en una gran problemática.

CÓMO DETECTAR NOTICIAS FALSAS EN INTERNET

**Analiza la fuente**

¿Quién es el autor?
Comprueba si es un experto en el tema

**Lee más allá**

Los titulares pueden ser llamativos para conseguir más visitas. Lee la noticia completa

**Están otros de acuerdo**

¿Hay otros sitios que informan sobre esa noticia?
¿Qué fuentes citan?

**Fuentes de apoyo**

Haz clic en los enlaces o consulta las fuentes
¿Avalan esa noticia?

**¿Es una broma?**

Si es demasiado extravagante, podría ser una broma. Investiga la fuente para estar seguro.

**Pregunta a expertos**

Pregunta a un bibliotecario, consulta un sitio de verificación de noticias en una fuente oficial como la OMS

**Confronta tus prejuicios**

Considera si tus propias creencias o preocupaciones podrían afectar tu juicio sobre lo expuesto.

**Revisa antes de enviar**

No compartas mensajes o historias que no hayas revisado primero!

**Actividad 01****“La Inteligencia Artificial y las implicaciones éticas”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cuál es el peligro de la IA para la salud si no se regula su uso?	
¿Qué implicaciones éticas surgen con el uso de la IA y los datos personales?	
¿Cómo la falta de regulación de la IA puede generar desconfianza en la sociedad?	
¿Cuál es la importancia de la educación y concientización sobre la ética en el uso de la IA?	

**Actividad 02****“Mi dispositivo afecta el ambiente”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cómo afecta el uso de dispositivos electrónicos al medio ambiente, desde su fabricación hasta su descarte?	
¿Qué es la "basura electrónica" y por qué representa un problema ambiental?	
Según el texto, ¿cuál es el impacto positivo del reciclaje de dispositivos electrónicos y cuál es su limitación?	

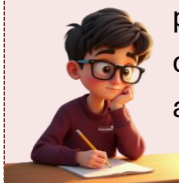
**Actividad 03****“Noticias falsas en internet”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Por qué la era digital ha intensificado el fenómeno de las noticias falsas?	
¿Cuál es la diferencia entre una noticia falsa y una desinformación?	
¿Qué papel juegan las plataformas de redes sociales en la propagación de noticias falsas y qué medidas han tomado para mitigarlo?	
¿Cuál de los pasos que se deben seguir para verificar la veracidad de una noticia en internet utilizas? Explica	

**Toma de decisiones**

Analiza críticamente una noticia falsa o un caso real de uso de IA, luego sustenta una posición ética ante el conflicto moral, utilizando argumentos razonados.





FICHA DE APRENDIZAJE N°3

"PROTEGEMOS NUESTRA INTEGRIDAD Y PRIVACIDAD DIGITAL"



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué les llama más la atención sobre lo que los menores de edad conocen o no conocen?

- La imagen dice que el **80%** de los menores no identifica el *grooming*. ¿Qué creen que significa ese término? ¿Por qué creen que es un riesgo?

- Un **78%** de los jóvenes está en desacuerdo con que se compartan sus fotos sin su permiso. ¿Por qué es tan importante para ellos esa decisión?



Problematización

Responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Alguna vez han visto anuncios en internet o en redes sociales que parecen demasiado buenos para ser verdad? ¿Qué les ha hecho dudar de ellos?

- ¿En la actualidad, con la tecnología avanzando tan rápido, ¿creen que es más difícil saber qué es real y qué es falso en el mundo digital? ¿Qué responsabilidades tenemos como usuarios de internet?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy propondremos acciones para proteger la integridad frente a contenidos inapropiados online y nuestra privacidad, a fin de diseñar un decálogo de derechos digitales.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Construye su identidad	Propone acciones para prevenir y proteger su integridad sexual en el entorno digital de riesgos como contenidos inapropiados.	Diseña un decálogo de derechos digitales. En cómo prevenir y proteger su integridad sexual y privacidad en el entorno digital y el manejo de la huella digital.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL



Análisis de información



Lectura 01

“Exposición a contenidos inapropiados y riesgo online”

Internet puede ser una herramienta esencial para la formación de los niños y adolescentes, pero, a medida que los menores pasan más tiempo navegando en la web, también son más vulnerables a ser víctimas de una serie de amenazas, como el ciberacoso, el contenido inapropiado o los depredadores en línea.

Según una encuesta mundial sobre seguridad en internet realizada por Microsoft en 2023, en el Perú, el 74% de los adolescentes informaron haber experimentado un riesgo en línea.

El estudio también revela que el 69% de las personas a nivel mundial experimentaron algún tipo de riesgo en internet durante el último año.

En este escenario, es necesario que los padres tomen un rol más activo para salvaguardar la integridad de los menores.

Los riesgos más frecuentes

Yakelin Caycho, especialista de Aldeas Infantiles SOS Perú, alerta que niñas, niños y adolescentes que navegan en internet podrían estar expuestos a contenidos peligrosos como imágenes inapropiadas para su edad (sexuales, pornográficas o violentas), mensajes racistas o que incitan al odio, sitios web que promueven conductas peligrosas (suicidio, autolesiones, bulimia y anorexia) y noticias falsas.

También son vulnerables a participar o ser víctimas de actividades que pueden resultar perjudiciales para ellos, como el ciberacoso, el sexting, la ciberdependencia por el uso excesivo de dispositivos electrónicos y la cibereducación al daño, que consiste en desafíos virales que inducen a hacerse daño a sí mismos o a otras personas.

Además, sin una supervisión adecuada, los menores son más propensos de ser víctimas de ciberdelitos como grooming, en el que los agresores crean perfiles falsos con fines sexuales, o el phishing, que ocurre cuando los atacantes utilizan engaños para robar datos personales.

Consejos para una navegación segura

- No hables con extraños.
- Di no al ciberbullying o acoso digital.
- Cuida tus datos personales.

**Lectura 02****“Consecuencias del uso excesivo de la tecnología”**

En la actualidad, las pantallas se han convertido en una parte inseparable de la vida diaria. Los niños, especialmente entre los 2 y 5 años, están cada vez más expuestos a una variedad de dispositivos electrónicos desde esta temprana edad. Si bien la tecnología ofrece un sinnúmero de oportunidades de aprendizaje y entretenimiento, el uso excesivo de pantallas puede tener consecuencias significativas en el desarrollo cerebral de los niños, especialmente durante esta etapa crucial de rápido crecimiento y alta plasticidad neuronal.

El uso excesivo de pantallas se refiere al tiempo desmedido que los niños pasan frente a dispositivos electrónicos, tales como televisores, smartphones, tablets, computadoras, entre otros. Ante esto, surgen varias preguntas: ¿Todos deberían usar pantallas? ¿A partir de cuánto tiempo se considera uso excesivo? ¿El límite de tiempo es igual para todas las edades? no existe una respuesta única a la pregunta de cuánto tiempo se considera excesivo, ya que depende de la edad del niño, su desarrollo individual y las circunstancias familiares.

Los riesgos del uso excesivo de pantallas

- A. Desarrollo cognitivo:** El uso excesivo de pantallas puede limitar el desarrollo de habilidades cognitivas esenciales, como el pensamiento crítico, la resolución de problemas y la creatividad. Estas habilidades se fomentan mejor a través de actividades como la lectura, el juego físico y la interacción con el entorno natural.
- B. Atención y concentración:** Las pantallas emiten gran cantidad de estímulos visuales y auditivos que cambian rápidamente. Esta estimulación o sobreestimulación puede sobrecargar los sistemas sensoriales del cerebro y llevar a una disminución de la capacidad para mantener la atención en actividades menos estimulantes pero importantes, como la lectura y la resolución de problemas. Además, algunos estudios neurocientíficos mencionan que existe una reducción en la materia gris en las regiones que están relacionadas con la toma de decisiones y el control de impulsos.
- C. Habilidades sociales:** El uso prolongado de pantallas puede afectar negativamente el desarrollo de habilidades sociales, tanto verbales como no verbales, las cuales se aprenden y perfeccionan a través de la interacción directa con otros. La comunicación cara a cara es fundamental para el desarrollo socioemocional y se ve limitada por las pantallas, lo que puede generar dificultades para comprender emociones, empatizar y construir relaciones.

- D. Comportamiento y regulación emocional:** La sobreestimulación de contenido visual y auditivo puede llevar a la irritabilidad, a la disminución de la capacidad para calmarse y a problemas de sueño. Además, los niños que pasan mucho tiempo frente a pantallas pueden tener dificultades para desarrollar habilidades de autorregulación y pueden mostrar comportamientos más impulsivos. Asimismo, se ha encontrado que cuando los niños son expuestos a contenidos violentos en las pantallas, tienden a mostrar un comportamiento también violento.
- E. Dependencia digital:** Las aplicaciones y juegos digitales están diseñados para ser altamente estimulantes y atractivos. Esto puede llevar a una búsqueda constante de gratificación inmediata, generándose rápidamente una dependencia a las pantallas. Esta dependencia puede dificultar que los niños se concentren en otras actividades que son fundamentales para su desarrollo integral, como el juego, la actividad física o la lectura, debido a que no las consideran tan gratificantes como pasar tiempo en pantalla.
- F. Sueño:** La luz azul emitida por las pantallas interfiere con la producción de melatonina, una hormona crucial para regular el ciclo de sueño. La falta de sueño o un sueño de mala calidad puede tener consecuencias negativas en el estado de ánimo, la concentración, el aprendizaje y la memoria del niño.
- G. Sedentarismo:** Las pantallas fomentan comportamientos sedentarios, ya que los niños pasan tiempo prolongado sentados o recostados sin realizar actividad física. Esto reduce significativamente el tiempo dedicado a actividades como correr, jugar al aire libre o practicar deportes.

Estrategias para establecer límites saludables

Establecer límites de pantalla **no se trata de prohibir por completo el acceso a la tecnología**, sino de encontrar un equilibrio que permita a los niños aprovechar sus beneficios mientras se minimizan los riesgos. La comunicación abierta, la colaboración y la comprensión son claves para lograr este objetivo.



**Lectura 03****“Privacidad, protegiendo tu huella digital”**

Cada clic, cada mensaje, cada compra online deja una pequeña marca en Internet. Esa marca es tu **Huella Digital**. Es como tu firma virtual, una especie de constancia de todas tus actividades online. Desde tus compras por internet hasta tus publicaciones en redes sociales, todo suma y contribuye a esta Huella Digital. Es como un documento virtual que dice mucho sobre nosotros, ¡así que es importante saber cómo cuidarla!

Ahora que entendemos qué es la Huella Digital, ¿cómo podemos asegurarnos de que sea positiva y segura? Aquí hay algunos consejos clave:

1. Ajusta la configuración de privacidad de tu navegador y aplicaciones: En la era digital actual, la privacidad online es un aspecto fundamental de nuestra presencia en Internet. Una de las medidas más importantes que puedes tomar para proteger tu huella digital es ajustar cuidadosamente la configuración de privacidad de tu navegador y aplicaciones. Algunos consejos de cómo hacerlo de manera efectiva:

- **Revisa y personaliza la configuración de privacidad:** La mayoría de los navegadores y aplicaciones ofrecen opciones detalladas de privacidad. Dedica tiempo a revisar estas configuraciones y ajustarlas según tus preferencias personales. Por ejemplo, puedes limitar quién puede ver tus publicaciones en redes sociales o desactivar el seguimiento de ubicación en ciertas apps.
- **Utiliza modos de navegación privada:** Cuando no desees que tu actividad online sea registrada, utiliza los modos de navegación privada o incógnito que ofrecen los navegadores. Esto puede ser especialmente útil al acceder a cuentas en ordenadores compartidos o al investigar temas sensibles.
- **Gestiona las cookies:** Las cookies pueden mejorar tu experiencia online al recordar tus preferencias, pero también permiten a las empresas rastrear tu comportamiento. Revisa las opciones de tu navegador para bloquear o limitar las cookies, especialmente las de terceros, que son las que suelen utilizarse para el seguimiento.
- **Decide qué compartir y qué mantener privado:** No todas las partes de tu vida digital necesitan ser públicas. Considera qué información prefieres mantener privada, como datos de contacto o ubicación, y ajusta tus configuraciones para proteger esos datos.

2. Sé muy consciente de los comentarios, fotos y vídeos que compartes: Lo que compartes en Internet puede tener un impacto duradero en tu reputación digital y, por extensión, en tu vida personal y profesional. Por ello, es crucial ser selectivo y consciente sobre el contenido que decides hacer público:

- ✓ **Piensa antes de publicar:** Antes de compartir cualquier contenido, tómate un momento para reflexionar sobre cómo podría ser percibido por tus amigos, familiares, compañeros de trabajo, y desconocidos.
- ✓ **Evita compartir contenido sensible o comprometedor:** Esto incluye fotos o videos que podrían ser interpretados de manera negativa o que revelen información personal delicada. Recuerda que una vez que algo está en la Red, puede ser difícil de eliminar completamente.
- ✓ **Usa herramientas de gestión de la reputación online:** Existen aplicaciones y herramientas que pueden ayudarte a gestionar tu huella digital, alertando cuando tu nombre aparece en Internet. Esto puede ser útil para mantener un control sobre cómo te perciben en el espacio digital.

**Actividad 01****“Reflexionando sobre la seguridad online”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
"A medida que los menores pasan más tiempo navegando en la web, también son más vulnerables". ¿Por qué creen que pasar más tiempo en línea aumenta los riesgos?	
Se menciona que los padres deben tomar un "rol más activo". ¿Qué significa eso para ustedes? ¿Qué creen que pueden hacer los padres para ayudar a sus hijos a navegar de forma segura?	
La definición de pornografía en el cuadro dice que "ofrece una visión distorsionada de las relaciones sexuales". ¿A qué se refiere esa frase? ¿Por qué es un contenido inapropiado para menores?	

**Actividad 02****“Analizando las consecuencias del uso de pantallas”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿De qué manera el uso excesivo de las pantallas puede poner en riesgo esa integridad?	

El uso de pantallas afecta la "regulación emocional". ¿Cómo puede una persona que tiene dificultades para regular sus emociones ser más vulnerable a los riesgos y amenazas en el entorno digital?	
El texto concluye que el objetivo no es prohibir las pantallas, sino "aprovechar sus beneficios mientras se minimizan los riesgos". ¿Qué beneficios tiene la tecnología que hacen que sea importante mantenerla, aunque con moderación?	



Actividad 03

“Protegiendo la huella digital”

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
El documento menciona la importancia de "revisar y personalizar la configuración de privacidad". ¿Qué tipo de configuraciones de privacidad creen que deberían revisar en sus redes sociales y aplicaciones?	
El texto aconseja "pensar antes de publicar". ¿Qué preguntas deberían hacerse antes de compartir una foto, un comentario o un video en internet?	
¿Cuál es el consejo más importante para proteger la privacidad y la huella digital?	



Toma de decisiones

Diseña un decálogo de derechos digitales. En cómo prevenir y proteger su integridad sexual y privacidad en el entorno digital y el manejo de la huella digital.



FICHA DE APRENDIZAJE N°4

“Reflexionamos sobre el uso ético de la tecnología y nuestro tiempo”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué emoción creen que están sintiendo los padres? ¿Y el joven? Describan lo que creen que está sucediendo en esta escena.

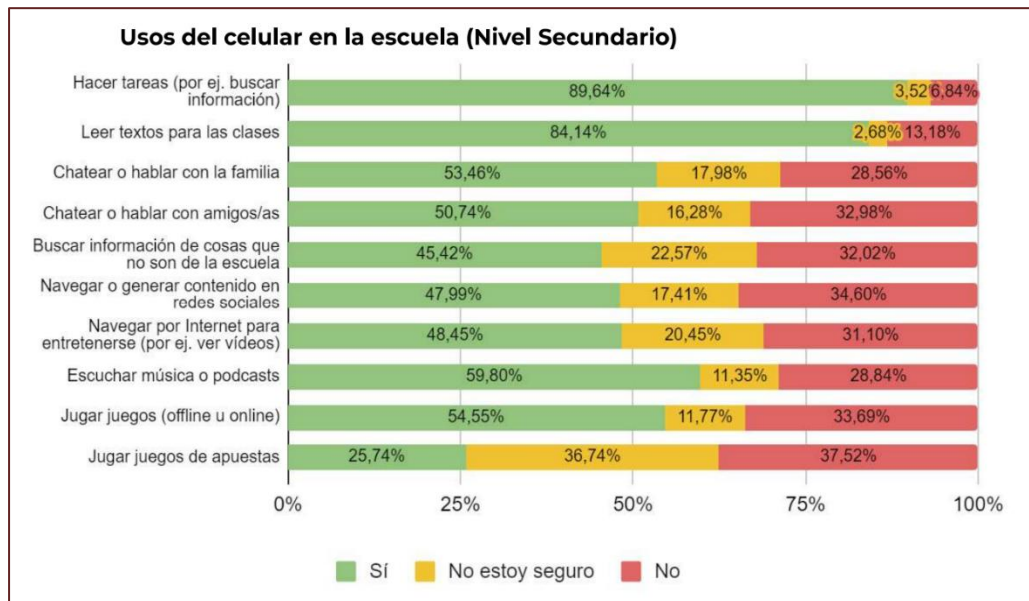
- ¿Qué responsabilidades tienen los adolescentes y jóvenes respecto al uso de su celular, especialmente en relación con el tiempo que le dedican y el contenido que consumen?

- ¿Creen que es importante establecer límites para el uso del celular en casa? ¿Quién debería establecer esos límites y cómo se deberían comunicar para que sean efectivos y justos?



Problematización

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué porcentaje de estudiantes usa su celular para fines educativos (como "Hacer tareas" o "Leer textos para las clases")? ¿Les parece que este número es alto o bajo?

- ¿Se sienten identificados con los usos del celular que se muestran? ¿Por qué creen que su experiencia es similar o diferente a la de la mayoría de los estudiantes en la estadística?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy expresaremos opiniones éticas sobre las ventajas y desventajas del uso de la tecnología y la gestión del tiempo, a fin de crear un video.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Construye su identidad	Expresa opiniones razonadas y éticas sobre las consecuencias de sus decisiones en el uso de la tecnología y la gestión del tiempo digital.	Crea un video donde exprese opiniones razonadas y éticas sobre las ventajas y desventajas del uso de la tecnología en su vida cotidiana y cómo esta impacta en la gestión de su tiempo.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL



Análisis de información



Lectura 01

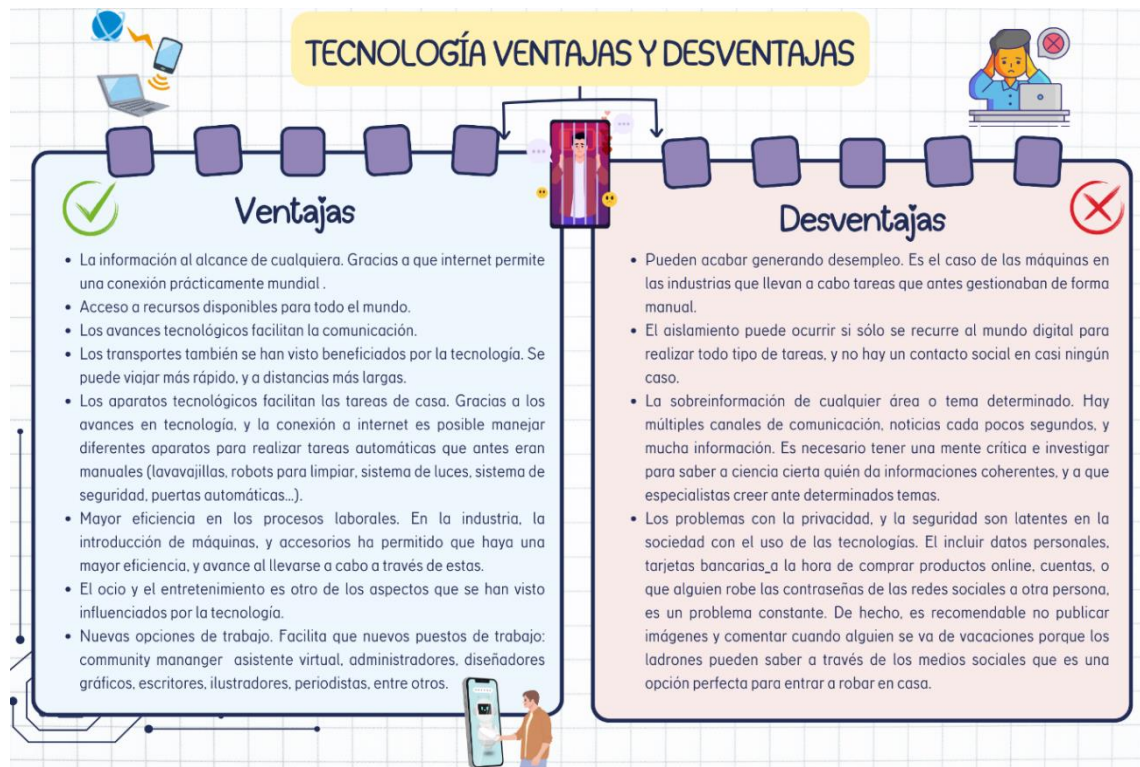
“La tecnología en nuestra vida cotidiana: Ventajas y desventajas”

La tecnología suele ofrecer una solución a problemas determinados. Se trata de una serie de recursos, procesos, o técnicas que ayudan a solucionar algo en concreto en un determinado campo. Aunque la tecnología da facilidades a la hora de desarrollar determinados aspectos en nuestra vida cotidiana, también es necesario contemplar algunas desventajas en relación a ella.

Si bien es cierto que ha sido muy notoria para el desarrollo social. La tecnología es un concepto amplio que puede asociarse con la revolución de las nuevas tecnologías, la industria, los dispositivos electrónicos, entre otros sectores.

Teniendo en cuenta la revolución de internet, y las plataformas digitales, así como la aparición constante de nuevos dispositivos, hay que hablar sobre cómo ha influido la tecnología en la sociedad a lo largo de los años.

La primera revolución tecnológica surgió en la etapa del Neolítico, con un tiempo comprendido entre unos 12.000 hasta el 5.000 a.C. En ese momento los humanos hacían la transición de ser seres nómadas a sedentarios, y se producía la primera revolución en el área tecnológica. Ahora veremos algunas ventajas y desventajas de la tecnología en este gráfico.





Lectura 02

“Herramientas digitales y la gestión del tiempo”

«El tiempo es oro», se suele decir, y no es ninguna exageración. Menos en la actualidad, en que por diversos motivos pareciera que las horas se nos acortan. Por ello mismo, es que la gestión de nuestro tiempo en el día a día, semanas e incluso meses se ha tornado en una exigencia a riesgo, precisamente, de quedarnos sin tiempo para nada.

¿Por qué es tan difícil gestionar el tiempo en la era digital?

El entorno digital nos ofrece una cantidad infinita de información y entretenimiento al alcance de un clic. Aunque esto puede ser positivo, también tiene sus inconvenientes:

1. **Sobrecarga de información:** Estamos expuestos a demasiadas tareas, datos y estímulos al mismo tiempo.
2. **Distracciones constantes:** Las notificaciones de aplicaciones y redes sociales interrumpen nuestra concentración.
3. **Multitarea ineficaz:** Aunque parezca útil, la multitarea reduce nuestra eficiencia al dividir nuestra atención.

La clave para gestionar el tiempo de manera efectiva en este contexto es aprender a priorizar, organizar y aprovechar las herramientas digitales a nuestro favor.

Junto con la disciplina y el orden personal que nos ayuda a administrar el tiempo, existen también dispositivos tecnológicos que pueden convertirse en grandes aliados siempre y cuando sigas las reglas de juego. Toma nota de los que te presento a continuación, espero puedas probar una de ellas:



**Lectura 03****“Rol de la familia, la escuela y la sociedad”**

Rol de profesor: El profesor ya no es el principal transmisor de conocimientos en el ámbito educativo. Su labor no es hacer participar tanto de su saber, cuanto de ser una especie de Sócrates que obtenga de sus alumnos los saberes latentes que hay en ellos, su método: la mayéutica = comadrona. El profesor ha de facilitarles la utilización de recursos y de las herramientas que necesitan para explorar y elaborar nuevos conocimientos y destrezas. El profesor pasa a actuar como gestor o como orientador de los nuevos recursos de aprendizaje.

Papel del alumno como discriminador de información: Por su parte, el alumno deja de ser un sujeto cuya función sea la de retener en sí el mayor número de conocimientos posibles y su cometido pasa a ser el de averiguar dónde se almacenan o encuentran dichos conocimientos. El alumnado del siglo XXI ha de aprender a gestionar el exceso de información relevante y la no relevante, para ello, necesita la ayuda del profesor.

Nuevas metodologías, plataformas virtuales: Por otro lado, cabe reseñar la importancia que tienen hoy en día para los estudiantes las plataformas académicas, en las que tienen numerosos recursos a su disposición como: clases virtuales en directo o grabadas, tutorías grupales, manuales, bibliografía complementaria, actividades de interés, etc. Gracias a ellas son muchos los recursos que el estudiante tiene a su disposición.

Ajustes institucionales: Por último, hay que destacar que toda institución que apueste por nuevos modos de educación, ya sean completamente online o de manera presencial, debe hacer una gran apuesta por la introducción de las tecnologías dentro del aula como pizarra digital, audio, ordenador...Y lo que no es menos importante es ofrecer al profesorado una formación permanente y renovación constante de los conocimientos requeridos en este ámbito que cambia y se transforma con gran rapidez.

Una vez que hemos puesto de manifiesto que la presencia de las nuevas tecnologías se extiende por doquier y que afecta también al ámbito educativo; se torna necesario preguntarnos por la formación que tenemos en el uso de estos nuevos recursos que están a nuestro alcance. Resulta evidente tanto para los padres como para los educadores, en general, que se tiene el deseo de utilizarlas del mejor modo posible.

Algunos consejos: De cara a realizar un mejor uso de todos estos medios cabría enumerar algunos consejos concretos:

- Utilizar las TIC como parte de la vida real, no como algo paralelo a la vida humana.
- Preguntar a los jóvenes con quién contactan cuando hacen uso de las TIC, al igual que cuando en la vida no virtual quedan con sus amigos, o van de cumpleaños y les pedimos algún tipo de explicación.
- Enseñarles a guardar la intimidad propia y la ajena de cara a evitar muchos futuros problemas.
- Que utilicen patrones y contraseñas seguros, es decir, que deben alternar la combinación de letras mayúsculas y minúsculas con números. Ser precavidos y no dárselos a nadie.
- Pedirles ayuda para aprender a entrar en las redes que ellos utilizan.
- Educar en hábitos y valores. Que respeten a otros y a sí mismos también en estos medios. Que no se desinhiban igual que no lo hacen en la vida real.
- Instalarnos aplicaciones que nos adviertan del uso que le damos al móvil y empezar a distinguir entre el uso, el abuso y la adicción.
- Debemos silenciar las notificaciones, contra la dispersión mental.
- Asimismo, tendríamos que aprender a decir: no a la multitarea, es decir, a estar saltando continuamente de una pantalla a otra.
- Crear espacios sin pantallas en el hogar.

**Actividad 01****“Ventajas y desventajas”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cuáles son las tres principales ventajas de la tecnología mencionadas en el texto?	
Considerando las ventajas y desventajas expuestas, ¿cómo crees que la tecnología ha influenciado tu vida diaria?	
Si tuvieras que añadir una ventaja o desventaja que no esté en el documento, ¿cuál sería y por qué?	

**Actividad 02****“Gestión del tiempo y App”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cuáles son los tres motivos principales por los que es difícil gestionar el tiempo en la era digital?	
De todas las herramientas mencionadas, ¿cuál consideras que sería la más útil para ti y por qué?	
Si tuvieras que explicarle a alguien la importancia de usar estas herramientas, ¿qué argumento utilizarías?	

**Actividad 03****“Roles a tomar en cuenta”**

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Cuál es el nuevo rol del profesor en la era digital? ¿Cómo ha cambiado su función principal?	
¿Cuáles son las tres recomendaciones que consideras más importantes para crear hábitos saludables en los niños?	
¿Qué consejo crees que es más difícil de implementar en un entorno familiar y por qué?	
Si un adolescente muestra señales de adicción a las redes sociales, ¿qué consejo del documento podría ser un buen primer paso para ayudarlo?	
¿De qué manera la familia y la escuela pueden trabajar juntas para aplicar los "ajustes institucionales" que se mencionan en el texto?	

**Toma de decisiones**

Crea un díptico donde exprese opiniones razonadas y éticas sobre las ventajas y desventajas del uso de la tecnología en su vida cotidiana y cómo esta impacta en la gestión de su tiempo.



DESARROLLO PERSONAL

VI UNIDAD

4°

SECUNDARIA

PROF. MARITZA ZA VALETA CASTAÑEDA

ALUMNO(A):





FICHA DE APRENDIZAJE N°1

“CUMPLIMOS CON NUESTROS DEBERES PARA ENFRENTAR LA CRISIS HÍDRICA”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué crees que tienen en común las personas que aparecen en la imagen? ¿Por qué llevan baldes? ¿Qué nos dice eso sobre su situación?

- ¿En qué sentido la crisis del agua afecta a todos, sin importar de dónde vengamos o a qué cultura pertenezcamos?

- Si sabemos que el agua es un derecho fundamental pero su acceso no es igual para todos, ¿qué acciones podemos emprender en nuestra escuela para asegurar que el agua se cuide y se distribuya de manera equitativa?



Problematización

Responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué le pasaría a una persona si bebe esa agua? ¿Y a los alimentos que crecen en los campos si los riegan con esa agua?

- ¿Creen que una acción "pequeña" como cuidar el agua en casa o no desperdiciar y cerrar el caño, tiene un peso similar a una acción "grande" como participar para que se apliquen las leyes contra la contaminación? ¿Qué consecuencia es mayor para la crisis hídrica?



Propósitos de aprendizaje

- En la clase de hoy vamos a cumplir nuestros deberes en la escuela y comunidad relacionados con el cuidado del agua, y a evaluar las consecuencias de nuestras acciones a fin de elaborar una infografía.



Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Muestra y evalúa sus acciones para el cuidado del agua, relacionándolas con el cumplimiento de sus deberes y las consecuencias de la crisis hídrica.	Crea una infografía que muestre y evalúe tus acciones para cuidar el agua



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Importancia del agua para la salud y prevención de enfermedades”

El agua es un recurso esencial para el funcionamiento del cuerpo humano. Su consumo adecuado no solo ayuda a mantener el equilibrio interno del organismo, sino que también previene diversas enfermedades y mejora la calidad de vida.

En este artículo, conocerás el papel fundamental del agua en la salud y cómo mantener una hidratación adecuada, si tienes más dudas sobre tu hidratación o salud en general

Beneficios del agua en el organismo. El agua cumple funciones vitales en el cuerpo. Es clave para regular la temperatura corporal, mantener el volumen sanguíneo y evitar síntomas como fatiga, mareos o dificultad respiratoria. Además, tiene un impacto directo en órganos esenciales:

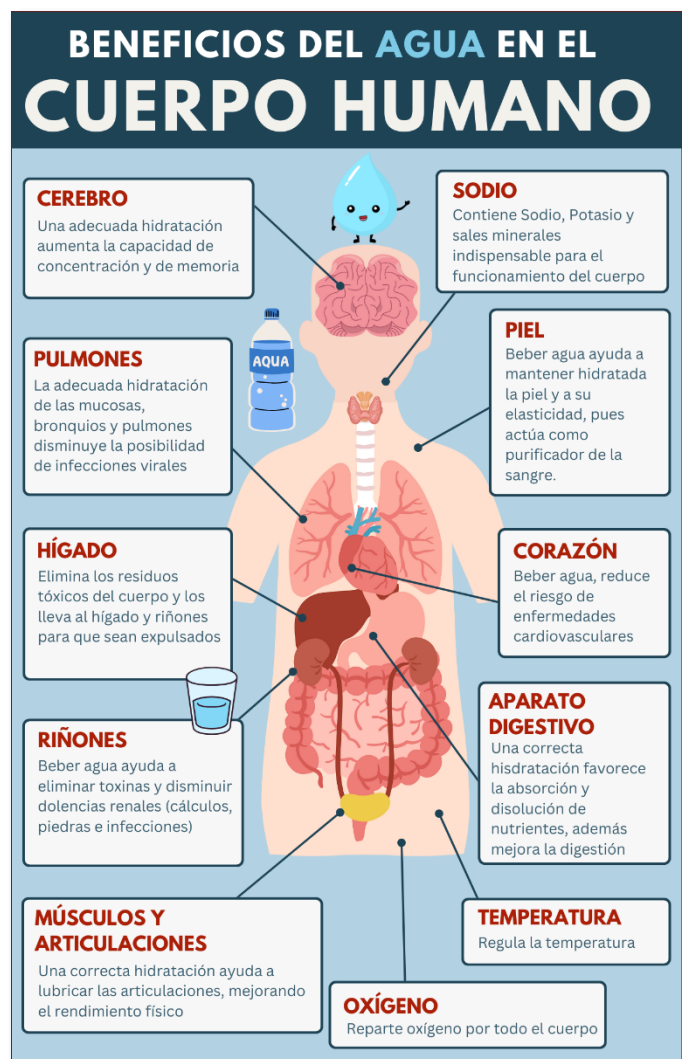
- **Cerebro:** Contribuye al desarrollo de las funciones cognitivas y al estado de conciencia.
- **Riñones:** Favorece la eliminación de toxinas y reduce el riesgo de insuficiencia renal.
- **Sistema digestivo:** Facilita la digestión, absorción de nutrientes y eliminación de desechos.

Hidratación y cantidad recomendada. El consumo diario de agua varía según la edad, el nivel de actividad física y el clima. La **Organización Mundial de la Salud (OMS)** recomienda ingerir entre **1.5 y 2 litros** al día. La **Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria** establece las siguientes cantidades:

- **Niños (9 a 13 años):** 1.9 litros para niñas y 2.1 litros para niños.
- **Adolescentes y adultos:** 2 litros para mujeres y 2.5 litros para hombres.

Signos de deshidratación. Cuando el cuerpo no recibe suficiente agua, pueden aparecer síntomas como boca seca, piel deshidratada, reducción en la producción de orina (de color amarillo oscuro), fatiga, calambres musculares y dolor de cabeza. La deshidratación severa puede afectar la función de órganos vitales y representar un riesgo para la salud.

Prevención de enfermedades. El consumo adecuado de agua es clave para prevenir diversas afecciones:



- **Infecciones urinarias:** Beber suficiente agua diluye la orina y evita la acumulación de bacterias en la vejiga.
- **Cálculos renales:** Mantiene el equilibrio de minerales en los riñones y evita la formación de piedras.
- **Problemas digestivos:** Favorece el tránsito intestinal y previene el estreñimiento.
- **Salud de la piel:** Una buena hidratación mejora la elasticidad y reduce el riesgo de afecciones cutáneas.



Lectura 02

“Agua limpia y saneamiento”

¿En qué consiste el Objetivo de Desarrollo Sostenible 6? En el último siglo, la demanda de agua a nivel mundial ha aumentado debido a la alta tasa de crecimiento demográfico, la rápida urbanización, el desarrollo económico y las modalidades cambiantes de consumo. Además, esta demanda se intensifica con el cambio climático y los fenómenos meteorológicos extremos que cada vez son originados con más frecuencia como sequías e inundaciones. El acceso al agua potable, el saneamiento y la higiene representan la necesidad humana más básica para el cuidado de la salud y el bienestar. Miles de millones de personas no tendrán acceso a estos servicios básicos en 2030 a menos que se cuadrupliquen los avances.

El rápido crecimiento de la población, la urbanización y las crecientes necesidades en materia de agua de los sectores agrícola, industrial y energético están provocando un aumento de la demanda de agua.

La demanda de agua ha superado el crecimiento demográfico y la mitad de la población mundial actualmente sufre una escasez de agua grave durante al menos un mes al año. Se prevé que la escasez de agua aumente con el incremento de las temperaturas globales, provocado a su vez por el cambio climático. Entre las medidas necesarias para garantizar el acceso universal al agua potable segura y asequible de aquí a 2030 se encuentran las inversiones en infraestructuras e instalaciones de saneamiento, la protección y el restablecimiento de los ecosistemas relacionados con el agua, así como la educación en materia de higiene. Además, la mejora del uso eficiente de los recursos hídricos es una de las claves para reducir el estrés hídrico.

¿Por qué? El acceso al agua potable, el saneamiento y la higiene es un derecho humano. Las estrategias clave para encauzar este objetivo incluyen aumentar la inversión y la capacitación en todo el sector, promover la innovación y la acción a partir de pruebas, mejorar la coordinación y la cooperación intersectorial entre todas las partes interesadas y adoptar un enfoque más integrado y holístico de la gestión del agua. El agua es esencial no solo para la salud, sino también para reducir la pobreza, y garantizar la seguridad alimentaria, la paz, los derechos humanos, los ecosistemas y la educación.



**Lectura 03****“La calidad del agua y la contaminación de las aguas superficiales”**

La contaminación de las aguas en el Perú es un problema muy antiguo. El crecimiento poblacional ha llevado a que los ríos, lagos y mares sirvan de botaderos de todo tipo de residuos, como por ejemplo la basura que constituyen los aceites usados. Por esto, podemos señalar que el grado de la contaminación en la naturaleza crece en la medida en que crece el desarrollo de las ciudades. Y en esta contaminación ambiental, el agua juega un papel importante por ser un elemento de transporte. Recordemos la definición de contaminación del agua: es la alteración de su calidad natural por la acción humana, que la hace total o parcialmente inadecuada para los usos a los que se destina.

Las características que determinan la calidad del agua se refieren a sus aspectos físicos (temperatura, transparencia), químicos (sales, metales) y microbiológicos. De acuerdo a estas características, la calidad de un cuerpo de agua (como un lago o un río) puede permitir un uso concreto y no otros. Por ejemplo, el agua de un embalse o represa puede ser útil para producir energía eléctrica o para el regadío y, sin embargo, puede estar contaminada para ser usada para el consumo humano.

Las aguas superficiales son las primeras en verse afectadas por la emisión constante de agentes contaminantes de cualquier procedencia. En Lima, la generación de aguas residuales se estima en 200 litros diarios por persona. Esta agua contiene una gran cantidad de sales disueltas, materias orgánicas, partículas, sólidos en suspensión y microorganismos patógenos (que causan enfermedades). Y llega a los ríos y al mar, en su mayor parte, sin ningún tratamiento. Entre los ríos más contaminados del Perú están el Mantaro, San Juan, Yauli, Rímac, Moche, Santa, Cañete, Locumba y Huallaga. Las causas que generan esta situación son varias y entre ellas están la actividad minera, la actividad industrial y las ciudades que no cuentan con un sistema adecuado de saneamiento. Entre las lagunas más contaminadas están la laguna Junín, Quiulacocha, Huascacocha, Antauta y Llacsacocha, ello se debe principalmente a la actividad minera. Por otro lado, las zonas del litoral costero más contaminadas son: Chimbote, Supe, Carquin, Samanco, Tambo de Mora y Végueta por la actividad de la industria pesquera, y las de Ilo, por la industria minera.

El deterioro de la calidad del agua Este es uno de los problemas más graves del país porque limita los potenciales usos del recurso y compromete el normal abastecimiento de agua a la población, así como provoca la alteración de los hábitats y la pérdida de especies, pudiéndose señalar entre sus principales causas:

- El vertimiento de efluentes domésticos e industriales (manufactureros, mineros, agroquímicos) a los cuerpos de agua con alta carga orgánica, así como de sustancias peligrosas, entre ellas: agroquímicos, residuos químicos de actividades ilícitas y lixiviados provenientes de relaves abandonados de la minería y de botaderos de residuos sólidos.
- El insuficiente y deficiente tratamiento de las aguas residuales domésticas y no domésticas (principalmente de origen minero, manufacturero, pesquero y agrario, entre otros)

**Actividad 01****“Hidratación y salud personal”**

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
Menciona al menos tres órganos o sistemas del cuerpo que dependen directamente de una hidratación adecuada y explica brevemente por qué.	
¿Qué tipo de enfermedades se pueden evitar con una buena hidratación?	
¿Cómo se relaciona el hecho de beber suficiente agua con un deber hacia nuestra propia salud y la de los demás?	
¿Qué acciones personales relacionadas con el consumo de agua podrías mencionar, y cómo podrías evaluarlas para saber si estás cumpliendo tu deber de cuidar tu salud y el recurso?	

**Actividad 02****“Derecho al agua y saneamiento”**

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Por qué la crisis del agua y el saneamiento es un asunto de interés general que requiere la participación de todos?	

¿Qué ejemplos de metas y actividades relacionadas con el ODS6 podrían considerarse como un deber de los ciudadanos para contribuir al bien común?	
El texto indica que el acceso al agua potable y el saneamiento es un "derecho humano". ¿Qué significa esto y por qué es tan importante para la salud, la pobreza y la seguridad alimentaria?	
¿Qué acciones concretas podrías llevar a cabo en tu vida diaria, tanto en casa como en tu entorno, para cumplir con el deber de cuidar el agua y evitar la crisis hídrica?	



Actividad 03

“El agua y la contaminación en Perú”

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué son las "aguas superficiales" y por qué se ven afectadas principalmente por la acción humana?	
¿Qué actividades humanas específicas se identifican como las principales causantes de la contaminación de los ríos y lagos en el Perú, y qué tipo de contaminantes generan?	



Toma de decisiones

Crea una infografía que muestre y evalúe tus acciones para cuidar el agua.





FICHA DE APRENDIZAJE N°2

“ARGUMENTAMOS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LAS LEYES PARA EL CUIDADO DEL AGUA”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan:



- ¿Qué está pasando en la imagen? ¿Qué lemas se ven en los carteles? ¿Qué crees que significan? Describe lo que ves.

- ¿Quiénes crees que son los manifestantes?

- ¿Creen que el agua es un derecho? ¿Por qué?

- ¿Qué rol tiene el Estado o las leyes en relación con el agua?



Problematización

Analiza el siguiente video y luego responde a las preguntas que se te formulan:

Perú, 2024. Proyecto de Ley 7350, que deroga el Decreto Legislativo 1620 que aprueba la **privatización del agua**. El Decreto Legislativo permite e incentiva la creación de empresas intermediarias para comprar el agua que es producida por las Entidades Prestadoras de Servicio y luego sea vendida al público al precio que ellos fijen. Además, permite que el privado utilice las infraestructuras a través de las concesiones por 25 años.

El Decreto Legislativo 1620, carece de un enfoque que reconozca el acceso al agua como un derecho humano fundamental.



- ¿Qué significa "privatización del agua"? ¿Quiénes se beneficiarían y quiénes se perjudicarían con una ley como el Decreto 1620?

- Considerando que el agua es un recurso vital, ¿quién debería ser el responsable de su gestión? ¿el Estado, empresas privadas o ambos? ¿Qué implicaciones tiene cada opción para la sociedad?

- Si ustedes fueran congresistas, ¿cómo argumentarían a favor o en contra de esta ley, pensando en la justicia y el bienestar común?



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy vamos a argumentar sobre la función del Estado en la protección del derecho al agua y a promover el cumplimiento de las leyes ante la crisis hídrica, a fin de redactar un ensayo.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Argumenta sobre el rol del Estado en la defensa del derecho al agua y promueve el cumplimiento de las leyes para enfrentar la crisis hídrica.	Escribe un FOLDABLE sobre el rol del Estado en la defensa del derecho al agua.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“La persona como sujeto de derecho”

¿Qué es un sujeto de derecho? En el derecho y las ciencias jurídicas, se entiende por sujeto de derecho a cualquier entidad individual o colectiva a la que se le pueda atribuir capacidad jurídica. Dicho de otro modo, se trata de cualquier persona (natural o jurídica) con derechos y obligaciones. Por lo general, “sujeto de derecho” es equivalente a “persona”.

Un sujeto de derecho, entonces, se reconoce porque puede ejercitar sus derechos o se le pueden imputar obligaciones, cosa que, por ejemplo, no pueden hacer los animales ni las cosas. El término “sujeto de derecho” alude a que son entidades sujetas al derecho, es decir, sometidas al orden jurídico.

Existen algunas excepciones puntuales a esta caracterización, como la designación en la Constitución Nacional de Ecuador de la naturaleza como un sujeto de derecho, con el fin de obligar al sistema a velar por sus necesidades y a asumir una perspectiva ecológica. Aun así, se trata más de una ficción jurídica que de una personería real, ya que la naturaleza no puede reclamar sus derechos; alguna persona, natural o jurídica, debe hacerlo en su nombre.

Tipos de sujeto de derecho

Los sujetos de derecho pueden ser de dos tipos, fundamentalmente:

- Sujetos de derecho individuales o de existencia visible. Equivalentes a las personas naturales, es decir, a los individuos humanos susceptibles de asumir obligaciones y exigir sus derechos, o de solicitar a alguien que lo haga.
- Sujetos de derecho colectivos o de existencia ideal. Equivalentes a las personas jurídicas, es decir, a las organizaciones, instituciones, empresas y organizaciones de otro tipo que tienen una identidad jurídica, derechos y obligaciones.

Por otro lado, es posible distinguir también entre:

- Sujetos de derecho **comunes**, equivalentes a cualquier persona natural o jurídica que no posea un estatus legal especial.
- Sujetos de derecho **especiales**, considerados como “débiles jurídicos” y que ocupan una categoría protegida o especial dentro de la legislación, como los niños, los pacientes, las mujeres embarazadas, los ancianos, los desplazados o las personas con discapacidad mental.

Ejemplos de sujetos de derecho:

- ✓ Una persona que cumple con sus deberes, como pagar los impuestos, y exige sus derechos, como seguridad jurídica e igualdad ante la ley.
- ✓ Una empresa o corporación que tiene bienes propios, administra activos y pasivos, y responde ante la ley de manera coherente y unida, a pesar de que se componga de cientos de accionistas y empleados.
- ✓ Una persona que está en prisión y a la cual se le han suspendido, durante el transcurso de su sentencia, ciertas libertades y derechos, pero que sigue disponiendo de las demás y sigue estando sujeta a la ley y a las obligaciones comunes.
- ✓ Una institución pública que gestiona algún conjunto de bienes públicos y presta cierto tipo de servicios.



Lectura 02

“El marco que regula los recursos hídricos”

El marco legal que define las reglas de juego para que todos los interesados y usuarios del agua desempeñen su rol, buscando estimular la inversión en la conservación y el uso eficiente de un recurso que cada vez se torna más escaso, no por falta de él, sino por un mal uso. En el país se han dado pasos importantes por definir un marco legal que establezca derechos y funciones de los organismos/instituciones que tengan que ver en la gestión hídrica, y de los proveedores del servicio del agua, ordenando un frondoso sistema legal, sectorial con la intervención de diferentes autoridades, que hacía cada vez más inviable un uso concertado y sostenible del agua. Con la promulgación de la Ley de Recursos Hídricos - Ley 29338 (30-mar-2009) se puso fin a 40 años de vigencia del Decreto Legislativo 17752, definiendo ahora un escenario acorde con los nuevos tiempos, incorporando aspectos de: visión de cuenca, gestión integrada, participativo y cultura del agua solo por resaltar los más importantes.

Ley de recursos hídricos 29338 y su reglamento: El día 12 de marzo del 2009 se aprobó en el congreso peruano la Ley de Recursos Hídricos. Es una ley por años esperada. La promulgación de la LRH se hizo el 30 de marzo del 2009 bajo el mandato del presidente Alan García.

En el país se contaba, hasta antes de la Ley de Recursos Hídricos, con una Ley General de Aguas desde el año 1969, Decreto Ley N° 17752 promulgado en un gobierno de facto presidido por Juan Velasco Alvarado. Desde ese entonces esta ley fue complementada mediante varios reglamentos y dispositivos legales que complementaban el reglamento complementario; parece un trabalenguas o un error de redacción, pero no es así. Esta situación había derivado en un frondoso sistema legal de los recursos hídricos en nuestro país totalmente sectorizado y de escaso cumplimiento y desconocimiento de los usuarios del agua.

Durante más de 10 años se trabajó en la formulación de una nueva ley de las aguas, con el fin de modernizar la gestión de los recursos hídricos y crear un sistema que integre a todos los sectores y pasar de un manejo sectorial a uno multisectorial con visión de cuenca. Esta Ley recoge ese sentir y trata de Institucionalizarlo a través de la Autoridad Nacional del Agua – ANA, y acordes con los momentos de cambios y de nuevos conceptos se menciona ahora no una ley de aguas, sino una LEY DE RECURSOS HÍDRICOS.

El 03 de abril del 2015 se promulgó el D.S. 005-2015-MINAGRI, el mismo que aprueba el Reglamento de la Ley N° 30157, Ley de las Organizaciones de Usuarios de Agua.

Modificación del reglamento de la LRH 29338. El 27 de diciembre del 2015 se promulga el D.S. 023-2014-AG que modifica el Reglamento de la LRH 29338, con el fin de agilizar los procedimientos administrativos de otorgamiento de licencia de uso de agua para el desarrollo de proyectos de inversión pública y privada; así como promover la formalización de los usos de agua en el ámbito del territorio nacional

Ley 30157 de Organizaciones de Usuarios de agua. El 19 de enero del 2014 el presidente Ollanta Humala promulga la Ley de Organizaciones de Usuarios N° 30175, una ley que regulará la gestión y la institucionalidad de las organizaciones de usuarios.

Ley 28611 - Ley general del ambiente. Es el marco normativo legal para la gestión ambiental que establece principios y normas básicas para asegurar el efectivo ejercicio del derecho a un ambiente saludable, equilibrado y adecuado para el pleno desarrollo de la vida, así como el cumplimiento del deber de contribuir a una efectiva gestión ambiental y de proteger el ambiente, así como sus componentes, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de la población y lograr el desarrollo sostenible del país.

Ley 28245 - Ley marco del sistema nacional de gestión ambiental. La Ley Marco del Sistema Nacional de Gestión Ambiental establece las reglas para la organización de la gestión ambiental en el país, haciendo incidencia en su carácter transectorial. En tal sentido, el ejercicio de las funciones ambientales a cargo de las entidades públicas se organiza bajo este Sistema y la dirección de su ente rector, en ese entonces el CONAM.

Ley del sistema nacional de evaluación de impacto ambiental – SEIA. Ley n° 27446. Crea un sistema único y coordinado para la identificación, prevención, supervisión, control y corrección anticipada de los impactos ambientales negativos derivados de las acciones humanas. El SEIA es administrado por el Ministerio del Ambiente.



Lectura 03

“Derechos humanos al agua y al saneamiento”

El acceso al agua y al saneamiento son reconocidos por las Naciones Unidas como derechos humanos, fundamentales para la salud, la dignidad y la prosperidad de todos. Sin embargo, miles de millones de personas aún viven sin agua y saneamiento gestionados de forma segura. Los grupos marginados suelen ser ignorados y, en ocasiones, sufren discriminación al intentar acceder a los servicios de agua y saneamiento que necesitan. Los gobiernos deben adoptar un enfoque basado en los derechos humanos para las mejoras en agua y saneamiento, de modo que nadie quede excluido.

El problema explicado

El derecho al agua permite a toda persona tener acceso a agua suficiente, salubre, aceptable, físicamente accesible y asequible para uso personal y doméstico. El derecho al saneamiento permite a toda persona tener acceso físico y asequible al saneamiento, en todas las esferas de la vida, que sea seguro, higiénico, protegido y social y culturalmente aceptable, y que proporcione privacidad y asegure la dignidad.

La presencia física no es lo mismo que el acceso: Un servicio de agua o saneamiento no cubre a toda la comunidad si es demasiado caro, poco fiable, antihigiénico, está ubicado en una ubicación insegura, no está adaptado para grupos con discapacidad o niños, o no está segregado por género, en el caso de los sanitarios y lavabos.

Todas las personas tienen derecho al agua y al saneamiento sin discriminación: Los grupos marginados —mujeres, niños, refugiados, pueblos indígenas, personas con discapacidad y muchos otros— suelen ser ignorados, y en ocasiones sufren discriminación activa, por quienes planifican y gestionan las mejoras y los servicios de agua y saneamiento, así como por otros usuarios.

El camino a seguir

Los gobiernos deben adoptar un enfoque basado en los derechos humanos en materia de agua y saneamiento. Los Estados tienen la obligación de proporcionar servicios de agua y saneamiento a las personas, quienes son titulares de derechos. Los titulares de derechos pueden reclamar sus derechos y los titulares de deberes deben garantizarlos con igualdad y sin discriminación. Un enfoque basado en los derechos humanos también crea un marco para la participación de los titulares de derechos y para exigir responsabilidades a los titulares de deberes.

Es necesario superar todas las barreras al acceso al agua y al saneamiento. Las leyes y la gobernanza deben abordar todas las causas de discriminación, como el sexo, el género, la etnia, la religión, la casta, la discapacidad, la edad, el estado de salud y la situación económica.

También es necesario planificar otros factores que afectan el acceso al agua y al saneamiento para los grupos marginados, como el cambio climático, el crecimiento demográfico, los conflictos y la migración.

El agua y el saneamiento son fundamentales. «No dejar a nadie atrás» es la promesa central de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Una sociedad solo puede alcanzar altos índices de salud pública, equidad de género, logros educativos y productividad económica cuando todos sus miembros disfrutan de su derecho al agua y al saneamiento. El respeto de los derechos humanos debe integrarse en los planes de desarrollo de todos los sectores y a todos los niveles.



Actividad 01

“El agua un derecho de la persona”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué significa que la persona sea un sujeto de derecho? ¿Qué derechos y obligaciones tiene en relación con el agua?	
¿Qué rol cumple el Estado en la defensa del derecho al agua? ¿Cómo se relaciona esto con el concepto de persona como sujeto de derecho?	
¿Qué acciones prácticas podrían llevar a cabo ustedes como sujetos de derecho para promover que se cumplan las leyes que protegen el agua?	



Actividad 02

“El marco legal del agua en Perú”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Qué es el marco legal del agua y por qué se considera un "juego de reglas" importante? ¿Cómo afecta esto a los diferentes actores (usuarios, organismos, etc.)?	
¿Cómo ha sido la implementación de las leyes de agua en el Perú, según la lectura? ¿Qué desafíos se mencionan?	
¿Cómo podrían usar la información sobre la evolución de estas leyes y sus objetivos para argumentar sobre su necesidad y eficacia?	

**Actividad 03**

“Derechos y deberes en la gestión hídrica”

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
¿Por qué el acceso al agua y saneamiento se consideran derechos humanos fundamentales?	
¿Qué significa que el derecho al agua y al saneamiento sea salubre, aceptable y físicamente accesible?	
El texto dice que "los titulares de derechos pueden reclamar sus derechos y los titulares de deberes deben garantizarlos". ¿Quiénes son los titulares de derechos y quiénes son los titulares de deberes en este contexto? ¿Qué responsabilidades tiene cada uno?	

**Toma de decisiones**

Elabora un FOLDABLE sobre el rol del Estado en la defensa del derecho al agua.





FICHA DE APRENDIZAJE N°3

“EXPLICAMOS LAS ESTRATEGIAS PARA RESOLVER CONFLICTOS SOBRE EL AGUA”



ACTIVIDADES DE INICIO



Activación de saberes previos

Analiza la siguiente imagen y luego responde a las preguntas que se te formulan

- ¿Qué ves en la imagen? Describe a las personas y lo que están haciendo.

- ¿Qué contraste o diferencia notas entre el grupo de personas de arriba y el de abajo?

- ¿Qué acciones crees que podrían tomar las personas de arriba para manejar el conflicto de manera constructiva?



- ¿Qué problema o conflicto crees que representa esta ilustración?

- ¿Por qué es importante el diálogo en la resolución de estos conflictos? ¿Qué pasaría si solo se impusiera una solución sin hablar?



Problematización

Analiza la siguiente noticia y luego responde a las preguntas que se te formulan:

- La noticia menciona que el suelo de la zona ha sido clasificado como "relleno sanitario". ¿Qué implicaciones tiene esta información en la salud y el uso del pozo? ¿Creen que las familias son conscientes de este riesgo?

- La noticia dice que las familias denuncian la falta de agua. ¿Qué mecanismos de diálogo o negociación creen que podrían usar estas familias para resolver este conflicto con las autoridades?

Diario La República

La República

06 Mar 2025

Sin agua hace 15 años: más de 40 familias en Comas subsisten tras construir pozo de 4 metros de profundidad

Más de 40 familias en la zona Ecos de Chillón, en el distrito de Comas, enfrentan una crisis de acceso al agua potable desde hace 15 años. Ante la falta de conexión a la red pública, los vecinos han optado por construir un pozo artesanal de 4 metros de profundidad, del cual extraen agua con una bomba y la almacenan en reservorios improvisados.

La situación se ha vuelto crítica debido a las altas temperaturas y la proliferación de insectos, lo que ha incrementado el riesgo de enfermedades. Además, el costo del agua en la zona es elevado.

Familias dependen de pozo para sobrevivir. Los vecinos de Ecos de Chillón han implementado soluciones improvisadas para abastecerse de agua. Mediante una bomba, extraen el agua subterránea del pozo y la almacenan en piscinas y reservorios para su uso diario.

Sin embargo, el agua presenta sedimentos y contaminación, lo que la hace poco segura para el consumo humano. Además, el intenso calor y la falta de saneamiento básico han generado un aumento de enfermedades, como el dengue, producto de la proliferación de mosquitos en los reservorios. Para minimizar el impacto económico, algunas familias optan por mezclar el agua del pozo con el agua comprada, mientras que otras la utilizan exclusivamente para aseo personal y lavado de ropa.

Además, la Autoridad Nacional del Agua (ANA) ha clasificado el suelo de la zona como relleno sanitario, lo que complica aún más la ejecución de proyectos de infraestructura hídrica. Esto ha dejado a los residentes en un estado de abandono y sin soluciones concretas.



Las familias sin acceso a la red pública de agua deben comprar bidones de 8 litros a un precio de 4 a 5 soles, un costo considerablemente mayor en comparación con las tarifas de agua potable en otras zonas de Lima.



Propósitos de aprendizaje



- En la clase de hoy vamos a analizar y explicar las características de los conflictos sobre el agua en su entorno y los procedimientos que se deben seguir para su manejo, a fin de elaborar un fanzine.

Competencia	Criterios de evaluación	Evidencia
Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común	Analiza un conflicto sobre el agua y propone procedimientos para su resolución.	Elabora un fanzine que analice un conflicto sobre el agua en tu entorno y proponga los procedimientos para resolverlo.



GESTIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO PARA EL APRENDIZAJE



Análisis de información



Lectura 01

“Aumento del estrés hídrico”

¿Qué significa **estrés hídrico**? El agua es parte integral de nuestros sistemas climáticos y meteorológicos. Cuando algo falla en el ciclo del agua o en la infraestructura de procesamiento de agua y causa una interrupción en los servicios hídricos, puede ser difícil determinar con exactitud el origen del problema. A continuación, se presentan algunas definiciones importantes sobre las vulnerabilidades relacionadas con el agua:

- **Escasez de agua:** La escasez o abundancia cuantitativa del suministro de agua. Se mide típicamente por la relación entre el consumo humano de agua y la cantidad de agua disponible en una zona determinada.
- **La escasez de agua puede ser física o económica:** En la escasez física, la población excede el suministro de agua disponible. La escasez económica se describe cuando la cantidad de agua disponible debería ser suficiente, pero la falta de infraestructura hídrica dificulta que llegue a la población.
- **Estrés hídrico:** La capacidad de los suministros de agua para satisfacer las necesidades humanas y ecológicas. Se produce cuando la demanda de agua excede la cantidad disponible durante un período determinado o cuando la calidad del agua limita su uso. Esta métrica incluye factores ambientales que podrían afectar el acceso y la usabilidad del agua.
- **Riesgo hídrico:** Las sequías y las inundaciones pueden causar daños masivos a la infraestructura humana y a los sistemas ambientales, especialmente con el impacto del cambio climático. El riesgo hídrico se refiere a la probabilidad de sufrir daños por un fenómeno meteorológico severo causado por el agua. El riesgo de daños por agua varía según la vulnerabilidad de una zona. Para obtener más información sobre cómo contrarrestar los daños causados por estos fenómenos, consulte nuestras guías de mitigación para sequías e inundaciones.
- **Seguridad hídrica:** el objetivo social de lograr una política hídrica y un sistema de gestión del agua que funcionen bien, de modo que el agua pueda utilizarse de la manera que mejor satisfaga nuestro bienestar humano y ecológico.

¿Sabías qué?

- Piura, Cajamarca, La Libertad, Áncash, Ica, Arequipa, Moquegua y Tacna son las regiones con niveles altos y extremadamente altos de estrés hídrico.
- En 2020 se declaró en Estado de Emergencia a ciertos distritos de algunas de dichas provincias, por peligro inminente ante déficit hídrico.



Fuente: Aqueduct Water Risk Atlas.



Lectura 02

“Conflictos y mecanismos de resolución”

La gran mayoría de los investigadores concuerdan en que las desavenencias entre individuos o grupos surgen debido a la competencia por bienes o recursos, o por discrepancias de orden cultural. Se puede afirmar, entonces, que los conflictos están presentes donde existan relaciones sociales.

Cuando surgen conflictos entre individuos o grupos, es usual que estos defiendan sus posiciones o puntos de vista con tanto ahínco o pasión que, en ocasiones, terminan por parecer contradictorias o incluso irreconciliables.

Así, cuando el conflicto adquiere aspectos de gran hostilidad, las relaciones entre las contrapartes se deterioran rápidamente y su resolución se vuelve muy difícil, si no imposible. Por ello, es fundamental que entendamos que las apreciaciones particulares solo ofrecen un punto de vista sobre un tema específico. Aceptemos, por lo tanto, que las posiciones u opiniones defendidas por las partes involucradas en un conflicto no son totalmente equivocadas o correctas, sino que son versiones que, al contraponerse, pueden ofrecer elementos de coincidencia.

El conflicto: una oportunidad de mejorar. Un prejuicio frecuente entre las personas es concebir al conflicto como un fenómeno negativo que destruye los lazos sociales y la unidad de una comunidad. Según esta apreciación, la única manera de asegurar la convivencia pacífica entre los individuos sería eliminar por completo todas las circunstancias que produzcan conflictos.

La clave para instituir una cultura de paz que afronte positivamente las desavenencias internas es implementando en las prácticas social

La resolución de los conflictos. Debido a que los conflictos son parte de la vida cotidiana, los seres humanos han encontrado el medio adecuado para resolverlos: el diálogo. No obstante, se requiere de condiciones previas mínimas para que el conflicto se pueda resolver a partir del diálogo.

- **El reconocimiento de la existencia del conflicto.** Es imposible actuar sobre el conflicto mientras no se reconozca su existencia. Por eso, es necesario que las partes involucradas admitan que hay un impase o problema irresuelto entre ellos que amerita una pronta solución.
- **La aceptación de responsabilidad.** Es muy importante que las partes involucradas reconozcan hasta qué punto su posición ha repercutido en el conflicto, pues en algunos casos rechazan todo tipo de responsabilidad por el origen de la discusión o problema. Por esta razón, la aceptación por parte de los implicados de un grado de responsabilidad en el conflicto favorece el inicio del diálogo.
- **La voluntad de diálogo.** Esto quiere decir que las partes involucradas en un conflicto deben tener el deseo expreso de resolverlo mediante la escucha mutua y el consenso. El hecho de que dos individuos tengan la voluntad de dialogar –aceptando con ello la posibilidad de discrepar sobre un mismo tema– implica ya el reconocimiento mutuo de su condición de iguales, paso necesario para una futura resolución del conflicto.
- **La voluntad de ceder parcialmente.** En ocasiones ocurre que la aceptación de participar en el diálogo no asegura por sí sola la solución de un conflicto, ya que los individuos pueden, finalmente, frustrar una negociación cuando perciben que sus demandas no serán tomadas en cuenta en su totalidad. Por ello, es importante que las contrapartes estén dispuestas a dejar de lado parte de sus requerimientos y busquen conseguir los que son verdaderamente esenciales.

Solo así un conflicto puede solucionarse sin que ninguna de las partes involucradas sienta que sus peticiones no fueron atendidas.

Fuente: *Texto Escolar. DPCC 4°. Santillana “Creciendo juntos”. Págs. 72-73*



Lectura 03

“La crisis del agua en Lima es una crisis de Estado”

En los últimos años, Lima ha enfrentado desafíos cada vez más urgentes en términos de suministro de agua. El estrés hídrico se ha convertido en una preocupación primordial para los habitantes de la ciudad, ya que la demanda de agua supera con creces la capacidad de los recursos hídricos disponibles. Este fenómeno se traduce en graves consecuencias para la sostenibilidad y la seguridad hídrica de la región, además de, en pérdidas económicas, debido a las limitaciones que se podrían originar en la capacidad de las empresas para llevar a cabo sus operaciones normales.

En la cuenta regresiva: Según un estudio desarrollado por el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi) y la Superintendencia Nacional de Servicios de Saneamiento (Sunass), se proyecta que entre los años 2036 y 2065 la disponibilidad de las cuencas que abastecen a la población de las ciudades se reducirá en un 25% por el cambio climático, esto pone en una situación especialmente compleja a Lima, donde la población consume alrededor de 175 litros de agua al día por habitante de acuerdo a SEDAPAL, un uso exageradamente excesivo, y que representa un gasto de más del 150% de lo necesario según el Ministerio del Ambiente.

Estos datos alarmantes revelan la urgencia de implementar soluciones efectivas para abordar la escasez hídrica en la región, que de acuerdo al estudio Crisis de Agua “Una amenaza silenciosa para el desarrollo económico”, desencadenaría que alrededor de 35 mil empleos se perdieran y el PBI de la ciudad se redujera en un 2,22%.

Principales causas:

El estrés hídrico en Lima se debe a diversos factores, entre ellos el cambio climático, el crecimiento demográfico acelerado y la falta de infraestructura hídrica adecuada. La combinación de estos elementos ha generado una situación crítica en la que se pone en peligro la sostenibilidad y el bienestar de la población.

Alto riesgo hídrico en el sector manufactura de Lima y Callao

Ramas de producción en alto riesgo hídrico



Alimentos



Bebidas



Textiles



Metales



Químicos



Petróleo

Estas ramas en **alto riesgo hídrico** representan

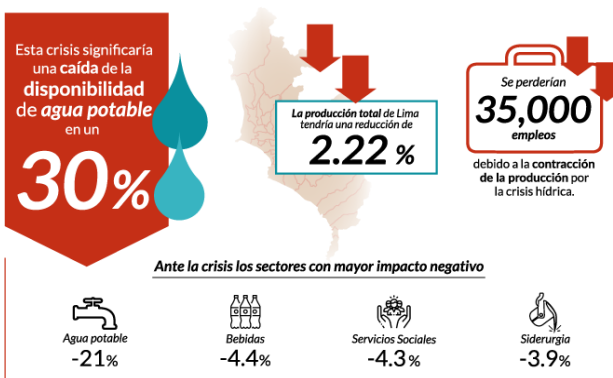
92%

del consumo total de agua

55%

del empleo en la ciudad

Existe una probabilidad alta de una crisis hídrica en los próximos 10 a 15 años



**Actividad 01**

“Escasez y estrés hídrico”

En base a la lectura 01 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
La lectura menciona que el 1% del agua mundial está disponible para el consumo humano. ¿Por qué el resto no es apto?	
¿Qué se entiende por "escasez de agua física" y "escasez económica"? ¿Cuál de las dos crees que afecta más a tu comunidad y por qué?	
La lectura menciona a Roma, Lima y Ciudad del Cabo como ejemplos de ciudades con estrés hídrico. ¿Han visto o escuchado alguna noticia sobre problemas de agua en su propia comunidad o en otras partes del Perú?	
La información presenta tres conceptos clave: estrés hídrico, riesgo y seguridad hídricos. ¿Cuál es la principal diferencia entre estos conceptos?	

**Actividad 02**

“Conflictos por el agua y el diálogo”

En base a la lectura 02 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
Según el texto, ¿por qué surgen los conflictos entre individuos o grupos? ¿Qué ejemplos de la vida real se te ocurren?	
La lectura menciona que es "imposible actuar sobre el conflicto mientras no se reconozca su existencia". ¿Qué significa reconocer la existencia de un conflicto? ¿Por qué es un primer paso fundamental?	

¿Qué pasaría si en un conflicto como el del agua, las partes involucradas no tienen la "voluntad de diálogo"? ¿Qué consecuencias tendría para la comunidad?



Actividad 03

“El futuro hídrico de Lima”

En base a la lectura 03 responde las siguientes preguntas:

Preguntas	Respuesta
La demanda de agua en Lima supera la capacidad de los recursos. Aparte del crecimiento poblacional, ¿qué otros factores podrían contribuir a este desequilibrio?	
La lectura proyecta que entre 2036 y 2065, las cuencas de Lima tendrán una reducción del 25% en la disponibilidad de agua. Si esto sucediera, ¿cómo creen que afectaría su vida diaria y la de sus familias?	
¿Qué significa que sea una 'crisis de Estado' y no solo un problema de la población? ¿Qué responsabilidades tiene el Estado que no tienen los ciudadanos en este conflicto?	



Toma de decisiones

Elabora un FANZINE que analice un conflicto sobre el agua en tu entorno y proponga los procedimientos para resolverlo.

