

Boletín de Salvaguarda

Dirección de Convivencia Escolar
Agosto 2024

¡Este mes celebramos la SOLIDARIDAD!

"Aquellos que tienen el privilegio de saber, tienen la obligación de actuar."

Albert Einstein.



Actividades por ciclo:

Primary School:

LLENAREMOS NUESTRO "BUCKET" CON ACCIONES SOLIDARIAS



Middle & Senior School:

REFLEXIÓN Y ACCIÓN SERÁN NUESTRO ENFOQUE



Early Years School

REALIZAREMOS REFLEXIONES EN FAMILIA



Continuamos trabajando con...

Competencias para la vida: Ambito Cognitivo

Algunos datos para fortalecer la creatividad con sus hijos.

★ Creatividad en Familia



★ Estrategias para que los padres fomenten la creatividad en sus hijos



Este mes la campaña Be kind nos invita a ser buenos trabajadores en equipo...

El trabajo en equipo divide las tareas y multiplica los resultados. Siempre podemos ayudar a otros y también necesitamos la colaboración de los demás para lograr nuestros objetivos.

¡Juntos logramos más!

Escanea para mayor información





Panoramas familiares en el mes de los gatos:

FAMFEST

El fin de semana en que se celebra el Día del Niño arrancará Famfest, la nueva edición del festival de teatro familiar más importante del país y que organiza Teatro Mori.



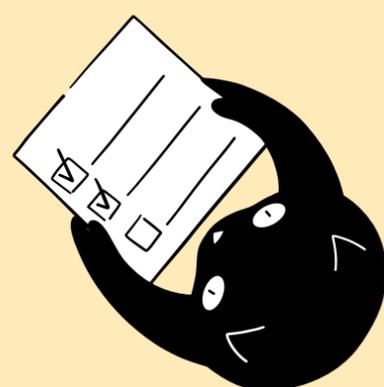
BOOKISHFEST

El Café Literario del Parque Bustamante presenta el regreso de "Bookish Fest en Neverland", que se realizará el próximo sábado 10 de agosto de 11:00 a 18:00 horas.



JUEGOS EN EL PARQUE

Un gran evento en el Parque Inés de Suárez para niños desde los 4 a los 12 años, donde podrán disfrutar de varias actividades inspiradas en el mundo del circo.





ALERTA DE TALLER ONLINE



¡Participa!

4 estrategias efectivas
para prevenir
la violencia digital
y el ciberacoso

Fecha:

Martes 20 de agosto

Horario:

16:00 a 17:00 hrs

Invita:



Inscríbete aquí:



SENDA Previene

En este Mes del Corazón, como equipo SENDA Previene de Providencia buscamos concientizar sobre la importancia de cuidar nuestra salud cardiovascular.

¿CÓMO INFLUYEN LAS DROGAS EN NUESTRA SALUD CARDIOVASCULAR?

Sustancias como las bebidas energéticas, la marihuana, el alcohol, y el tabaco (entre muchas otras) pueden aumentar la probabilidad de que una persona presente una enfermedad cardiovascular grave como infarto agudo de miocardio, a continuación les mostramos de qué manera impacta el consumo de algunas sustancias en la salud de nuestro corazón.

BEBIDAS ENERGÉTICAS

La cafeína sumada a la actividad de otros compuestos como son el azúcar y la taurina pueden estimular las contracciones del corazón, dando lugar a una elevación de la presión arterial, palpitaciones, incremento de la frecuencia cardíaca, arritmias, alteración de la actividad eléctrica cardíaca, incremento del gasto cardíaco, e incluso en casos graves, convulsiones o muerte súbita cardíaca.



MARIHUANA

Se ha comprobado que el cannabis en consumo agudo puede provocar efectos sobre la esfera cognitiva y psíquica. Sin embargo, también aparecen efectos cardiovasculares inmediatos como el incremento de la frecuencia cardíaca, un leve aumento de la presión arterial sistólica en posición supina (acostado boca arriba) y moderado descenso en pie.



ALCOHOL

El consumo regular de alcohol puede aumentar los niveles de colesterol, triglicéridos en la sangre, aumentando el riesgo de arritmias, dislipemias (aumento de grasas en la sangre), e hipertensión arterial.

TABACO

La probabilidad de morir de un evento cardiovascular es el doble en quienes fuman versus una persona que no lo hace. Si bien el consumo de tabaco provoca daños en nuestro sistema respiratorio (bronquitis crónica, tuberculosis, asma o cáncer pulmonar), también se ha asociado al agravamiento de condiciones como la hipertensión arterial o de gatillar enfermedades cardiovasculares.

COCAÍNA

Según un estudio realizado por la universidad de los andes, uno de cada 3 infartos en menores de 55 años en causado por la cocaína, esta droga produce vasoconstricción, que aumenta la fuerza de contracción del corazón; las arterias se engrasan, formando placas de colesterol y hay una mayor coagulación, que provoca trombosis dentro de las coronarias.



En Chile mueren más personas por enfermedades cardiovasculares que por cualquier otra causa, más de una cuarta parte de todas las muertes registradas se deben a estas enfermedades. Te invitamos a informarte respecto a tu salud cardiovascular y el fuerte impacto que tiene el consumo de sustancias en ella. Para más información puedes llamar al fono drogas **1412** o escanear el siguiente código QR.

