

**Lunes
14
de marzo**

Quinto de Primaria Educación Socioemocional

¿Quién dijo guácala?

Aprendizaje esperado: *integra sus habilidades personales para resguardar su integridad física ante sustancias tóxicas existentes en su entorno, las cuales provocan asco.*

Énfasis: *integra sus habilidades personales para resguardar su integridad física ante sustancias tóxicas existentes en su entorno, las cuales provocan asco.*

¿Qué vamos a aprender?

Integrarás tus habilidades personales para resguardar tu integridad física ante sustancias tóxicas existentes en tu entorno, las cuales provocan asco.

¿Qué hacemos?

El asco es desagradable, pero todas las emociones son necesarias en nuestra vida para desarrollarnos y ayudarnos en el aprendizaje, incluyendo esta.

En ocasiones hay alimentos que te desagradan y por esa razón te da la sensación de asco, aunque estén en buen estado. Es una reacción del cuerpo hacia algo que no te gusta.

¿Pero cómo puede ser que te de asco algo en buen estado? ¿No es ilógico?

No necesariamente, esto sucede por lo general cuando son alimentos nuevos y hasta desconocidos.

Por costumbre, comes lo que te dan en casa, pero ¿qué sucede cuando vas a otro lugar? Te ofrecen alimentos muy diferentes, locales y diversos, que se ven hasta exóticos. Como en Tabasco, que comen pejelagarto, un tipo de pez que a simple vista no es nada atractivo.

En países como China o Tailandia consumen alimentos como el alacrán.

A eso se le llama diversidad cultural, y no es mejor una que otra, pero al presentarnos alimentos que no estamos acostumbrados a comer, los rechazamos automáticamente y sentimos asco.

El asco no solo es a olores, sino también a cosas que vemos, ¡como la comida!

¡Y no solo eso! Es una emoción que te ayuda tanto, no solo por la salud sino también para evitar o rechazar situaciones que no van acorde con los valores universales. Las actitudes que no aceptamos también nos pueden generar una sensación desagradable de rechazo, indignación y asco.

Voy a ponerte el ejemplo de algo que en realidad pasó al inicio de la pandemia. Algunas personas no estaban informadas de cómo se transmite el coronavirus y en lugar de valorar el trabajo del personal de salud, agredieron a médicos y enfermeras por temor a que los contagiaran, incluso en algunos lugares recibían amenazas.

Es una reacción ante lo desagradable, ante situaciones de injusticia, discriminación o violencia.

¿Qué sientes cuando en las noticias pasan una situación de injusticia o de maltrato hacia alguien? Probablemente es asco. ¿Y de qué sirve?

Siempre es preventivo, al ser actitudes que generan asco, sin dudar las rechazas, así como evitas los alimentos en descomposición, evitas esas pésimas conductas.

El asco es una emoción muy completa. Te aleja de lugares, sustancias, situaciones y comportamientos que afectan a otras personas, incluso a los animales.

Tengo un cuento ideal para esto. Te invito a leerlo con atención:

Había un camaleón que vivía solo en un tronco a un lado de un río. Un día, un niño lo vio y le pareció tan simpático que lo guardó en una latita y se lo llevó al jardín de su casa.

Alfonso: Desde que sus ojos saltones vieron ese nuevo hogar, el camaleón se enamoró, había muchas plantas y flores. Tenía bancos de madera e incluso una hamaca, lo mejor era la pequeña fuente que parecía una laguna.

Además, el camaleón no era el único habitante de este maravilloso jardín, había caracoles, mariposas, una vieja tortuga y una gatita perezosa, también había pericos que vivían en los árboles y un coqueto colibrí que visitaba cada flor todos los días, aleteando sus alas a gran velocidad. ¡Todo era tan lindo y desconocido!

Emocionado, el camaleón empezó a recorrer cada rincón del jardín, feliz por conocer nuevas amigas y amigos, para su sorpresa, tuvo una desafortunada bienvenida, ya que todas las criaturas del jardín jamás habían puesto sus ojos en un camaleón.

¡Está lleno de manchas raras, qué asco! Sus ojos son extraños y muy pequeños, ¿Vieron sus patitas? ¿Y su color? ¡Parece que está podrido!

El camaleón se puso muy triste al escuchar lo que los demás animales e insectos decían, peor aún se sintió cuando además de comentar de su apariencia también lo sospechaban de su personalidad. ¡Es un burlón porque siempre saca la lengua! ¡Y miren como cambia de color a cada rato, seguro esconde algo!

Poco sabían que el camaleón sacaba su lengua para alimentarse de insectos, no para burlarse de nadie. Que sus cambios de color eran para regular su temperatura o para esconderse de algún peligro, pero como nadie se tomó la molestia de preguntarle ni de conocerlo bien, no tuvo más que aguantar su soledad.

Para hacerlo, se metió dentro de un agujero y trató de salir lo menos posible para no molestar a nadie, pero todo cambió en verano.

Alguien había dejado algo de comida abandonada, y al echarse a perder comenzó a tener un molesto olor y lo peor de todo, trajo una invasión de moscas y gusanos que amenazaban el balance de tan bello jardín. Los gusanos devoraban las flores ante las miradas aterrorizadas de las mariposas y el colibrí. Las moscas esparcían enfermedades desde la podredumbre. Todos los animalitos estaban asqueados.

Sin embargo, ¡el camaleón estaba feliz! Tenía muchísima hambre después de haber estado encerrado tanto tiempo, así que, dispuesto a darse un manjar salió, persiguió y comió a cuanta mosca y gusano se le cruzaba en el camino.

Los demás animales vieron el resultado de inmediato: la lengua de aquel animal que tanto les daba asco era su mejor amiga. ¡Nos salvó! ¡Hay que agradecerle!

Juntos, los animales del jardín se acercaron al camaleón para agradecerle, y el camaleón, aunque no entendía por qué le agradecían, sonreía con todo su corazón. No tienen que agradecer, para mí fue todo un manjar comer.

Un pajarito dijo, ¿Comer? ¡Pensamos que esa lengua era de burla! Y que cambiabas de color porque tenías algo que esconder. El camaleón se rio a carcajadas, pues ahora entendía que todo era un malentendido.

Los animales se quedaron muy serios, se miraban unos a otros apenados. La primera en dar un paso al frente fue Nina, la gatita. Cabizbaja, le dijo al camaleón “Te debemos una disculpa”.

El camaleón sonrió, dispuesto a darles una segunda oportunidad a sus vecinos, a partir de ahí todo cambió. ¡Y más cuando llegó una lagartija! A quien los animalitos del jardín vieron de nuevo como algo raro y asqueroso, pero gracias al camaleón se acercaron para presentarse y darle la bienvenida.

Lo mejor es que pudieron cambiar la emoción del asco por la emoción de la alegría.

También sirve para identificar algo que puede hacerte daño, o cuando se trata de algo que simplemente no entiendes o no conoces.

No es lo mismo sentir asco por algo sin explicación, desagradable o desconocido que puede no gustarte. A sentir asco de algo bastante peligroso, que nos pone en alerta porque puede convertirse en un peligro para la salud, como por ejemplo las sustancias tóxicas como el cloro, amoníaco e insecticidas.

¿Hay alguna manera de saber qué sustancias son peligrosas para todos?

¡Sí! Existen varios símbolos y señalamientos que sirven para informar sobre los riesgos, por ejemplo, en el cloro.

Por eso es muy importante no guardar en casa sustancias peligrosas en envases de alimentos o bebidas, además de que debes poner una etiqueta que diga lo que contiene.

¡Y siempre oler antes de probar!

Observa el siguiente video.

1. Don Leopoldo y Cupertino – Asco.

<https://youtu.be/cPqE7b3cgco>

A través del asco puedes identificar las sustancias y alimentos que pueden ser riesgosos para tu salud así mismo también puedes identificar cuándo gracias al asco rechazas situaciones sociales que no se ajustan a tus valores. El asco también puede darse cuando ves algo diferente que no conoces.

El reto de hoy:

Identifica en casa, las sustancias que son peligrosas y pide apoyo de los adultos para poner etiquetas o letreros en ellas, asegurándose de que nadie las pueda confundir.

Luego, escribe en tu diario de emociones lo siguiente, ¿Para qué te sirve la emoción del asco? y ¿En qué situaciones se presenta?

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533117/5o_Cuaderno_PNCE_2019.pdf