



PERÚ

Ministerio de
Educación

UGEL N° 04
AGEBRE

CON VOCACIÓN, ARTICULACIÓN E INNOVACIÓN
CONSTRUIMOS ESCUELAS DE LA CONFIANZA

Leemos Expresamos Aprendemos

Semana N°5

Del 06 de mayo al 12 de mayo



**Secundaria
VII CICLO
(3° - 4° - 5°
GRADO)**

2024

Mochilas escolares casi duplican el peso recomendado: 200 niños al mes sufren graves efectos

Una maleta no debe exceder el 10% del peso corporal de un escolar. Sin embargo, un experimento de este Diario comprobó que estudiantes de colegios públicos y privados soportan pesos desmedidos sobre sus hombros y espaldas. Las consecuencias pueden ser irreversibles.

"Mi maleta pesa como si tuviera piedras". Esta es una de las frases más usadas por los estudiantes de colegios cuando sienten una gran carga sobre sus hombros y espaldas debido a los libros y cuadernos que llevan. Pero, sin exageración alguna, este factor debe ser tomado en cuenta con seriedad.

El Dr. Harold Castillo, emergencista de EsSalud, explicó a El Comercio que el peso de una mochila no debe superar el 10% del peso corporal del niño o adolescente. Entonces, si el alumno pesa 50 kg, el peso de la mochila no debería exceder los 5 kg.

Entre los casos más grave que se encontró fue el de un estudiante de quinto de secundaria del colegio Salesiano de Breña. La balanza registró que la maleta que lleva cada viernes pesa 11,2 kg. *"Hoy me toca Inglés, Comunicación, Matemáticas y Educación Cívica. Por cada curso me piden un libro y un cuaderno. Yo peso 62 kg"*, dijo el estudiante.

Otro escolar de sexto de primaria del colegio El Buen Pastor de Los Olivos carga 6,6 kg todos los lunes. *"Mi hijo sube escaleras para llegar a su salón con este peso en la espalda. Él pesa 41 kg. El colegio debe analizar cuánto peso involucra el material que piden para que los alumnos no sufran"*, dijo su papá.

¿Cuáles son las graves consecuencias de cargar una maleta pesada?

Karen Amaya, jefa del departamento de amputados, quemados y trastornos posturales del Instituto Nacional de Rehabilitación (INR), informó a El Comercio que dicho establecimiento atiende 200 casos mensuales de niños y adolescentes con mala postura. *"El año pasado, atendimos 1.963 casos graves de escolares"*, expresó.

Castillo, por su lado, indicó que el mal uso de las mochilas y cargar un peso excesivo en ellas ocasiona contracturas musculares en toda la zona torácica del cuerpo: hombros, cuello y espalda. *"También son comunes la dorsalgia, el dolor en la parte central de la espalda, y la lumbalgia, que genera dolor en la región lumbar, entre las costillas y los glúteos"*, explicó.

Amaya, en tanto, explicó qué algunos trastornos de la columna pueden ser irremediables. *"Si esto persiste hasta una edad cercana a la etapa de maduración esquelética de la columna, entre los 17 a 18 años, puede padecer hiperfisisis y escoliosis. Estas desviaciones de la columna pueden ser irreversibles"*, detalló.

¡Ahora, desafía tu comprensión!

Si es necesario debes volver a leer el texto.



Capacidad: Obtiene información del texto escrito (el estudiante localiza y selecciona información explícita en el texto)

- 1. Según el texto, ¿uno de los enunciados no corresponde a la noticia?**

- 2. ¿Cuál de estos términos refiere a una desviación de la columna?**

- 3. ¿Qué significa INR?**

Capacidad: Infiere e interpreta información del texto (el estudiante construye el sentido del texto)

- 4. Lee la siguiente expresión:**

"Mi maleta pesa como si tuviera piedras".

¿A qué figura literaria alude la expresión?

- 5. ¿Cuál es el propósito principal del texto?**

- 6. ¿De qué trata principalmente el texto?**

- 7. Según el texto, si un estudiante pesa 62 kg, ¿cuánto debería pesar su mochila?**

Capacidad: Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto

- 8. ¿Qué estrategias y/o acciones propondrías para aliviar el peso excesivo de una mochila? Explica.**

- 9. ¿Consideras que es importante la difusión de esta noticia? ¿Por qué?**

- 10. ¿Por qué el autor de la nota ha considerado testimonios de estudiantes y padres de familia?**

¡En la UGEL 04, mejoramos nuestra comprensión lectora con la estrategia LEA!