



## Bingo de Salud y Seguridad en Línea



**Función de Apoyo a la Recuperación de Servicios Sociales y de Salud**



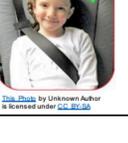
# Trasfondo

- Esta actividad fue parte de una iniciativa de “*Healthy Homes*” y se desarrolló en colaboración con el Programa de Asma del Departamento de Salud.
- Se crearon tres versiones del juego; para niños, jóvenes y adultos y adultos de edad avanzada.
- El Bingo de Salud y Seguridad es una herramienta educativa para organizaciones trabajando con poblaciones vulnerables.
- Este juego se adaptó a una plataforma en línea, por lo que se puede jugar de forma remota.





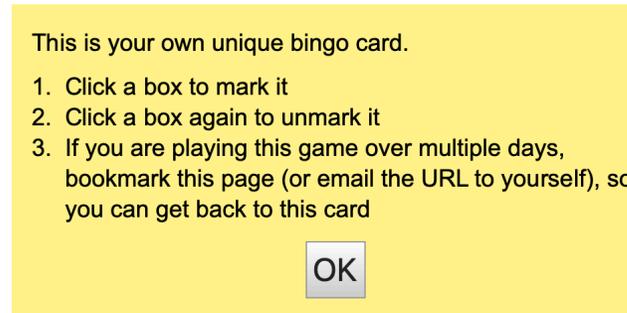
# ¿Cómo se facilita el juego? 1/3

A	B	C	D
			
			Gratis
			NIÑOS <b>BINGO</b> ¡VAMOS A JUGAR!
			

1. Tiene que haber una persona que facilite el juego (haciendo preguntas y proporcionando respuestas de discusión).
2. Todos los participantes pueden entrar al juego de BINGO en línea usando el enlace para el juego específico.
  - No hay límite en cuántas personas pueden jugar o cuántas veces se puede usar el enlace.

# ¿Cómo se facilita el juego? 2/3

3. Una vez los participantes accedan al enlace y generen su tablero, el facilitador del juego explicará las instrucciones en inglés producidas por el sistema. Incluimos la traducción en la Guía del facilitador.



4. El facilitador explica que cada dibujo está conectado a un tema de prevención de salud y seguridad, que se discutirá mientras se juega.



# ¿Cómo se facilita el juego? 3/3

5. El facilitador lee las preguntas en cualquier orden hasta que uno de los participantes cubra una línea completa en su tablero de BINGO.
6. Al ser un juego breve, no se puede hacer todas las preguntas en una sola ronda, ya que todos los tableros tienen las mismas imágenes. Recomendamos que se limiten las preguntas por ronda a máximo de:
  - 10 preguntas para los Bingos de niños y adultos mayores
  - 15 preguntas para el Bingo jóvenes y adultos.
7. De acuerdo con nuestras pruebas, algún jugador debería decir BINGO dentro de ese número de preguntas, pero en caso de no suceder solicite a los jugadores que generen una nueva tarjeta.



## Asma Bingo para Adultos

### Guía de Preguntas y Respuestas

1) **¿Qué miembro de la familia no debe entrar en el cuarto de un niño con asma?**

- El gato

**Discusión:** Las mascotas tienen pelaje, el cual se aloja en la cama de los niños y puede afectar su sistema respiratorio. Es importante explicarles a los niños que su mascota tiene su lugar de dormir, que es diferente al lugar en donde duerme el niño. Las mascotas forman una parte importante en la salud emocional de los niños, por lo que debemos explicarles con calma la razón por la que no deben permitir que las mascotas entren al cuarto.

2) **Los medicamentos para el control del asma son para uso rutinario y para rescate. Este aparato debe usarse con el inhalador para que el medicamento se administre mejor.**

- Cámara espaciadora (spacer)

**Discusión:** Hoy día es recomendado utilizar una cámara espaciadora junto con el inhalador para asegurar que el medicamento sea administrado correctamente. Es importante hablar con el médico de su niño para que le explique la manera correcta de utilizar este aparato.

3) **Causa asma y aunque en Puerto Rico se ve todo el año, hay unos meses en donde es más alta su temporada**

- Polen

**Discusión:** En Puerto Rico, debido a que no tenemos estaciones tan marcadas, podemos ver que tenemos plantas todo el año, pero es importante que tomemos en consideración los momentos en los que el polen y las esporas de hongo se encuentran en un nivel más alto. Según los estudios realizados por el Doctor Bolaños de la Universidad de Puerto Rico, luego de los huracanes Irma y María el polen en la isla se ha mantenido más alto de lo normal. Una buena práctica para cuidar de la salud respiratoria es verificar el nivel de alérgenos durante un día específico y utilizar esta información para determinar los planes a realizarse ese día. La universidad de Puerto Rico cuenta con el equipo de monitoreo para estos alérgenos y nos proveen esta información diariamente.

4) **La saliva, el excremento y el cuerpo de este insecto común pueden provocar asma.**

- Cucarachas

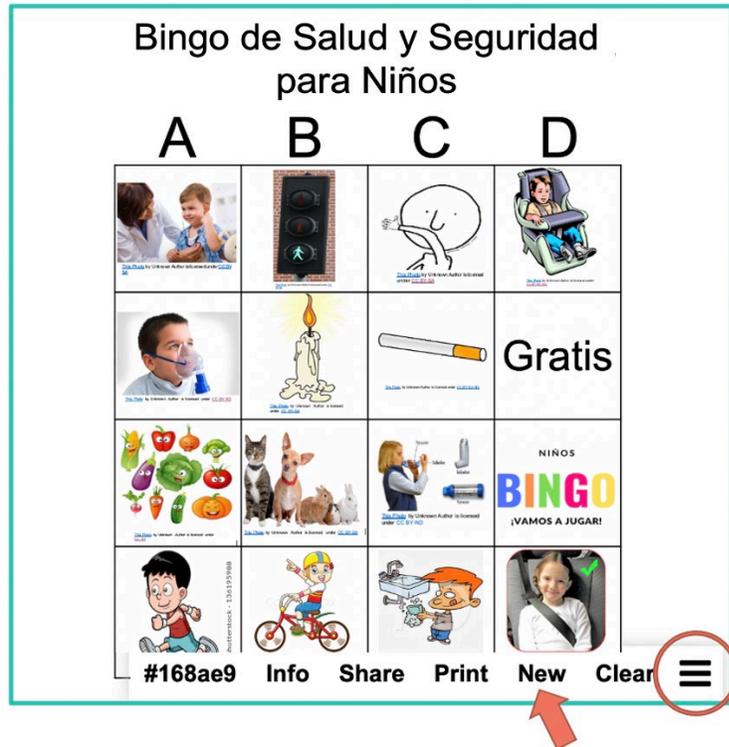
**Discusión:** Aunque muchas personas piensan que las cucarachas son inofensivas, más allá del asco que provoca en algunas personas, este animal puede provocar asma. Las personas con condiciones respiratorias deben mantener hábitos de higiene que eviten la propagación de esta plaga. Una buena práctica para evitar que estas amigas indeseadas entren al hogar es limpiar la cocina cada vez que se termine de cocinar y evitar dejar platos sin fregar en el área del fregadero.

# Guía de Preguntas y Respuestas





# Para obtener una tarjeta nueva



1. Presionar las tres barras en la esquina inferior derecha de la pantalla para acceder al menú de opciones y seleccionar “new”.
2. Reingresar al enlace y generar un nuevo tablero de BINGO.



# Recopilación de Datos

- Esta actividad provee una buena oportunidad para hacer una encuesta de impacto.
- Al finalizar el juego, los facilitadores pueden recopilar información sobre el número de participantes, grupo de edad, municipio, opinión de los participantes, o cualquier otro indicador relevante para su institución.
- Este tipo de encuestas se pueden crear con Microsoft Forms o utilizando plataformas gratuitas disponibles en el internet.



# ¡Gracias!

