



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**

**COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES**



**COMISIÓN PARA LA REVISIÓN Y ACTUALIZACIÓN DE LOS PROGRAMAS DE CIENCIAS DE LA SALUD I Y II**

**PROGRAMAS DE CIENCIAS DE LA SALUD I y II  
MODIFICACIONES GENERALES A LAS UNIDADES**

*Azcapotzalco*

María de Jesús Badillo Romero

Nicolás Vargas Reina

*Naucalpan*

Jesús Gómez Tagle Leyva

*Vallejo*

Martha Silvia Castillo Trejo

Alicia López Montes de Oca

*Oriente*

María Eugenia Jiménez Reyes

Sergio Quevedo Bonilla

*Sur*

Luis Arnulfo Santiago Hidalgo

MAYO 2013

## **ASIGNATURA**

*CIENCIAS DE LA SALUD I Y II.*

## **PRESENTACIÓN**

Como producto de la revisión y actualización (2013) se presentan los programas de Ciencias de la Salud I y II, que constituyen uno de los instrumentos mediante el cual los profesores y la institución contribuyen al logro del perfil de egreso de los estudiantes, de acuerdo con lo que establece el Modelo Educativo del Colegio.

El Colegio de Ciencias y Humanidades dispone de un modelo educativo que responde a las políticas educativas, a los programas y a los proyectos que en materia educativa dicta la institución. El modelo del Colegio se caracteriza por cuatro ejes que son: la noción de cultura básica, la organización académica por Áreas, el alumno como actor de su formación y el profesor como orientador del aprendizaje.

La noción de cultura básica significa, que al egresar los alumnos deben contar con suficientes habilidades intelectuales, destrezas, capacidades, y bases metodológicas, como la investigación, experimental o de campo, así como una sólida instrucción en el campo de la salud; lo que le permitirá seguir aprendiendo, para desarrollarse como un ciudadano comprometido consigo mismo y con los demás, así como con su entorno.

La organización académica por áreas, significa que el contenido de la cultura básica se organiza y distribuye en las diferentes materias que articulan las cuatro Áreas y los diferentes departamentos: experimentales, talleres, histórico-social y matemáticas. En conjunto, las áreas agrupan aquellos conocimientos que permiten una visión humanista de la ciencia y la naturaleza, al mismo tiempo que una visión científica de los problemas del ser humano en sociedad.

El alumno como actor de su formación, significa colocar en el centro de todas las actividades del Colegio a los estudiantes.

El profesor como orientador del aprendizaje, significa contar con un modelo de docencia que desarrolle y fortalezca las habilidades de saber planear, instrumentar y evaluar lo realizado por los alumnos, tanto en clase como fuera de ella; ser capaz de actuar como facilitador del aprendizaje con conocimientos de calidad, adaptando y creando materiales didácticos y lo más importante, realimente el aprendizaje de los estudiantes de manera cotidiana.

En el documento: lineamientos generales para las comisiones de Actualización de los Programas de Estudio, se señala “éstos (programas) son la expresión concreta de las aspiraciones de un plan de estudios...”, los cuales marcan en forma efectiva, la correspondencia y “articulación entre el ideal del alumno que queremos que egrese al finalizar sus estudios y lo que se espera ocurra en el aula para lograrlo”.

El plan de estudios del Colegio de Ciencias y Humanidades plantea dos tipos de asignaturas: las básicas en los cuatro primeros semestres y las optativas en los dos últimos. En esta última categoría se encuentra Ciencias de la Salud. Su contribución radica en la formación integral del alumno al ampliar y profundizar los conceptos y aprendizajes básicos adquiridos en otras asignaturas del área de Ciencias Experimentales, de forma vertical y de las otras áreas en forma transversal. Lo que le permitirá tener una mayor comprensión de la salud integral, así como bases para cursar con éxito sus estudios de licenciatura.

Las Ciencias de la Salud se caracterizan por tener como objeto de estudio a la salud del ser humano, por lo que su atención se centraliza en aplicar métodos y estrategias para aprender a reconocer la dinámica con que se manejan las poblaciones actuales y sus requerimientos en este ámbito. Partiendo de que la salud humana implica una percepción de bienestar físico, mental y social que permite desarrollar el potencial de cada individuo para responder con objetividad y conocimiento a las oportunidades y retos del futuro.

El aprender a conocer e integrar una cultura de salud desde la materia no sólo supone que el alumno caracterice aspectos de anatomía, fisiología y otras disciplinas afines, sino que va más allá, pues implica que éste incorpore a su manera de pensar, de ser y de actuar toda una gama de elementos necesarios para desenvolverse con éxito en su vida diaria y comprender la importancia que representa para su futuro la promoción y prevención de la salud.

### **RELACIONES CON EL ÁREA Y CON OTRAS ASIGNATURAS**

Ciencias de la Salud como materia no tiene antecedentes en el Colegio, por lo que su función educativa se centra principalmente en desarrollar una cultura de salud en el alumno, fomentar el autocuidado, la promoción de su salud y a la par, contribuir con una formación propedéutica para la realización de estudios profesionales en el área químico biológica y de la salud.

Ciencias de la salud son asignaturas cuya función principal es privilegiar que los alumnos desarrollen conocimientos, habilidades y actitudes bajo la perspectiva de los principios que sustentan el Modelo Educativo del Colegio y le dan forma al Plan de estudios, es decir, se requiere llevar a cabo actividades que permitan aprender a aprender, aprender a ser, aprender a hacer y recientemente incluida como una prioridad social por la UNESCO, aprender a convivir.

Como se menciona, ésta materia está dentro del área de ciencias experimentales y por tanto, su relación vertical será en todo momento con las asignaturas que la conforman: física, química, biología y psicología; aunque por ser una disciplina que maneja e integra los dos métodos y los dos lenguajes que dan sustento al modelo educativo del colegio, su relación se extiende más allá del mero conocimiento de aspectos biomédicos, e incluye por tanto ramas del conocimiento que pertenecen a las otras áreas: historia, sociología, antropología, derecho, estadística, taller de lectura y redacción, etc., en una relación horizontal e integral.

Por ello, consideramos que las Ciencias de la Salud son las más humanas de las ciencias y las más científicas de las humanidades. Los procesos de salud-enfermedad abarcan un gran número de factores del orden biopsicosocial, por lo que es importante considerarlos como un complejo que indefectiblemente requiere de conocimientos tanto del Área científica como de la humanística.

### **ENFOQUES DISCIPLINARIO Y DIDÁCTICO**

El enfoque es una manera de tratar un tema para organizarlo y darle coherencia como cuerpo de conocimientos, es decir, es la perspectiva desde la cual se estructuran los contenidos y se propone la metodología para que los alumnos, en su metacognición, se apropien de conocimientos racionalmente fundados en conceptos, habilidades, actitudes y valores (1).

Las ciencias son producto de las formas de pensar del individuo, a partir de las interpretaciones que hace de su mundo, y representan una actividad sociocultural de importantes repercusiones en el desarrollo de la humanidad; no se limitan, por lo tanto, meramente a conocimientos o informaciones y a procedimientos, sino que afectan a las posiciones del individuo frente al mundo que lo rodea. Por ello, es importante subrayar la presencia de las Ciencias de la salud en la cultura, no como un agregado, sino como parte integral de la misma (2).

Así, las ciencias de la salud son parte importante e integral de la cultura y desarrollo humano, producto de la sociedad y al mismo tiempo contribuyen al enriquecimiento y mejoramiento de su entorno; por tanto, cualquier ciudadano, sea o no científico, necesita una cierta comprensión de la ciencia, de sus posibilidades y límites.

El estado de salud de las personas tiene que ver con sus propios comportamientos y actitudes, en este sentido representan un papel preponderante los hábitos y costumbres susceptibles de modificación que conforman sus estilos de vida. A través de múltiples consensos al interior de la materia, se ha llegado al planteamiento de que el enfoque de Ciencias de la Salud es preventivo, entendido como la promoción de la salud en los alumnos para el logro de mejores estilos de vida que a futuro le permitan elevar o mejorar su calidad de vida.

Por ello, las temáticas y muy especialmente los aprendizajes en los programas de Ciencias de la Salud I y II se orientan a la conformación del valor de la salud y pone énfasis en el autocuidado, mediante la adquisición de conocimientos, el desarrollo de comportamientos positivos así como la integración de valores para que los alumnos se responsabilicen de su salud, difundiéndolo a su familia y comunidad. Para ello deben ser

capaces de comunicar, tomar decisiones y adoptar actitudes relacionadas con el cuidado y promoción de la salud. Se busca empoderarlos para que sean ellos mismos los que fijen el derrotero de su entorno en el ámbito de la salud.

Por otro lado, en Ciencias de la Salud al igual que en las materias del área, debemos considerar que el aprendizaje del alumno es gradual y continuo, en donde el nuevo aprendizaje se construye sobre el anterior, en donde lo que va a aprenderse, debe verse en términos de lo que ya se conoce y se puede comprender, para que las nuevas experiencias puedan reestructurarse y acomodarse al ser asimiladas. Es por esto que se propone que el enfoque didáctico que permea a Ciencias de la Salud y en general al Colegio, tenga que ver con la propuesta de que el alumno vaya construyendo el conocimiento de manera gradual, donde las explicaciones, los procedimientos y los cambios conseguidos sean la base a partir de la cual se logrará el aprendizaje de nuevos conceptos, principios, habilidades, actitudes y valores más complejos y profundos. De allí que, para facilitar la construcción del conocimiento, es importante la utilización de estrategias que promuevan el aprendizaje significativo, es decir, que propicien el proceso a través del cual una nueva información se relaciona de manera sustantiva con los conocimientos previos de alumno. Todo esto, con el propósito de permitir entre los alumnos una mayor libertad de pensamiento, lograr nuevos aprendizajes, relacionar lo aprendido con situaciones del contexto histórico-social actual.

Como el sujeto principal del proceso enseñanza-aprendizaje es el alumno, todo lo que se realice en el aula y fuera de ella (estrategias), deberá organizarse tomando en consideración edad, sexo, intereses, riesgos biopsicosociales y antecedentes académicos. Además no debemos olvidar que el alumno es un ente histórico y que a partir de allí construye sus propias concepciones e ideas respecto de la salud y los fenómenos naturales que le rodean, por lo que será capaz de reestructurar científicamente esas ideas que en todo momento propicien cuestionamientos que pongan en juego sus diversas formas de pensar y razonar.

El otro actor del proceso enseñanza-aprendizaje importante es el profesor, el cual debe hacer explícito a los alumnos lo que se pretende con la actividad a realizar, debe ser un facilitador del conocimiento más que un mero informador. Deberá estimular a los alumnos en el planteamiento de problemas y alentarlos para que asuman la responsabilidad de su propio aprendizaje. Su función es orientar a los educandos para que puedan relacionar adecuadamente sus conocimientos previos con la nueva información que es objeto de estudio; como mediador entre el alumno, los contenidos y aprendizajes de enseñanza que se establecen para cada unidad del programa.

Para lograr lo anterior, se requiere de capacitación y actualización de los profesores de la materia en el ámbito disciplinario y pedagógico, específico para las temáticas propuestas en los Programas de Ciencias de la salud.

### **CONTRIBUCIÓN AL PERFIL DEL EGRESADO**

En función de las concepciones pedagógicas del bachillerato del Colegio que se resumen en los principios de aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser, las Ciencias de la salud contribuyen a que el alumno logre una mejor percepción de la salud asumiendo que es capaz de indagar, socializar lo aprendido, y a incorporar a su vida diaria las recomendaciones que la ciencia ofrece a nuestra materia. La concreción de

estos paradigmas ha de permitir una comprensión más acabada de la Salud, que como valor se expresa en los ámbitos Biológico y emocional, así como de participación Social.

En congruencia con el Plan de Estudios las Ciencias de la Salud en nuestro bachillerato considera que el alumno que egresa es un individuo con formación científica y humanística, comprometido con valores, que aprendió a aprender, a hacer y a ser, que tiene visión de conjunto de las distintas disciplinas y sabe relacionarlas con la Salud. Un individuo que sabe buscar y utilizar la información, que plantea problemas y formula hipótesis, que funda con responsabilidad y rigor sus conocimientos, que tiene un pensamiento lógico, reflexivo, crítico y flexible, que aprecia y valora la salud como elemento indispensable para el bienestar, que le da importancia a la tecnología y sus avances.

La parte medular de las aportaciones que la materia de Ciencias de la Salud proporciona al egresado, se materializa en la adquisición de una Cultura básica de salud, mostrando al riesgo como parte inherente de la vida del adolescente. Este enfoque de riesgo y prevención, congruente con los planteamientos recogidos en los diferentes Foros, orientan a que el alumno identifique que la prevención a través de la promoción de la Salud, es factor básico para una mejor concepción de su salud. Los Programas de Ciencias de la salud se orientan hacia una formación humanista y científica basada en la promoción de conocimientos y valores del ser humano, tanto en lo biológico, social y emocional, como en lo individual y colectivo.

Por tanto, los programas de Ciencias de la Salud en concordancia con el Plan de Estudios del Colegio pretenden que los alumnos que cursen la materia integren conceptos, habilidades, actitudes y valores que incidan favorablemente en su manera de ser, de hacer y de pensar, así mismo que modifiquen su perspectiva del mundo y posicionen a la salud como un elemento básico e indefectible para el avance personal, social y económico del país. Para ello, las actividades que se realicen en el aula deberán responder a las necesidades e intereses de los alumnos de hoy con conocimientos y habilidades propias de la ciencia en general y de las ciencias de la salud en su conjunto, tanto en el área natural como en la social, para que en su tránsito por el Colegio, tengamos a futuro mejores ciudadanos.

#### **CONCRECIÓN EN LA MATERIA DE LOS PRINCIPIOS DEL COLEGIO.**

La pedagogía del Modelo Educativo del CCH está vigente, en él encontramos los elementos necesarios para contribuir a una formación humanista y científica basada en la promoción de los mejores valores del ser humano, tanto en lo social como en lo individual. Las concepciones pedagógicas del bachillerato del Colegio que se resumen en los principios de *aprender a aprender*, *aprender a hacer* y *aprender a ser*, siguen orientando el quehacer educativo del Colegio, y coadyuvan al logro de un principio más fundamental, el de *aprender a convivir*. Así, el enfoque

de los programas de Ciencias de la Salud se orienta a la consolidación de estas concepciones pedagógicas, para incidir de manera significativa en los propósitos del Programa y de manera paralela nuestro bachillerato.

*Aprender a aprender* significa que debemos impulsar una enseñanza tendiente a la autonomía de los alumnos en la conformación de su saber. Esta concepción tiene gran relevancia en el mundo contemporáneo, caracterizado por contextos dinámicamente cambiantes y con exigencias de adquisición sistemática de nuevos conocimientos, por ello, la formación escolar debe poner en primer término al estudiante como constructor de sus conocimientos y debe proveerlo de métodos y habilidades para lograrlo.

*Aprender a hacer* significa, en el desarrollo de los programas de Ciencias de la Salud, el impulso de procedimientos de trabajo, tanto individuales como colaborativos, que permitan a los alumnos apropiarse de estrategias de aprendizaje y a elaborar las suyas para analizar, sintetizar, inducir, deducir y exponer información obtenida tanto de fuentes documentales y experimentales, como de su propia experiencia. Lo anterior se ve reflejado cuando consulta textos básicos de la disciplina y, en algunos casos, textos complementarios, revistas y del Internet, supone saber las dos habilidades básicas de todo estudiante: leer y escribir, esto es, entender correctamente lo que se lee y poder plasmarlo en forma escrita. Para ello, en el desarrollo de los cursos se debe supervisar la comprensión de lo que se consulta y proveer al alumno de recursos para que lo haga con eficiencia. También, es necesario contribuir a la adquisición de estrategias para saber buscar información tanto en fuentes documentales como en medios electrónicos y revisar con detenimiento sus escritos para poder contribuir al logro de mejores textos.

*Aprender a ser* significa propiciar en los alumnos la formación de valores que sirvan de referencia y, por ello, perfeccionen sus actitudes en los diferentes medios donde se desarrollen en la vida social, política y laboral, así como en el entorno natural. Algunos ejemplos de valores como libertad, respeto, responsabilidad, tolerancia, justicia, honestidad y solidaridad deben ser promovidos e impulsados, principalmente por los docentes, de forma cotidiana en el espacio escolar. Los programas de Ciencias de la Salud son fecundos para el desarrollo de actitudes fundadas en los valores mencionados, destacando su importancia al hacerlo explícito, durante las diversas actividades docentes, con pertinencia y con base en una didáctica propia del Colegio de Ciencias y Humanidades.

Para concretar los principios de *aprender a aprender*, *aprender a hacer*, *aprender a ser* y *aprender a convivir*, se propone organizar el proceso de aprendizaje a través de situaciones problema de interés para el estudiante y que a la vez favorezcan un proceso de construcción del conocimiento, mediante la búsqueda de información documental, trabajo de campo, interpretación y sistematización de resultados, solución de problemas, redacción de informes, entre otros, que le permitan dar respuesta a interrogantes concretas a sus intereses académicos y sociales.

## **PROPÓSITOS GENERALES DE LA MATERIA.**

**Para contribuir a la formación de los estudiantes, los cursos de Ciencias de la Salud I y II se plantean como propósitos educativos que el alumno:**

- + Desarrolle habilidades, actitudes y valores que le permitan modificar su concepción del mundo y valoren la salud como un elemento básico para el avance social y económico del país.
- + Reconoce que las ciencias de la salud utilizan el método científico experimental orientado hacia la comprensión del proceso salud-enfermedad y la identificación de factores de riesgo más frecuentes en la adolescencia.
- + Interprete el significado de la salud integral, desde la perspectiva de la Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud a fin de integrar un concepto más amplio de salud.
- + Desarrolle habilidades, actitudes y valores que le permitan modificar sus hábitos y costumbres alimentarios.
- + Desarrolle con fundamentos teóricos y científicos, habilidades, actitudes y valores para un ejercicio responsable de la sexualidad.
- + Explique los beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la recreación, que le permitan hacer un mejor uso de su tiempo libre.

## **EVALUACIÓN**

Toda evaluación tiene que mostrar las evidencias de aprendizaje logradas por los alumnos. De esta manera, debe proveer al profesor de herramientas para determinar lo más objetivamente posible el resultado del aprendizaje que hará a futuro que los estudiantes entiendan los conceptos y problemas de salud. Además de comparar distintos datos para llegar a una opinión, uso adecuado del lenguaje científico y elaboración de puntos de vista fundamentados sobre diversos problemas, entre otros.

Proponemos que la evaluación contemple los tres momentos de todo proceso enseñanza-aprendizaje para considerarla integral: diagnóstica, formativa y sumativa.



La evaluación diagnóstica servirá para detectar los preconceptos de los alumnos. Esta evaluación deberá aplicarse al inicio del curso y al iniciar cada fase del programa, de manera que podamos contar con información útil que permita tomar decisiones en relación a nivel de profundidad en el proceso y optar por las estrategias didácticas más idóneas para el logro de los aprendizajes.

La evaluación formativa tiene la finalidad de detectar y promover los aprendizajes, así como valorar la eficacia de las actividades y los recursos didácticos utilizados. Deberá aplicarse a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que nos permite observar y registrar evidencias que faciliten un seguimiento de los avances y dificultades del proceso en cuanto a conceptos, principios, habilidades, actitudes y valores para el logro de aprendizajes perdurables, en el campo de la salud individual y colectiva.

La evaluación sumativa permite valorar el nivel de dominio alcanzado por los alumnos en relación con los aprendizajes y temáticas planteados en el programa. Esta evaluación deberá aplicarse al terminar cada tema o unidad, para que pueda utilizarse como proceso de retroalimentación en el que se le señalen aciertos, fallas y sugerencias que le permitan al alumno mejorar conocimientos habilidades y actitudes para que finalmente se le pueda asignar una calificación.

Los procedimientos que se proponen y que pueden utilizarse para los diferentes contenidos de los Programas de Ciencias de la Salud I y II, sobre el tratamiento de la información y para lograr aprendizajes significativos, son:

CONTENIDOS	PROCEDIMIENTOS
Adquisición.	* Observación. * Búsqueda de la información. * Selección de la información. * Repaso y retención.
Interpretación.	* Decodificación o traducción de la información. * Aplicación de modelos para interpretar situaciones.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Uso de analogías y metáforas.</li> </ul>
Comprensión y organización.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Comprensión del discurso oral y escrito.</li> <li>* Establecimiento de relaciones conceptuales.</li> <li>* Organización conceptual.</li> </ul>
Análisis y razonamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Análisis y comparación de modelos.</li> <li>* Razonamiento y realización de inferencias.</li> <li>* Investigación y solución de problemas.</li> </ul>
Comunicación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Expresión oral.</li> <li>* Expresión escrita.</li> <li>* Gráficos, numéricos, imágenes, etc.</li> </ul>

## CONTENIDOS TEMÁTICOS

**Las unidades que integran los programas son:**

### CIENCIAS DE LA SALUD I

Primera unidad: El ser humano como unidad biopsicosocial.

Segunda unidad: Investigación en salud.

Tercera unidad: La salud integral del adolescente.

## CIENCIAS DE LA SALUD II

Primera unidad: Alimentación y nutrición del adolescente.

Segunda unidad: Reproducción y sexualidad del adolescente.

Tercera unidad: Recreación en el adolescente.

## PROGRAMA DE CIENCIAS DE LA SALUD I

### Unidad 1. EL SER HUMANO COMO UNIDAD BIOPSIKOSOCIAL.

#### Propósitos

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Identificará al ser humano como unidad biopsicosocial.
- ❖ Explicará la salud y enfermedad como proceso dinámico y la multiplicidad de factores que lo condicionan.
- ❖ Interpretará a la Ciencias de la Salud como campo multidisciplinario que aporta conocimientos, habilidades y actitudes para promover la salud individual y colectiva

<b>Tiempo 20 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
1. Identifica al ser humano como unidad biopsicosocial. 2. Explica los conceptos de salud y enfermedad. 3. Reconoce el derecho a la salud.	Unidad biopsicosocial.  La salud y la enfermedad.  Derecho a la salud.	<b><u>APERTURA</u></b>  ➤ Evaluación diagnóstica: Exploración de conceptos acerca de la temática. Esta actividad puede ser llevada a cabo a través de una “lluvia de ideas” o cuestionario. o preguntas generadoras.

<p>4. Reconoce la multiplicidad de condicionantes de la salud incluyendo aspectos bio-psico-socioculturales.</p> <p>5. Distingue los paradigmas unicausal, multicausal e histórico-social, que explican el proceso salud enfermedad.</p> <p>6. Identifica a las distintas ciencias relacionadas con la salud y sus formas de intervención.</p> <p>7. Interpreta el Esquema de la Historia Natural de las Enfermedades y su evolución histórica.</p>	<p>Paradigmas sobre el binomio Salud-Enfermedad.</p> <p>Las Ciencias de la Salud</p> <p>Esquema de la Historia Natural de la enfermedad.</p>	<p>En cada respuesta se retroalimenta.</p> <p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b>Tema: La Salud y la enfermedad.</b></p> <p>El rompecabezas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se formarán equipos.</li> <li>➤ A cada equipo se le reparte el material documental correspondiente, para su estudio.</li> <li>➤ Posteriormente los integrantes de los diversos equipos se reúnen en grupos de expertos para discutir las distintas secciones, después regresan a su grupo original para compartir las secciones aprendidas que presentaron de los otros grupos.</li> <li>➤ Elaboran en equipo organizadores gráficos (mapa conceptual, mental, redes semánticas etc.)</li> <li>➤ Exposición de los organizadores de cada equipo.( Apren.1)</li> </ul> <p><b>Trabajo colaborativo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se formarán equipos y se les asigna un texto seleccionado o elaborado por el profesor(a).</li> <li>➤ A cada equipo, se le solicita, subrayar las ideas principales y cada integrante hará</li> </ul>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>notas en su cuaderno.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Elaborarán en equipo un mapa conceptual con los elementos subrayados y las notas de cada uno.</li> <li>➤ Exposición de los mapas conceptuales.</li> </ul> <p>El profesor (a) complementa o aclara a cada equipo y promueve la participación.(Apren. 2)</p> <p><b>Tema: Paradigmas sobre el binomio Salud enfermedad.</b></p> <p>Cuadro sinóptico de doble o triple columna</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Puede ser individual o en equipos pequeños.</li> <li>➤ Se asigna la lectura sobre Paradigmas sobre el binomio salud – enfermedad</li> <li>➤ Elaboran cuadro de doble entrada.</li> <li>➤ Presentación de algunos cuadros.</li> <li>➤ Integración de la temática y conclusión por parte del profesor(a). (Apren.5)</li> </ul> <p><b>Tema: Las Ciencias de la Salud.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Investigación bibliográfica o ciberográfica previa del tema, que debe incluir subrayado de ideas principales, palabras clave o notas al margen y un resumen final.</li> <li>➤ En equipo elaboran organizadores gráficos (mapas conceptuales, mentales, redes semánticas etc.)</li> </ul>
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exposición de los organizadores de cada equipo.</li> <li>➤ El profesor (a) complementa o aclara el trabajo de cada equipo y promueve la participación. (Apre.6)</li> </ul> <p><b>Tema: Esquema de la Historia Natural de las enfermedades.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Investigación bibliográfica sobre la Historia Natural de la enfermedad por equipo.</li> <li>➤ Investigación bibliográfica de una enfermedad seleccionada.</li> <li>➤ Elaboración y presentación del esquema de la historia natural de la enfermedad seleccionada en PowerPoint.</li> <li>➤ Elaboración de manera individual de un ensayo sobre la historia natural de la enfermedad. (Apre. 7)</li> </ul> <p><b><u>CIERRE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Integración y cierre de la temática, conclusión por parte del profesor(a).</li> <li>➤ Evaluación</li> </ul>
--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Bibliografía para alumnos:**

Adriano Anaya P. (2001). Epidemiología Estomatológica. FES-Zaragoza, UNAM.

Arredondo Armando. Análisis y Reflexión sobre Modelos Teóricos del Proceso Salud-Enfermedad. Caud. Saude. Publ. Rio de Janeiro, 8 (3): 254-261, jul/sep, 1992. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/csp/v8n3/v8n3a05.pdf>

Martínez González, Adrián. (2011). *Ciencias de la Salud 1*. ST Editorial. México.

Paloma Roque. (2002). Educación para la Salud, 2ª Ed. Publicaciones Cultural, México.

Piedrón Gil, Gonzalo. (2000). *Medicina Preventiva y Salud Pública*. Barcelona. Masson

Salas Cuevas, Consuelo B., Luis Marat Álvarez Arredondo. (2004). Educación para la Salud. 2ª Ed. Rev. Tec. Luis María Flores Plauchú y Juliana Marcela Jiménez Lara. México, Edit. Pearson Educación.

Sánchez Tejeda Jesús. (2013). Educación para la Salud. Manual moderno, México.

**Para profesores:**

Maddaleno, M., et al. (1995) *La Salud del Adolescente y del Joven*, O.P.S., Washington, DC. EUA.

Martínez y Martínez, Raúl. (2007). *Salud y Enfermedad del Niño y del Adolescente*. México. 7ª. Edición. El Manual Moderno.

San Martín H. (1992). *Tratado general de salud en las sociedades modernas*. México. La Prensa Médica Mexicana.

Silber, Tomás J y col. (1992). *Manual de medicina del la adolescencia*. Organización Panamericana de la Salud.

## Unidad 2. INVESTIGACIÓN EN SALUD.

### Propósitos

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Reconocerá que en las ciencias de la salud se utiliza el método científico experimental orientado hacia la comprensión del proceso salud-enfermedad.
- ❖ Reconocerá que los métodos clínico y epidemiológico son parte de la metodología empleada en las ciencias de la salud.
- ❖ Desarrollará habilidades y actitudes, en el contexto del modelo educativo del Colegio que le permitan aplicar lo aprendido en alguna investigación y a su vida cotidiana.

<b>Tiempo 20 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconoce las diferentes metodologías de investigación en el área de la salud.</li> <li>2. Identifica los aspectos básicos de la salud pública.</li> <li>3. Reconoce la importancia de la epidemiología para la</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Métodos de investigación en salud: Método clínico Método epidemiológico.</li>   <li>➤ El método Epidemiológico, como</li> </ul>	<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Se sugiere realizar una lluvia de ideas a partir de alguna pregunta generadora o cuestionario dirigido, sobre los diferentes métodos de investigación en salud.</li> </ul>



<p>investigación en salud pública.</p> <p>4. Distingue los elementos mínimos que integran un protocolo de investigación en salud.</p> <p>5. Aplica los conocimientos previos para el diseño y realización de un protocolo de investigación.</p>	<p>base de la investigación en salud.</p> <p>➤ Diseño de Protocolos de investigación.</p>	<p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b>Métodos de investigación en salud: clínico y epidemiológico.</b></p> <p>➤ El profesor hará una presentación inicial que permita que el alumno relacione la metodología de investigación que utilizan las ciencias de la salud y la propuesta en el Modelo Educativo del Colegio. (Apre. 1)</p> <p>➤ Indagación bibliográfica sobre los métodos de investigación en salud. (Apre. 2)</p> <p>➤ Búsqueda en la WEB de investigaciones realizadas sobre problemas de salud del adolescente.</p> <p><b>El método Epidemiológico, como base de la investigación en salud.</b></p> <p>➤ Construir un glosario de los principales términos utilizados en epidemiología, relacionándolos con problemas de salud de actualidad. (Apre. 3)</p> <p><b>Diseño de Protocolos de investigación.</b></p> <p>➤ Investigación bibliográfica sobre los elementos básicos que</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>conforman un protocolo de investigación en salud. (Apre. 4)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Solicitar a los alumnos con base en lo revisado y a un problema de salud de su entorno, elaboren en equipos de trabajo el diseño de un protocolo de investigación en salud, guiados por el profesor. (Apre. 5)</li> </ul> <p><b><u>CIERRE</u></b></p> <p>La evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Solicitarles una exposición al grupo sobre lo indagado, así como una reflexión y comentarios sobre la experiencia de investigar en el campo de la salud.</li> </ul>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Bibliografía para alumnos:**

Contreras Burgos, Ana Eugenia. (2012) Metodología de la Investigación. ST Editorial. México.

Heinz Dreteich. (1996). *Nueva Guía para la Investigación Científica*. Editorial Planeta, México.

Mendoza Núñez, Víctor M y col. (2004). Investigación, introducción a la metodología. FES Zaragoza UNAM.

Morales González, Félix. (2004). Introducción al protocolo y proyecto de investigación. FES Zaragoza UNAM.

Sáez Salvador y col. (2001). Promoción y Educación para la Salud conceptos, metodología, programas. Editorial Milenio. LLEIDA.

**Para profesores:**

Maddaleno, Matilde, *et al.* (1995). *La Salud del Adolescente y del Joven*, O.P.S., Washington, DC. EUA.

Martínez y Martínez, Raúl. (2007). *Salud y Enfermedad del Niño y del Adolescente*. México. 7ª. Edición. El Manual Moderno.

Mora Carrasco, Fernando, Hersch Martínez, Paul. (2009). *Introducción a la Medicina Social y Salud Pública*. México. Editorial Trillas.

Sánchez Rosado, Manuel. (2003). *Elementos de Salud Pública*. 3ª. Edición. México.

San Martín, Hernán. (2002). *Tratado general de salud en las sociedades humanas*. México. La Prensa Médica Mexicana.S.A. de C.V.

Silber Tomás J y col. (1992). *Manual de medicina de la adolescencia*. Organización Panamericana de la Salud.

**Unidad 3. LA SALUD INTEGRAL DEL ADOLESCENTE.**

**Propósitos**

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Interpretará el significado de la salud integral, desde la perspectiva de la Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud a fin de integrar un concepto más amplio de salud.
- ❖ Reconocerá los principales cambios Biopsicosociales que se presentan en la adolescencia.
- ❖ Identificará la adolescencia como una etapa donde confluyen ambientes de riesgo y protección.
- ❖ Desarrollará habilidades y actitudes, que le permitan fundamentar un proyecto de vida.

<b>Tiempo 24 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Distingue la adolescencia como una etapa del desarrollo humano.</li> <li>2. Describe los cambios biológicos, psicológicos y socioculturales que tienen lugar durante la adolescencia</li> <li>3. Distingue entre factor de riesgo, factor protector, conductas de riesgo y factor resiliente.</li> <li>4. Interpreta la salud integral como una meta deseable.</li> <li>5. Reconoce la importancia de un Estilo de vida saludable, así como el de calidad de vida.</li> <li>6. Integra un Proyecto de vida a partir de su historia de vida.</li> </ol>	<p>Etapas del Desarrollo humano.</p> <p>Adolescencia y sus cambios biológicos, psicológicos y sociales.</p> <p>Factor de riesgo, factor protector, conductas de riesgo y factor resiliente en la adolescencia.</p> <p>Significado de la Salud Integral, individual, micro y macroambiental.</p> <p>Proyecto de vida, estilo de vida saludable y calidad de vida.</p> <p>Conductas de riesgo</p>	<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p>➤ Evaluación diagnóstica: Exploración de conceptos acerca de la temática. Esta actividad puede ser llevada a cabo a través de una “lluvia de ideas” o cuestionario, o preguntas generadoras. En cada respuesta se retroalimenta.</p> <p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b><u>Tema: Etapas del Desarrollo Humano</u></b></p> <p>➤ El profesor (a) introduce y/o complementa o aclara a cada equipo y promueve la participación en todas las actividades posteriores.</p> <p>➤ Trabajo grupal orientado por el profesor para dar respuestas a preguntas sobre el tema a través de actividades lúdicas</p>

<p>7. Reconoce las conductas de riesgo presentes en su micro y macro ambiente.</p> <p>8. Identifica las resultantes de los factores de riesgo biológicos, psicológicos y sociales de la adolescencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Violencia y desintegración familiar.</li> <li>➤ Consumo de sustancias adictivas.</li> <li>➤ Pandillerismo, Asociación delictuosa.</li> <li>➤ Pobreza y desempleo.</li> <li>➤ Entornos peligrosos.</li> <li>➤ Estrés.</li> <li>➤ Depresión.</li> <li>➤ Suicidio.</li> </ul>	<p>biopsicosociales de la adolescencia.</p>	<p>mediante tarjetas distribuidas al azar, cuestionarios u otros materiales académicos que permitan identificar y caracterizar las etapas del desarrollo humano (Apren. 1)</p> <p><b>Tema: Adolescencia, cambios biopsicosociales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Exploración del concepto de adolescencia, distinguiendo en un cuadro los cambios psicológicos y sociales que se presentan durante la misma. (Apren. 2)</li> </ul> <p><b>Tema: Factores de riesgo, protección, conductas de riesgo y resiliencia.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ El profesor(a) plantea la diferencia entre factores de riesgo y factores de protección.</li> <li>➤ Dinámica grupal para identificar y clasificar los factores de riesgo, protectores y resilientes. (Apren.3)</li> </ul> <p><b>Tema: Significado de la Salud Integral.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Proporcionar a cada equipo un texto seleccionado o elaborado por el profesor(a) sobre Salud Integral, individual, micro y macro ambiental.</li> <li>➤ Lectura del texto subrayando las ideas</li> </ul>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>principales, elaboración de un resumen y lectura del mismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Reflexión grupal y construcción propia del concepto salud integral y su significado individual y ambiental. (Apren. 4)</li> </ul> <p><b>Tema: Proyecto, estilo y calidad de vida.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Los alumnos investigan previamente los conceptos: estilo, calidad y proyecto de vida.</li> <li>➤ Identificar los conceptos mediante actividades lúdicas de escritorio como crucigramas, tripas de gato y busca palabras, entre otras.</li> <li>➤ Ejemplificar los conceptos y hacer una reflexión grupal sobre los mismos. (Apren. 5 y 6)</li> </ul> <p><b>Tema: Resultantes de las conductas de riesgo biológico, psicológico y social.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Explorar lo que los alumnos consideran conductas de riesgo y explicar las características de las mismas.</li> <li>➤ Aplicar dinámicas como juego de roles, dramatizaciones o actividades artísticas (poemas, canciones, bailes) haciendo énfasis en la importancia de las conductas de riesgo. (Apren. 7 y 8)</li> </ul> <p><b><u>CIERRE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Integración y cierre de la temática,</li> </ul>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		conclusión por parte del profesor(a). Evaluación
--	--	-----------------------------------------------------

**Bibliografía para alumnos:**

Martínez González, Adrián. (2011). *Ciencias de la Salud 1*. ST Editorial. México.

Piedrón Gil, Gonzalo. (2000). *Medicina Preventiva y Salud Pública*. Masson. Barcelona.

Roque, Paloma. (2002). Educación para la Salud, 2ª Ed. Publicaciones Cultural, México.

Salas Cuevas, Consuelo B., Luis Marat Álvarez Arredondo. (2004). Educación para la Salud. 2ª Edit. Pearson. México.

Sánchez Tejeda Jesús. (2013). *Educación para la Salud*. Manual moderno, México.

**Para profesores:**

Comisión sobre determinantes sociales de salud. Documento de información preparado sobre determinantes sociales de la salud. Marzo de 2005. Organización Mundial de la Salud.

Guía de recomendaciones para la promoción de la salud y la prevención de adicciones en los centros de trabajo. Gobierno del Distrito Federal. 2010.

Maddaleno, Matilde, *et al.* (1995). *La Salud del Adolescente y del Joven*, O.P.S., Washington, DC. EUA.

Martínez y Martínez, Raúl. (2007). *Salud y Enfermedad del Niño y del Adolescente*. México. 7ª. Edición. El Manual Moderno.

Mora Carrasco, Fernando, Hersch Martínez, Paul. (2009). *Introducción a la Medicina Social y Salud Pública*. México. Editorial Trillas.

Sánchez Rosado, Manuel. (2003). *Elementos de Salud Pública*. 3ª. Edición. México.

San Martín, Hernán. (2002). *Tratado general de salud en las sociedades humanas*. México. La Prensa Médica Mexicana.S.A. de C.V.

Silber Tomás J y col. (1992). *Manual de medicina de la adolescencia*. Organización Panamericana de la Salud.

## PROGRAMA DE CIENCIAS DE LA SALUD II

### Unidad 1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DEL ADOLESCENTE.

#### Propósitos

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Explicará que la alimentación depende de factores sociales, culturales, emocionales y biológicos.
- ❖ Describirá los principales elementos de la nutrición
- ❖ Identificará la disponibilidad, accesibilidad y la seguridad alimentaria como elementos básicos para el bienestar.



- ❖ Desarrollará habilidades, actitudes y valores que le permitan modificar sus hábitos y costumbres alimentarias.
- ❖ Identificará los componentes de una dieta correcta de acuerdo a sus características personales.

<b>Tiempo 24 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conceptualiza a la alimentación desde la Norma Oficial Mexicana.</li> <li>2. Explica el derecho a la alimentación.</li> <li>3. Clasifica los alimentos.</li> <li>4. Describe en qué consiste la disponibilidad, accesibilidad de los alimentos y seguridad alimentaria.</li> <li>5. Conceptualiza a la nutrición</li> <li>6. Clasifica a los nutrimentos</li> <li>7. Identifica los procesos anatomofisiológicos que participan en la alimentación y nutrición.</li> <li>8. Identifica los diversos aspectos que integran una dieta correcta</li> <li>9. Contrasta la dieta correcta del adolescente con su dieta diaria.</li> <li>10. Describe los principales aspectos biopsicosociales que afectan la alimentación y</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de alimentación               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Alimento.</li> <li>➤ Clasificación de los alimentos</li> <li>➤ Disponibilidad, accesibilidad y seguridad alimentaria.</li> </ul> </li> <li>• Concepto de nutrición               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Características de los nutrimentos.</li> <li>➤ Generalidades del sistema digestivo, circulatorio, respiratorio, endocrino, excretor.</li> </ul> </li> <li>• Concepto de dieta correcta               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Características de la dieta correcta.</li> <li>➤ Dieta real y dieta correcta del adolescente</li> </ul> </li> <li>• Conductas de riesgo y medidas de prevención de la mala nutrición en los adolescentes.</li> </ul>	<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Iniciar con dinámicas de grupo para revisar los conceptos de alimentación y nutrición. Puede ser a través de una lluvia de ideas a partir de alguna pregunta generadora o cuestionario dirigido. Se sugiere indicar a los alumnos que integren un glosario de términos relacionados, puede ser el propuesto por el Instituto Nacional de la Nutrición en Cuadernos de nutrición No 6, volumen 1, 1988, cuya cita aparece en las referencias bibliográficas.</li> <li>➤ .</li> </ul> <p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b>Conceptos de Alimentación y, Nutrición.</b>          Hacer una presentación inicial por el profesor que permita al alumno identificar la propuesta de la Norma Oficial Mexicana sobre alimentación, la problemática actual</p>

<p>nutrición.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Anorexia</li> <li>➤ Bulimia</li> <li>➤ Desnutrición</li> <li>➤ Obesidad</li> <li>➤ Potomanía</li> <li>➤ Ortorexia.</li> <li>➤ Principales Infecciones e infestaciones gastrointestinales.</li> </ul>	<p>a nivel nacional y la participación de Organismos internacionales en el problema de la alimentación. (Apren. 1)</p> <p>Indagación bibliográfica sobre el derecho a la alimentación, los conceptos de alimentación, Nutrición y dieta correcta. (Apren. 2, 3, 5, 6)</p> <p>Búsqueda en la WEB del concepto de seguridad alimentaria, propuesta de los gobiernos y problemas de salud alimentaria del adolescente. (Apren. 4)</p> <p>Esquematizar y explicar los principales procesos anatomofisiológicos que participan en la alimentación y nutrición. (Apren. 7)</p> <p><b>Dieta correcta.</b></p> <p>Pedir a los alumnos que distingan las características principales de una dieta adecuada para un adolescente, contrastándola con su dieta real.</p> <p>Solicitarles un ensayo que muestre ventajas y desventajas de llevar una dieta correcta. (Apren. 8, 9)</p> <p>Solicitar a los alumnos que en base a lo revisado, elaboren en equipos de trabajo guiados por el profesor, un platillo con características deseables para un adolescente. (Apren. 10)</p>
-------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p><b>Conductas de riesgo y medidas de prevención.</b></p> <p>Se puede pedir que en equipos elaboren una indagación de las principales conductas de riesgo alimentario propuestas en la temática, señalando sus causas probables, manifestaciones, complicaciones y medidas de prevención.</p> <p><b><u>CIERRE</u></b></p> <p>La evaluación</p> <p>Se sugiere además una evaluación sumativa que incorpore los trabajos de sus exposiciones al grupo, considerar lo indagado, así como una reflexión y comentarios a manera de ensayo sobre la experiencia de investigar en el campo de la alimentación.</p>
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## **BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA**

**Para alumnos**

Borges H (2010). **Los alimentos y la dieta**. En: FAO (2010) Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional en América Latina y el Caribe 2010. Estado y perspectivas de la seguridad alimentaria y nutricional. Recuperado de Resumen del artículo: *En Nutriología Médica*. 2000. pp. 469-508. <http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/censenanza/spi/unidad2/index.htm>

Carolyn D. Berdanier. Johana Dwyer. (2010). **Alimentación y Nutrición**. Ed. Mac Graw Hill

Cuadernos de Nutrición No 6, vol 1, (2001), Orientación alimentaria: Glosario de términos. México; ene-feb; 24 (1.), [Texto: Glosario de términos en alimentación y nutrición](http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/censenanza/spi/unidad2/index.htm) <http://www.facmed.unam.mx/deptos/salud/censenanza/spi/unidad2/index.htm>

Fox B, Cameron A (2009) **Ciencia de los Alimentos, Nutrición y Salud**. México. Limusa.

Janice L. Thompson. Lindy A. Vaughan. (2008). **Nutrición**. Ed. Pearson Addison Wesley.

PALOMA ROQUE (2002), **Educación para la Salud**, 2ª Ed. Publicaciones Cultural, México.

Richard L. Drake, A. Wayne Vogl, Adam W. M. Mitchell (2010), **Gray Anatomía para estudiantes**, segunda edición. Elsevier Churchill Livingstone

Richard L. Drake. A. Wayne Vogl. Adam W. M. Mitchell. (2010). **Anatomía para estudiantes**. 2ª. Edición en español.

## Para profesores

Bertrán, Vilá, M. (2009). *Alimentación y cultura en la ciudad de México*. Análisis macro y microsocioal. I Congreso Español de Sociología de la Alimentación, Gijón (La Laboral), 28-29 de mayo de 2009. Universidad Autónoma Metropolitana. Recuperado de <http://www.sociologiadelaalimentacion.es/site/sites/default/files/MBertran.pdf>

Couceiro ME. (2007) **La alimentación como un tiempo de la nutrición, su disponibilidad y accesibilidad económica**. *Revista Cubana Salud Pública* 33(3). Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662007000300019&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000300019&lng=es&nrm=iso)

**El derecho a la alimentación en la práctica, aplicación a nivel nacional, FAO.** Roma 2006. Grupo de Ventas y Comercialización. Dirección de Información. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación

**El significado de la seguridad alimentaria,** en la página electrónica: ([http://www.feedingminds.org/level1/lesson2/obj2\\_es.htm](http://www.feedingminds.org/level1/lesson2/obj2_es.htm) ) Consultado junio 21 2012.

M. Serrano-Ríos. J.A. Mateos. (2009).**Nutrición y Alimentación, Nuevas Perspectivas.** Ed. Mc Graw Hill Interamericana.

Maddaleno, Matilde, *et al.* (1995). **La Salud del Adolescente y del Joven,** O.P.S., Washington, DC. EUA.

Silber Tomás J y col. (1992). *Manual de medicina de la adolescencia.* Organización Panamericana de la Salud.

Sitio Web: <http://www.fao.org/icatalog/inter-s.htm>

## **Unidad 2. REPRODUCCIÓN Y SEXUALIDAD DEL ADOLESCENTE.**

### **Propósitos**

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Explicará las principales características de los aparatos urogenitales del ser humano.
- ❖ Identificará los principales factores biopsicosocialcultural relacionados con el ejercicio libre y responsable de su sexualidad.
- ❖ Explicará la importancia de la supervisión médica en el uso de los métodos anticonceptivos.
- ❖ Desarrollará habilidades, actitudes y valores que le permitan fundamentar un ejercicio responsable de la sexualidad.

<b>Tiempo 20 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconoce las características y diferencias de la anatomofisiología femenina y masculina.</li> <li>2. Describe los procesos neuroendocrinos de la reproducción.</li> <li>3. Identifica el derecho a una sexualidad sana.</li> <li>4. Describe el proceso de reproducción y etapas del embarazo.</li> <li>5. Identifica las conductas de riesgo más frecuentes de la vida sexual activa en el adolescente.</li> <li>6. Identifica las características más importantes del sexo seguro y sexo protegido.</li> <li>7. Reconoce la importancia del uso de métodos anticonceptivos y sus riesgos de acuerdo a la Norma Oficial mexicana.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Generalidades de la anatomía y fisiología de los sistemas urogenitales femenino y masculino.</li> <li>• Procesos neuroendocrinos de la reproducción humana.</li> <li>• Reproducción, embarazo normal.</li> <li>• Sexualidad: Amistad, enamoramiento, noviazgo.</li> <li>• Conductas de riesgo de la vida sexual activa en la adolescencia. <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Acoso sexual.</li> <li>➤ Violación.</li> <li>➤ Embarazo inesperado en la adolescencia.</li> <li>➤ Aborto.</li> <li>➤ Infecciones de transmisión sexual.</li> <li>➤ Promiscuidad.</li> </ul> </li> <li>• Sexo seguro y sexo protegido</li> </ul>	<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p>➤ El profesor puede iniciar con una dinámica que cuestione sobre semejanzas y diferencias entre reproducción y sexualidad. Se sugiere indicar a los alumnos que indaguen sobre lo discutido para contrastar y poder iniciar una revisión en base a conceptos fundados.</p> <p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b>Generalidades de Anatomía y Fisiología de los aparatos urogenitales masculino y femenino.</b></p> <p>Solicitar que incluyan los alumnos esquemas de los aparatos reproductores de fuentes de la biblioteca, indicándoles no considerar textos de la secundaria. Requerirles una presentación que les permita identificar las diferentes estructuras anatómicas de ambos aparatos. (Apren. 1)</p> <p><b>Procesos Neuroendocrinos de la reproducción humana.</b></p> <p>Se sugiere una revisión de la comunicación hipotálamo-hipófisis-</p>

		<p>gónada que permita relacionar la gametogénesis y la producción de hormonas sexuales con aspectos de la normalidad. (Apren. 2)</p> <p>Esquematizar y explicar los derechos relacionados con la sexualidad. (Apren. 3)</p> <p><b>Reproducción y embarazo normal.</b></p> <p>Se puede solicitar que el alumno describa los signos y síntomas de un embarazo, y posteriormente una descripción de los principales hallazgos de cada trimestre. (Apren. 4)</p> <p><b>Sexualidad y amistad.</b></p> <p>Indagación bibliográfica y en páginas de internet sobre los conceptos de sexualidad y reproducción.</p> <p><b>Conductas de riesgo en la vida sexual activa en la adolescencia.</b></p> <p>Se puede pedir que en equipos elaboren una indagación de las principales conductas de riesgo durante la vida sexual activa, propuestas en la temática, señalando sus causas probables, manifestaciones, complicaciones y medidas de prevención. (Apren. 5)</p> <p><b>Sexo seguro y sexo protegido.</b></p> <p>Búsqueda de los conceptos de sexo seguro, sexo protegido, enamoramiento y</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		noviazgo del adolescente. (Apren. 6, 7)  <b><u>CIERRE</u></b> La evaluación Se sugiere además una evaluación sumativa que incorpore los trabajos de sus exposiciones al grupo, considerar lo indagado, así como una reflexión y comentarios a manera de ensayo sobre la experiencia de lo aprendido.
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

### Para alumnos

Katchadourian Herant. (1995) *Las bases de la sexualidad humana*. CECSA / GRUPO EDITORIAL PATRIA.

Madaleno, M., *et al.* (1995) *La Salud del Adolescente y del Joven*, O.P.S., Washington, DC. EUA.

PALOMA ROQUE (2002), *Educación para la Salud*, 2ª Ed. Publicaciones Cultural, México.

Pérez Fernández Celia. (2007) *Antología de la Sexualidad Humana* 1- 3. México. Edit. Miguel Ángel Porrúa.

Richard L. Drake. A. Wayne Vogl. Adam W. M. Mitchell. (2010). *Anatomía para estudiantes*. 2ª. Edición en español.

Tomás J Silber y col. (1992). *Manual de medicina del la adolescencia*. Organización Panamericana de la Salud.



## **Para profesores**

Bruce M. Carlson. (2009). **Embriología Humana y Biología del desarrollo**. 4ª. Edición. ELSEVIER MOSBY.

Finn Geneser. (2009). **Histología**. 3ª. Edición. Editorial Médica Panamericana.

Geo F. Brooks. Karen C. Carroll. Janet S. Butel. Stephen A. Morse. (2008). **Microbiología Médica de Jawetz, Melnick y Adelberg**. 19ª. Edición. Manual Moderno.

M. Serrano-Ríos. J.A. Mateos. (2009). **Nutrición y Alimentación, Nuevas Perspectivas**. Ed. Mc Graw Hill Interamericana.

Maddaleno, Matilde, *et al.* (1995). **La Salud del Adolescente y del Joven**, O.P.S., Washington, DC. EUA.

Marios Loukas, Gene L. Colborn, Peter H. Abrahams. (2010), **Repaso de Anatomía, preguntas y respuestas**. Elsevier Churchill Livingstone

Melvin H. Williams. (2005). **NUTRICIÓN, para la salud, condición física y deporte**. 7ª edición.

Silber Tomás J y col. (1992). **Manual de medicina de la adolescencia**. Organización Panamericana de la Salud.

Tortora Derrickson (2008). **Introducción al cuerpo humano fundamentos de anatomía y fisiología**. 7ª edición, Editorial Médica Panamericana.

México.

## **Unidad 3. RECREACIÓN EN EL ADOLESCENTE.**

### **Propósitos**

Al finalizar la Unidad, el alumno:

- ❖ Identificará la participación neuroendócrina en la recreación y el bienestar.
- ❖ Explicará los beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la recreación.
- ❖ Explicará estilos de vida saludables y su relación con el uso del tiempo libre.
- ❖ Desarrollará habilidades, actitudes y valores que le permitan modificar sus hábitos y costumbres en el uso del tiempo libre.

<b>Tiempo 20 horas</b>		
<b>APRENDIZAJES</b>	<b>TEMÁTICA</b>	<b>ESTRATEGIAS SUGERIDAS</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Interpreta el concepto de recreación.</li> <li>2. Identifica el derecho a la recreación.</li> <li>3. Identifica los tipos de actividades recreativas sanas y de alto riesgo</li> <li>4. Describe los beneficios de la recreación en el orden Biopsicosocial</li> <li>5. Describe las generalidades anatomofisiológicas de los sistemas relacionados con la actividad física.</li> <li>6. Distingue los conceptos de ocio y el tiempo libre.</li> <li>7. Identifica los elementos socioculturales que permiten estilos de vida saludables.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Concepto de recreación.</li> <li>● Clasificación de actividades recreativas.</li> <li>● Beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la recreación.</li> <li>● Participación neuroendocrina de los sistemas involucrados en la recreación.</li> <li>● Uso del Ocio y el tiempo libre</li> <li>● Aspectos sociales de la recreación para el logro de estilos de vida saludable.</li> <li>● Factores de riesgo relacionados con la recreación.               <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Desigualdad cultural</li> <li>➤ Sedentarismo</li> <li>➤ Marginación</li> <li>➤ Deportes extremos.</li> </ul> </li> </ul>	<p><b><u>APERTURA</u></b></p> <p>➤ Iniciar con la pregunta generadora de ¿Es lo mismo recreación que uso del tiempo libre?</p> <p><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p><b>Concepto de Recreación.</b> Hacer que los alumnos contrasten lo discutido en la clase previa, con lo indagado a fin de lograr acuerdos sobre un concepto acabado de consenso. (Apren. 1) Indagación bibliográfica sobre el derecho a la recreación. (Apren. 2) Búsqueda en la biblioteca y en internet del concepto de Recreación y uso del tiempo libre, y su relación con la salud.</p> <p><b>Clasificación de actividades recreativas.</b> Pedir a los alumnos que indaguen las características principales de las actividades</p>

<p>8. Interpreta cuales son los factores de riesgo relacionados con la recreación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Vigorexia.</li> <li>➤ Otros.</li> </ul>	<p>recreativas sanas y de alto riesgo contrastándolas. Solicitarles un ensayo que muestre ventajas y desventajas de las actividades recreativas sanas. (Apren. 3)</p> <p><b>Beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la recreación.</b></p> <p>Solicitar a los alumnos que en base a lo revisado, elaboren en equipos de trabajo guiados por el profesor, un listado con explicaciones sobre los beneficios biológicos, psicológicos y sociales de la recreación. (Apren. 4)</p> <p><b>Participación neuroendocrina de los sistemas involucrados en la recreación.</b></p> <p>Se puede solicitar a los alumnos una indagación sobre los beneficios físicos de la recreación, enfatizando el cardiovascular, muscular, neurológico... (Apren. 5)</p> <p><b>Uso del Ocio y el tiempo libre</b></p> <p>Se sugiere hacer que el alumno logre una distinción entre ambos términos discutiendo en su equipo de trabajo y presentando una conclusión al grupo. (Apren. 6)</p> <p><b>Aspectos sociales de la recreación para el logro de estilos de vida saludable.</b></p> <p>Los alumnos pueden discutir sobre el papel de la cultura en la selección de actividades</p>
----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>recreativas y el uso del tiempo libre. Así como algunas condicionantes que determinan el tipo de recreación y uso del tiempo libre. (Apre. 7)</p> <p><b>Factores y conductas de riesgo relacionados con la recreación.</b></p> <p>Se puede pedir que en equipos elaboren una indagación de los principales factores de riesgo relacionados con la Recreación, propuestas en la temática, señalando sus causas probables, manifestaciones, complicaciones y medidas de prevención. (Apre. 8)</p> <p><b><u>CIERRE</u></b></p> <p>La evaluación</p> <p>Se sugiere una evaluación sumativa que incorpore los trabajos de sus exposiciones al grupo, considerar lo indagado, así como una reflexión y comentarios a manera de ensayo sobre la experiencia de investigar en el campo de la Recreación y el uso del tiempo libre.</p>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

### Para alumnos.

Dr. Armando Vargas, Dra. Verónica P. Palacios,(2012), **Anatomía, Fisiología e Higiene**, Publicaciones Cultural, 2ª Ed. México.

José Manuel Muñoz Rodríguez- Susana Olmos Miguelañez- Azucena Hernández Martín, (2007), **Adolescencia y tiempo libre: análisis y propuestas educativas en Salamanca**, Ediciones Universidad de Salamanca, España. [eos@usal.es](mailto:eos@usal.es)

Maddaleno, M., *et al.* (1995) **La Salud del Adolescente y del Joven**, O.P.S., Washington, DC. EUA.

Melvin H. Williams. (2005). **NUTRICIÓN, para la salud, condición física y deporte**. 7ª edición.

Richard L. Drake. A. Wayne Vogl. Adam W. M. Mitchell. (2010). **Anatomía para estudiantes**. 2ª. Edición en español.

SALAS CUEVAS, Consuelo B. Luis Marat Álvarez Arredondo. (2004). **Educación para la Salud**. 2ª Ed. Rev. Tec. Luis María

San Martín H. (1992). *Tratado general de salud en las sociedades modernas*. México. La Prensa Médica Mexicana.

Silber Tomás J y col. (1992). **Manual de medicina del la adolescencia**. Organización Panamericana de la Salud.

UNAM, Dirección General de Apoyo y Servicios a la Comunidad (1995) **SEMINARIO IMPORTANCIA DEL USO DEL TIEMPO LIBRE**, 1ª Edición, México.

### Para profesor

Bruce M. Carlson. (2009). **Embriología Humana y Biología del desarrollo**. 4ª. Edición. ELSEVIER MOSBY.

Finn Geneser. (2009). **Histología**. 3ª. Edición. Editorial Médica Panamericana.

Geo F. Brooks. Karen C. Carroll. Janet S. Butel. Stephen A. Morse. (2008). **Microbiología Médica de Jawetz, Melnick y Adelberg**. 19ª. Edición. Manual Moderno.

Juan Carlos Cutrera, (1997) **Recreación, fundamentos, didáctica y recursos**, Stadium

Lucas, Miguel (2007), **Cómo ocupar el tiempo libre**, Sociedad de San Pablo, Bogotá Colombia.

Manuel Martínez Gámez (1995), **Educación del ocio y tiempo libre con actividades físicas alternativas**, Librerías deportivas Esteban Sanz, S.L.

María Ángeles Durán Heras, Jesús Rogero García,(2009) **La investigación sobre el uso del tiempo**, Centro de Investigaciones Sociológicas, Colección cuadernos metodológicos No 44, Primera edición, Madrid

UNAM, Dirección General de Apoyo y Servicios a la Comunidad (1995) **SEMINARIO IMPORTANCIA DEL USO DEL TIEMPO LIBRE**, 1ª Edición, México.