

E.E.S. N° 18

Modulo Anual
de
Salud y Adolescencia

Ciclo lectivo 2026

4° 3° -4° 6°

Prof. Paola Candido

SALUD Y ENFERMEDAD

Según la **OMS** (Organización Mundial de la Salud) la salud es el “**estado de completo bienestar físico, mental y social**” y no solo la ausencia de enfermedades.

Esta definición de salud apunta a un estado de salud **IDEAL**, ya que menciona **COMPLETO** bienestar (al que muy pocos podemos llegar), por lo tanto **TODAS** las personas deberían llegar a un mismo nivel o estado para tener salud. Bajo esta visión, cualquier persona que tenga alguna discapacidad, le falte alguna parte de su cuerpo (como un brazo o pierna) o conviva con alguna enfermedad crónica, como la diabetes, **NUNCA** tendrían salud.

La **OPS** (Organización Panamericana de la Salud) amplió el concepto de salud, estableciendo que es “**el estado de adaptación diferencial de cada individuo a su ambiente**”. En esta definición de salud, cada individuo debería llegar a su **MAXIMO** estado de salud, logrando adaptarse física y mentalmente a cualquier situación en su vida. Por ejemplo, si una persona pierde un brazo en un accidente, y logra adaptarse, primero psicológicamente asumiendo su nueva condición y luego físicamente desarrollando sus actividades diarias, se puede decir que tiene salud.

Para que una persona se enferme tiene que estar en contacto con la **NOXA**. La noxa se refiere a cualquier agente que puede causar daño. Las **noxas** pueden ser:

- **Biológicas:** se refiere a los seres vivos como virus, bacterias, hongos, insectos, parásitos, etc.
- **Químicas:** se refiere a las sustancias que se pueden inhalar o ingerir.
- **Físicas:** se refiere al ambiente, donde se puede dividir a su vez en agentes **mecánicos**, como objetos que puedan provocar una lesión, como un cuchillo y los agentes **climáticos**, como las radiaciones solares, los rayos X, presión atmosférica, ruidos, etc.
- **Psico-socio-cultural:** se refiere a las situaciones que rodean a los individuos, como las peleas, violencia, guerras, costumbres o tradiciones, etc. que lo afectan a nivel físico o mental.

No siempre el ponerse en contacto con la noxa una persona se puede enfermar, pero si se enfermó es porque en algún momento estuvo en contacto con alguna noxa.

Para que una persona pase de un estado a la enfermedad a 3 etapas o **periodos**:

- 1) Periodo de incubación:** En esta primera etapa la persona pone en contacto con la noxa.
- 2) Periodo preclínico:** en este caso la noxa produjo algún cambio en las células y tejidos, pero que todavía **No** manifestaron síntomas. Por lo tanto estos cambios pueden llegar a detectarse a través de algún estudio o análisis.
- 3) Periodo clínico:** En esta etapa ya se manifestaron los síntomas y signos de la enfermedad.

Una vez manifestada la enfermedad la persona debe hacer un **tratamiento** para restituir la salud, donde pueden quedar o no alguna **secuela**, que puede ser **transitoria** o **permanente**. Dependiendo de la enfermedad si la persona no realiza el tratamiento o lo realiza parcialmente puede llevar a la **muerte**.

Se llama **enfermedad** a la pérdida del equilibrio a nivel físico, mental y social. La enfermedad se caracteriza por manifestar distintos **síntomas** y **signos**. Los **síntomas** son subjetivos porque se refieren a las sensaciones, que cada individuo percibe de su estado como por ejemplo un dolor de muela, náuseas, mareos, etc. Los **signos** son objetivos porque se refiere a las características que se pueden ver (como por ejemplo una mancha o herida) o medir (como también al medir la temperatura o la presión sanguínea).

Existen 9 **clases** de enfermedades:

- 1) Funcionales:** pueden ser **degenerativas** cuando hay un mal funcionamiento de alguna parte del cuerpo, como por ejemplo el cáncer o pueden ser **metabólicas**, donde es todo el organismo el que funciona mal como en la diabetes o la obesidad.
- 2) Hereditarias:** Se refiere a aquellas enfermedades que se transmiten a través de los genes, y por lo tanto hay alguna modificación del ADN del óvulo o del espermatozoide.
- 3) Congénitas:** Se llaman así porque son enfermedades que se pueden desarrollar o adquirir durante la gestación o el nacimiento.
- 4) Infectocontagiosas:** Son enfermedades producidas por seres vivos, es decir, por una noxa biológica
- 5) Nutricionales:** son enfermedades relacionadas con la alimentación

- 6) **Traumáticas:** son enfermedades relacionadas con accidentes, y por tanto afectan a nivel físico o corporal al individuo.
- 7) **Mentales:** son enfermedades que afectan al sistema nervioso y su funcionamiento.
- 8) **Sociales:** son enfermedades relacionadas con el entorno del individuo, ya sea porque son producidas u originadas por el grupo que lo rodea o porque la enfermedad que posee puede provocar alguna consecuencia.
- 9) **Profesionales:** Se refiere a las enfermedades que son originadas en el ámbito laboral.

Una misma enfermedad puede ser calificada de distinta manera y todas son válidas como por ejemplo la **anorexia** puede ser una enfermedad **social, mental, nutricional** y en algunos casos **profesional**.

ACCIONES DE SALUD

Estas acciones son las de **promoción** y **prevención** de salud. La **promoción** de salud es de carácter educativo y su función es brindar información sobre las medidas de prevención y fomentar hábitos de vida saludables, pero fundamentalmente es tratar de concientizar a las personas para que adopten estas acciones de salud.

Prevenir significa evitar y la prevención puede ser primaria, secundaria y terciaria.

En la prevención **primaria** se evita el contacto con la noxa, en la **secundaria** se realizan controles o chequeos (para evitar la aparición de síntomas y signos) y la **terciaria** se evita el agravamiento de la enfermedad, a través de la realización de diferentes tratamientos cuando ya se encuentran los síntomas y signos.

Cada medida que prevención se relaciona con cada periodo de la salud a la enfermedad. La prevención **primaria** actúa en el **periodo de incubación** ya que evita el contacto con la noxa, la prevención **secundaria** actúa en el **periodo preclínico** ya que los controles permiten detectar los cambios internos en nuestro cuerpo y la prevención **terciaria** actúa en el **periodo clínico** porque la persona ya se encuentra enferma y evita el empeoramiento concurriendo al médico y/o haciendo un tratamiento.

EPIDEMIOLOGIA

Dentro de este tema hablaremos sobre las **enfermedades infectocontagiosas**, por lo que eso es importante saber cuáles pueden ser las **noxas biológicas** (o agentes patógenos) que pueden causarnos enfermedades.

Muchos brotes epidémicos pueden transformarse en **epidemias** y luego en **Pandemias**, dependiendo del número de casos y las regiones afectadas.

Una **epidemia** es una propagación de una enfermedad en una frecuencia inusual (ya que el número de casos supera lo esperado) en una determinada región y durante un periodo limitado.

Cuando la epidemia no se puede controlar y los casos comienzan a extenderse a varios países se transforma en una **pandemia**.

En las enfermedades **endémicas**, en cambio, hacen referencia cuando el número de casos se mantienen constantes a lo largo del tiempo en una determinada región y no pueden ser erradicadas, como el Mal de Chagas.

Los Agentes patógenos pueden ser: **virus** (pueden ser de ADN y ARN), **bacterias** (pueden ser cocos, bacilos, espirilos, etc.), **protozoos** (pueden ser ciliados, flagelados, etc.), **hongos** y **animales** (endoparásitos y ectoparásitos).



Existen varias clases de agentes patógenos pero todos ellos presentan 3 características en común que permite evaluar su peligrosidad:

Capacidad tóxica: Se refiere a las sustancias tóxicas que liberan los agentes que destruyen las células que infectan.

Capacidad invasiva: se refiere a la multiplicación y expansión dentro del organismo del patógeno.

Virulencia: Se refiere a la capacidad para causar trastornos en el organismo que presenta un patógeno, teniendo en cuenta su capacidad tóxica e invasiva.

Los patógenos pueden estar presentes en distintas **fuentes** o reservorios, que es su hábitat natural, como el agua, aire, suelo y desde allí propagarse a las personas a través de un **foco de infección**, que puede ser un objeto, un animal o persona contaminada.

El lugar del cuerpo por donde ingresa el agente patógeno (sistema digestivo, respiratorio, sangre, piel, etc.) se llama **puerta de entrada** y el lugar por donde sale es la puerta de salida, que algunas veces puede coincidir con la **puerta de entrada**.

Existen dos **mecanismos de transmisión**, los directos e indirectos.

-Los **directos** se llaman así porque la transferencia del agente se ocurre desde la puerta de salida del huésped infectado a la puerta de entrada del nuevo huésped. Este a su vez se divide en **contacto** (persona a persona) o **gotas de saliva** (al estornudar, toser, hablar, bostezar, donde los patógenos son expulsados a corta distancia y se deposita sobre el nuevo huésped).

-Los **indirectos** se refieren a la transferencia a través de un intermediario, que puede ser el **aire** (gotas y partículas suspendidas en el aire por largos periodos), **vehículo** (que es un objeto contaminado, como alimentos, ropa, agujas, etc.) y **vector** (que es un ser vivo contaminado como un animal, insecto o mosquito, etc.)

Para que se produzca una infección, es decir, el ingreso y multiplicación de un agente patógeno debe vencer las barreras propias del organismo, llamadas **defensas**.

Las primeras en actuar son las **defensas inespecíficas** llamadas así porque impiden la entrada de cualquier patógeno. Dentro de estas encontramos a las **físicas** (piel), las **químicas**, que se refieren a las sustancias como las lágrimas, el sudor, la transpiración, la saliva y jugos digestivos, etc. Y las **biológicas** a cargo de los glóbulos blancos llamados **macrófagos**, que se encargan de destruir a los diferentes patógenos, al incorporarlos a su citoplasma y destruyéndolos a través de sus enzimas.

Si esta barrera de defensa es vencida, aparecen las defensas **específicas**, llamadas así porque los glóbulos blancos llamados **linfocitos** fabrican un tipo de **anticuerpo** contra cada **antígeno** (sustancia o proteína producida por los agentes patógenos).

Para que una persona se enferme depende mucho de su **inmunidad**, es decir a la capacidad de resistencia frente a los agentes patógenos. El sistema inmune presenta dos características: la **especificidad**, ya que hay un anticuerpo contra cada antígeno y la **memoria**, porque estos anticuerpos quedan en nuestro sistema inmunológico, ya sea por un tiempo o toda la vida.

La **inmunidad** puede ser **innata**, es decir que son aquellas defensas con las cuales nacemos y se relacionan con la defensas inespecíficas (física, químicas y biológicas) y la inmunidad **adquirida**, que se desarrolla durante nuestra vida y por eso se relaciona con las defensas inespecíficas. La inmunidad adquirida a su vez puede ser:

- **Pasiva:** Llamada así porque se administran directamente los anticuerpos y son proporcionados por nuestra madre a través de la gestación y la lactancia.

- **Activa:** Llamada así porque la persona está en contacto con los antígenos y por lo tanto debe elaborar los anticuerpos, ya sea en forma **Natural**, al ingresar el patógeno cuando nos enfermamos o en forma **artificial** cuando nos vacunamos.

Se llama **inmunización** a la forma de reforzar nuestro sistema inmunológico y se puede realizar a través de las **vacunas**, que se aplican cuando estamos sanos y tiene función preventiva, tardan en actuar ya que al inyectar los antígenos, los linfocitos deben que fabricar los anticuerpos específicos, que permanecen en la memoria de nuestro sistema inmunológico.

Las vacunas se pueden elaborar son patógenos muertos, inactivos o atenuados o bien se utilizan las toxinas de los mismos para generar la activación de nuestro sistema inmune.

Otra forma de brindar inmunidad es través de los **Sueros**, pero en el caso la persona ya está enferma por eso la función es terapéutica (es decir para curar). Los Sueros nos brindan anticuerpos y su acción es inmediata, como por ejemplo cuando a una persona la mordió un perro le tienen que administrar la antirrábica o si fue picada por una serpiente le tienen que dar el suero antiofídico. Otro tipo de suero es la antitetánica que se debe inyectar en personas que han sufrido un corte muy profundo para evitar una grave infección llamada tétanos. Debido a que la

persona debe ser tratada rápidamente los anticuerpos administrados permanecen muy poco tiempo en el sistema inmunológico, por eso se dice que son de corta duración.

ADOLESCENCIA

Se llama **adolescencia** al periodo de la vida entre la niñez y la adultez, que se caracteriza por los cambios físicos y psicológicos.

La duración de la adolescencia varía en cada persona, su comienzo está relacionado con los aspectos biológicos o cambios físicos llamados **pubertad**, pero su finalización es más difícil de determinar porque está relacionado con una madurez psicológica donde se asumen responsabilidades.

Los cambios físicos o pubertad se produce por acción de las hormonas femeninas y masculinas, producidas por las glándulas sexuales ovarios y testículos respectivamente.

Los **Ovarios** producen **estrógeno y progesterona** que son las hormonas que producen en la adolescencia la menstruación, crecimiento de las mamas, ensanchamiento de las caderas, crecimiento del vello en la cara, (zona bigote) axilas, piernas, pubis, etc.

Los **testículos** producen **testosterona** que es la hormona que produce en la adolescencia el crecimiento del vello púbico, cara (bigote y barba) pecho, axilas y piernas, crecimiento del pene y testículos, aumento de la masa muscular y ensanchamiento de hombros, cambio de la voz y eyaculaciones involuntarias que pueden darse generalmente a la noche, por eso se llaman poluciones nocturnas, también llamados "sueños húmedos".

Los cambios generales tienen que ver con el inicio de la fertilidad al comenzar a producir células sexuales (óvulos y espermatozoides) además la piel posee mayor grasitud, aparición del acné y aumento de la transpiración.

Durante la adolescencia y debido a estos cambios físicos la psiquis comienza a transitar un periodo de **DUELO**, que significa que el adolescente debe asumir algunas pérdidas. Estos Duelos pueden ser:

- ❖ **Duelo por el cuerpo de la infancia:** llamado así porque el cuerpo que se tenía en la infancia cambió y ya no a va a hacer el mismo. Los adolescentes sienten sus cambios como algo externo frente a lo cual se encuentran como un espectador impotente de lo que está ocurriendo dentro de su organismo.
- ❖ **Duelo por los padres de la infancia:** llamado así porque al crecer la mirada hacia los padres también cambia, donde implica renunciar a su protección, a sus figuras idealizadas e ilusorias y aceptar sus debilidades y su envejecimiento.
- ❖ **Duelo por el rol del niño:** Perder su rol de la infancia obliga al adolescente a renunciar a la dependencia y aceptar responsabilidades. La pérdida de la identidad infantil debe reemplazarse por la identidad adulta y en ese transcurso surgirá la angustia que supone la falta de una identidad clara. El lugar que se ocupa dentro del hogar cambia, ya que hay nuevas obligaciones, pero también nuevos derechos.

En este periodo de la vida hay algunos Aspectos de la conducta y la **personalidad** del Adolescente que se pueden destacar:

- ✓ **Descubrimiento del yo:** Es la mirada hacia adentro, la autorreflexión. Explorar el interior permite descubrir el sentido de la vida y se produce muchas veces estos momentos de soledad, y se puede expresar por medio de un diario íntimo, poesías, música, escuchando música, etc.
- ✓ **Autoafirmación:** Es la forma en que se manifiesta, lo que muestra de su personalidad a través del lenguaje, vestimenta o arreglo personal, donde algunos quieren llamar la atención fumando, bebiendo o contando algunas hazañas.
- ✓ **Rebeldía:** el adolescente no cuestiona las directivas sino la autoridad. Rechaza la palabra del adulto. No puede ni quiere obedecer, el mismo quiere dictar la ley que regule su conducta.
- ✓ **Ingreso a la vida adulta:** El adolescente ensaya distintas formas de incorporarse en la vida adulta, y lo hace tratando de independizarse tanto en lo afectivo (buscando el amor de lo conocido a lo desconocido) como en lo económico (buscando autoabastecerse). Establece valores morales, estéticos y religiosos que se adaptan a su modo de vida.
- ✓ **Inicio de un plan de vida:** Por ensayo y error, se elabora un proyecto de vida de acuerdo a su vocación y sus intereses.
- ✓ **Ambivalencia:** En el adolescente coexisten sentimientos opuestos, como por ejemplo el optimismo-pesimismo, participación activa-aislamiento, insolencia-timidez, materialismo-idealismo, etc.
- ✓ **Rechazo de la generación de los padres:** Se produce una desidealización de los padres, para lograr la diferenciación del grupo familiar y encontrar su propia identidad. Se sienten incomprendidos, generando sentimientos de desamparo y soledad.

Estos aspectos señalados generalmente no se presentan en forma separada sino que están íntimamente relacionados, por ejemplo un adolescente puede mostrar (autoafirmación) su rebeldía llevando una camiseta de un equipo de fútbol a la escuela o manifestar su rebeldía ante algún límite impuesto por los padres (Rechazo a la generación de los padres), etc.

Todas estas situaciones le permiten al adolescente construir su **identidad**, en la cual es fundamental la relación con sus pares o iguales, es decir, con otros adolescentes, donde puede ir descubriendo QUIEN ES Y COMO ES. Al comunicarse con otras personas le permite CONOCER que tiene en común (identificarse) y de diferente en la forma de pensar con otros y así construir su identidad.

SEXUALIDAD Y SEXO

La **sexualidad** es una construcción cultural que trasciende los aspectos reproductivos. Esta se construye constantemente y es atravesada por los aspectos sociales, afectivos, de época y lugar. Por último la sexualidad abarca todos los sentimientos y experiencias en relación al SEXO.

El **Sexo** se refiere a la genitalidad, es decir, el aparato reproductor y su funcionamiento. El sexo está determinado genéticamente.

Los seres humanos tenemos en cada una de nuestras células 46 cromosomas que se agrupan en parejas, ya que 23 cromosomas provienen del óvulo y 23 del espermatozoide. En el momento de la fecundación los cromosomas se agrupan de acuerdo a las características que determinan, por ejemplo el par número 1 puede indicar las características de los ojos, el 2 número indica cómo será el pelo, etc. y par número 23 indica el sexo: XX es mujer XY es varón.

En el caso de la mujer sus óvulos siempre van a tener el cromosoma X pero en el caso de los varones sus espermatozoides pueden tener el cromosoma X o el Y, por eso se dice que determina el sexo, porque va depender cual fecunde al ovulo va ser el sexo del bebé.

APARATO REPRODUCTOR MASCULINO

Los órganos externos del cuerpo del hombre son los testículos y el pene.

-**TESTICULOS**: producen espermatozoides y **testosterona** responsable de las características sexuales secundarias. Contiene tubos seminíferos que confluyen en el **EPIDIDIMO**, allí se almacenan los espermatozoides. Los testículos están rodeados por una bolsa llamada escroto, que los protege y permite regular la temperatura corporal 2°C menor a la del resto del cuerpo.

-**PENE**: Compuesto por tejido muscular y esponjoso que se llena de sangre en el momento de la erección. Por dentro del pene se encuentra la **URETRA**, que transporta la orina y el semen, que termina en el MEATO URETRAL. El pene posee una dilatación en su extremo llamado GLANDE y está cubierto por un pliegue de piel llamado PREPUCIO.

Los órganos internos se refieren por un lado a los conductos que están por dentro del pene llamados CONDUCTOS SEMINIFEROS que se conectan con los CONDUCTOS DEFERENTES por donde los espermatozoides se dirigen hacia el **EPIDIDIMO**, donde los espermatozoides se almacenan y maduran hasta 4 semanas, tiempo del cual se reabsorben.

Del epidídimo salen los **CONDUCTOS DEFERENTES** por donde los espermatozoides llegan hasta la uretra. Cada conducto penetra en la **PROSTATA** y se une a un conducto de las **VESICULAS SEMINALES** para dar origen al conducto eyaculador.

LA **PROSTATA** segrega una sustancia lechosa y alcalina que facilita la movilidad de los espermatozoides. Las **VESÍCULAS SEMINALES** producen el 60% del semen y es también una secreción alcalina (que protege a los espermatozoides), de color blanco compuesto por fructosa y nutrientes.

El hombre además posee la GLÁNDULA COWPER que segrega un líquido que contribuye a la lubricación del pene durante la excitación sexual.

APARATO REPRODUCTOR FEMENINO

La mayoría de los órganos del aparato reproductor femenino son internos:

-**OVARIOS**: Tiene el tamaño de unas almendras, produce hormonas (**estrógeno y progesterona**) que intervienen en la formación de óvulo y son responsables de las características sexuales secundarias.

-**TROMPAS DE FALOPIO**: Conductos que se extienden entre los ovarios y el útero. Allí se produce la fecundación.

-**ÚTERO:** Órgano muscular hueco recubierto por una doble capa mucosa (endometrio) donde se aloja y nutre al embrión

-**CUELLO DEL ÚTERO:** parte más estrecha de útero

-**VAGINA:** órgano muscular membranoso que conecta el útero con la vulva, permite el paso del flujo menstrual y constituye el canal del parto. Recibe al pene durante el coito o relación sexual.

La **VULVA** es el único órgano externo y está constituido por los **LABIOS MAYORES** y **MENORES**, pliegues de piel que envuelven al **ORIFICIO URINARIO**, **ORIFICIO VAGINAL** y el **CLITORIS** (pequeño órganos eréctil homólogo al pene). En la vagina se encuentra el **HIMEN**, que es una membrana delgada y flexible que la cubre parcialmente, permitiendo el paso de la menstruación.

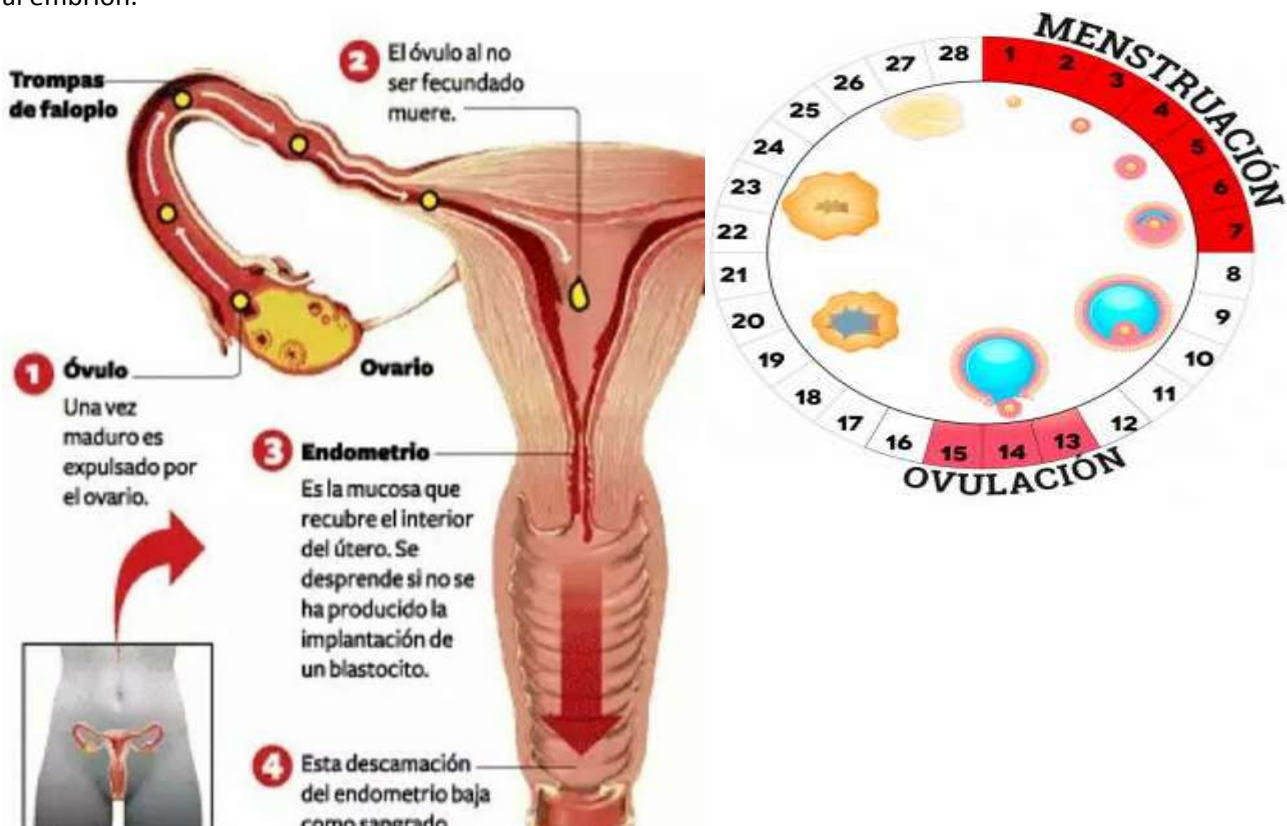
CICLO OVÁRICO Y MENSTRUAL

Durante la adolescencia la **hipófisis** produce dos hormonas que actúan sobre el ovario, una es la **FOLICULO-ESTIMULANTE**, que como su nombre lo indica actúa sobre los folículos (que son células que rodean al óvulo) haciendo que los óvulos comiencen a crecer y madurar y la otra hormona es la **LUTEINIZANTE**, que provoca la producción de hormonas generadas por el ovario: **estrógeno** (que actúa sobre las paredes del útero engrosándolo) y la **progesterona** (que también prepara al útero engrosando sus paredes y actúa sobre las glándulas mamarias haciendo que aumenten su tamaño).

Se llama ciclo ovárico porque todos los meses dentro del ovario se produce la maduración de un óvulo, provocando que en ese momento la producción del **estrógeno**. Una vez maduro el ovulo sale del ovario y se dirige a las Trompas de Falopio, proceso llamado **OVULACIÓN**, que ocurre aproximadamente en la mitad de un ciclo de 28 días en una mujer que es regular.

Una vez que el ovulo sale, dentro del ovario queda el folículo roto y se transforma en el **cuerpo amarillo**, que origina la producción de **progesterona**, que provoca junto con el estrógeno el engrosamiento del endometrio (paredes del útero).

El óvulo espera en las Trompas de Falopio aprox. 2 días la llegada del espermatozoide, luego de esos días el óvulo muere y se desintegra. En las Trompas de Falopio puede ocurrir la **FECONDACIÓN**, es decir la unión del óvulo con el espermatozoide, pero si **NO** hay fecundación las paredes del útero o endometrio dejan de recibir suministro de sangre y el tejido muere, produciéndose la **MENSTRUACIÓN**, expulsando todo el tejido que había crecido para alojar al embrión.



El **PERIODO FÉRTIL** se llama así porque es el momento en que la mujer puede quedar embarazada y está relacionado con la **OVULACION**, que es cuando el ovulo se encuentra en las Trompas de Falopio.

En un ciclo de 28 días, en la mitad aprox. cerca del día 14 ocurre la ovulación, por lo tanto es el **momento fértil**, pero son varios días porque hay que considerar algunas variables: no es exactamente el día 14, la cantidad de días que viven los espermatozoides dentro del cuerpo de la mujer (aprox. 3 días aunque veces es más) y la cantidad de días que vive el **óvulo** (aprox. 2 días).

NO se puede saber con seguridad cuando es el periodo fértil, por un lado porque no todas las mujeres son regulares y porque el ciclo puede verse alterado por factores emocionales.

Ser **regular** significa que siempre mantiene la misma cantidad de días entre una menstruación y otra, donde generalmente es de 28 días aprox., pero también puede ser de 25 o 30, pero siempre mantiene esa cantidad de días.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Los métodos anticonceptivos se clasifican en primer lugar en

Permanentes: que se refieren a las cirugías que el hombre (vasectomía) y la mujer (ligaduras de Trompas) podrían realizarse.

Temporales: En este caso se llaman así porque previene el embarazo en periodos limitados. Estos se dividen a su vez en:

- ✓ **Naturales**: No son efectivos y dentro de ellos encontramos:
 - a) **Control del ritmo o del calendario**: Consiste en contar los días del ciclo para calcular el periodo fértil, es decir cuando se está ovulando.
 - b) **Control de la temperatura y flujo vaginal**: consiste en tener en cuenta el momento de la ovulación, donde en ese momento la temperatura aumenta 0,5 °C y el flujo vaginal cambia su apariencia
 - c) **Coito interrumpido**: Consiste en retirar el pene del cuerpo de la mujer en el momento de la eyaculación.
 - d) **Ducha vaginal**: Consiste en lavarse luego de haber tenido una relación sexual.
- ✓ **Artificiales**: Estos se dividen a su vez de acuerdo a su acción en
 - a) **Barrera**: Impiden la fecundación, donde se encuentra el preservativo femenino y masculino, diafragma, esponja, espermicidas, campo de látex.
 - b) **Métodos hormonales**: impiden la ovulación, donde se encuentran las píldoras anticonceptivas, parches, inyecciones, anillo vaginal, implantes subdérmicos (chip).
 - c) **DIU**: impiden la implantación del embrión en el útero y algunos pueden ser espermicidas.

De todos los métodos anticonceptivos que existen sólo el campo de látex y el preservativo femenino y masculino son los que previenen no solo el embarazo sino las ETS, es decir las enfermedades de transmisión sexual.

ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS)

Algunas ETS no solo se pueden por vía sexual, sino también de la madre al hijo a través de la placenta, por diferentes objetos (instrumentos mal esterilizados, toallas, inodoro de baños públicos, etc.) o por la sangre.

Se desconoce mucho las consecuencias y no tratamiento de estas enfermedades, donde dependiendo de la clase de infección pueden provocar cáncer, esterilidad, muerte, y en el caso de estar embarazada y tener algunas ETS el bebé puede sufrir de infección en la piel, conjuntivitis, ceguera, neumonía, trastornos hepáticos, parto prematuro o aborto espontáneo.

Algunas enfermedades que se pueden contraer son: Sífilis- gonorrea o blenorragia- clamidias- tricomoniasis- candidiasis-herpes- verrugas genitales- HIV (SIDA).



SÍFILIS: Es producida por una bacteria (*treponema pallidum*). El primer síntoma es el chancro sifilítico, úlcera indolora del tamaño de una lenteja, que se forma en el pene, vulva o la vagina. También puede encontrarse en el interior de las mejillas, la faringe y el ano, según el acto sexual practicado. En ciertas ocasiones no se presenta el chancro, como en el contagio por la vía sanguínea o en el feto infectado durante la gestación. Problemas cardíacos.

En una segunda etapa de la enfermedad, la bacteria puede ocasionar fiebre y la inflamación de los ganglios linfáticos. En una tercera etapa, se pueden desencadenar lesiones neurológicas. El tratamiento consiste en la administración de antibióticos (que sólo funcionan en la primera etapa) y abstenerse en ese periodo de tener relaciones sexuales.

GONORREA O BLENORRAGIA: Es producida por una bacteria (*Neisseria gonorrhoeae*). Los primeros síntomas de la enfermedad se manifiestan cuando por la uretra o la vagina sale pus amarillo-verdoso y por el dolor o ardor que se siente al orinar o al eyacular. En el varón, si no se trata pueden obstruirse los conductos espermáticos y la uretra, lo que provoca esterilidad. En la mujer, la infección es menos frecuente y comienza en la vulva y la vagina, y secundariamente pasa a la uretra. Puede producir infertilidad, infecciones en la cavidad abdominal y parto prematuro. Además, las bacterias pueden pasar durante el parto y producirle lesiones graves, como lesiones oculares o ceguera.

El tratamiento es con la administración de antibióticos en la etapa temprana de la enfermedad.

PAPILOMA HUMANO: es producida por un virus llamado papiloma virus humano (HPV). Se manifiesta por la aparición de verrugas o papilomas en los genitales, alrededor de estos o en el ano o en el cuello del útero. Algunas variedades se resuelven y curan espontáneamente y otras pueden incidir en la aparición de cáncer de cuello de útero si existen otros factores.

Las verrugas pueden destruirse con ciertas sustancias químicas, por congelamiento, láser o cirugía. Actualmente existe una vacuna que bloque la infección por los dos tipos principales de HPV que producen el cáncer de cuello de útero. Es muy importante la realización de estudios como el **papanicolaou**, que permiten extraer y analizar las células del cuello del útero y detectar células cancerosas.

HERPES genital: Es ocasiona por dos tipos de virus (HSV-1 y el HSV-2). Se caracteriza por la presencia de ampollas en los genitales de ambos sexos. Estas se transforman en llagas dolorosas y luego se forman costras. La enfermedad

puede transmitirse de la madre al hijo durante el parto y puede ocasionarle ceguera, sordera y muerte. Existen medicamentos que disminuyen los malestares ocasionados por las llagas, pero no curan la enfermedad.

HEPATITIS B: Es producida por varios virus y no sólo puede transmitirse por las relaciones sexuales sino también por la incorporación de sangre infectada o la trasmisión de la madre al feto. El hígado se inflama y el 10 % de las personas infectas desarrollan una enfermedad crónica permanente. En este grupo, una pequeña porción de personas puede desarrollar una enfermedad hepática, que lenta y progresivamente, conduce a la cirrosis o al cáncer de hígado. Los síntomas pueden ser fiebre, decaimiento, color amarillento de la piel, vómitos y dolor abdominal. Existe una vacuna contra la hepatitis B, que debe ser aplicada en chicos de 2 a 18 años, como también cualquier persona que quiera prevenir esta enfermedad.

TRICOMONIASIS: Es causada por un protozoo (tricomonas vaginales) que además puede transmitirse a través de instrumentos ginecológicos más higienizados, y muy raras veces por el uso de toallas, prendas íntimas o baños públicos. En la mujer puede ocasionar vulvovaginitis, que se caracteriza por presentar flujo abundante (de olor fétido, espumoso, amarillento o verdoso) con mucho prurito y molestias al orinar. En el hombre provocan uretritis aguda, con eliminación de un exudado que causa ardor o dolor al orinar.

CANDIDIASIS: Es producida por un hongo (candida albicans) que provoca picazón labial o vaginal (prurito) y en ocasiones flujo blanquecino. Además, inflamación cutánea de la vulva. El tratamiento consiste en la aplicación de un antimicótica en forma local.

SIDA: Significa síndrome (conjunto de enfermedades) de inmunodeficiencia adquirida y es producida por un virus llamado HIV o VIH (virus de inmunodeficiencia humana). Su acción fundamental en el cuerpo es debilitar las defensas, ya que se introduce en los glóbulos blancos llamados linfocitos.

Algunos síntomas que pueden manifestarse en la primera etapa es dolor de cabeza, diarrea y dolores musculares. Puede transmitirse por vía sexual, sanguínea, a través de la placenta, parto o leche materna.

El tratamiento consiste en la administración de medicamentos (antiretrovirales) que eviten que el virus se multiplique, por eso es importante el diagnóstico precoz, que permiten la aparición de síntomas del SIDA.

TEMÁTICAS RELACIONADAS CON LA ESI

Como vimos el sexo es solo una parte de la sexualidad por eso la Educación sexual Integral es mucho más abarcativa e involucra temas como:

- Cambios físicos de la pubertad y los cambios psicológicos asociados
- Métodos anticonceptivos
- Enfermedades de transmisión sexual
- Procesos de gestación y nacimiento
- Primera menstruación y su connotación social.
- Primera relación sexual: temores y mitos
- Cuidados del cuerpo e Higiene
- Mitos y tabúes en relación a la sexualidad
- Prejuicios y mandatos generalizados vinculados con la sexualidad.
- Estereotipos de género y de belleza
- Rol del hombre y la mujer en la sociedad.
- Identidad de género y orientación sexual
- Sentimientos, como el amor, la confianza, la libertad, la seguridad, en las relaciones interpersonales.
- Importancia de decir NO. Abuso y acoso sexual.
- Violencia de género
- Noviazgos saludables Vs vínculos violentos
- Derechos sexuales y reproductivos
- Embarazo adolescente
- Derecho a la libre elección de tener hijos o no y cuando tenerlos.
- Diversidad de familias.
- Matrimonios igualitarios.
- Discriminación y prejuicio en relación al género en diferentes ámbitos: familiar, laboral, escolar, etc.
- Concepto de intimidad: cuidado de la intimidad propia y ajena.
- Falta de privacidad: Exposición de la vida privada en los medios de comunicación.
- La sexualidad en diferentes contextos históricos, sociales y/o culturales.
- Ley de educación sexual Integral

EMBARAZO ADOLESCENTE

Las causas de los embarazos en la adolescencia son muy variadas, por un lado la falta de información sobre el correcto uso de los anticonceptivos, la existencia de muchos mitos y tabúes relacionadas con la sexualidad, pero también el deseo de tener un hijo, que tienen que ver con:

El deseo de autonomía e independencia de los padres

La necesidad de escapar de situaciones de maltrato

La necesidad de reparar una historia de falta de afecto

La tendencia a repetir historias previas

La necesidad de demostrar "hombría" en determinados contextos.

La necesidad de demostrar al otro a la otra y que se es fiel

La necesidad de tener algo propio

La posibilidad de tener una pareja estable

La posibilidad de seguir haciendo aquello que, dese los mandatos familiares y las prácticas culturales, se aprendió a hacer: "cuidar al otro" (en el caso de las mujeres)

La posibilidad de no sentirse más sola o solo

La necesidad de encontrar una razón para seguir viviendo

El **aborto** se refiere a interrupción del embarazo que puede practicarse de muchas maneras, y va a tener que ver en qué momento de la gestación se encuentre la mujer y de los recursos económicos que posea.

Existen muchas formas de practicar el aborto, existen las píldoras abortivas, las cirugías (de succión, dilatación y curetaje, dilatación y evacuación, inyección salina, etc.) que pueden ocurrir en un hospital habilitado o en forma clandestina, pero también y ante la desesperación, la mujer puede recurrir a diferentes elementos para interrumpir el embarazo.

ADICCIONES

Vivimos en una sociedad que fomenta el **consumo** generalizado de todo tipo de bienes y servicios, que no estrictamente son necesarios para vivir, sino que tienen como fin sentirse parte, ser, pertenecer.

Debemos comprender los consumos de sustancias psicoactivas entre los jóvenes, dentro de un marco en el que, por un lado se experimenta la presión por consumir más ciertos objetos (tecnología, ropa, viajes, etc.) pero al mismo tiempo, se castigan otros consumos, como los de sustancias psicoactivas. De aquí la necesidad por reflexionar sobre las distintas clases de adicciones, no solo de sustancias.

Hablamos de **consumos no problemáticos** cuando no afectan significativamente nuestras relaciones ni las actividades que realizamos. Por el contrario, hablamos de **consumos problemáticos** cuando afectan negativamente y en forma ocasional o crónica, aspectos de nuestra vida, como ser: nuestra relación con amigos, pareja o familia, nuestra salud psíquica o física, o nuestro desempeño en el trabajo o los estudios.

Las etapas que llevan a la adicción son:

- **Uso:** primer contacto casual y voluntario. Se consume en ocasiones
- **Abuso:** Se refiere al uso reiterado. Se comienza a aumentar la cantidad y la frecuencia para obtener los mismos efectos iniciales. Sabe que en determinadas ocasiones va a consumir.
- **Dependencia:** uso permanente y constante de la droga. Su vida gira en torno a ella y presenta la necesidad imperiosa por consumir. Dependencia física como psicológica.

A medida que se va consumiendo comienza a producirse una mayor **tolerancia** a la sustancia, ya que la persona se va acostumbrando y necesita aumentar la dosis para generar los mismos efectos que se tenía en un principio.

El **síndrome de abstinencia** se refiere al conjunto de síntomas y signos que experimenta la persona cuando no consume. Las características que presenta este síndrome varía, ya que depende de la sustancia, objeto o situación que provoca la adicción.

Se denomina sustancia **psicoactiva** toda sustancia química que, al introducirse por cualquier vía (bucal, nasal, oral, intravenosa u otra en que la sustancia sea absorbida) y luego pasar al torrente sanguíneo ejerce un efecto directo sobre el **sistema nervioso central** (compuesto por el encéfalo y la médula espinal) y que ocasiona cambios específicos en sus funciones.

Hay distintos criterios para clasificar las sustancias psicoactivas:

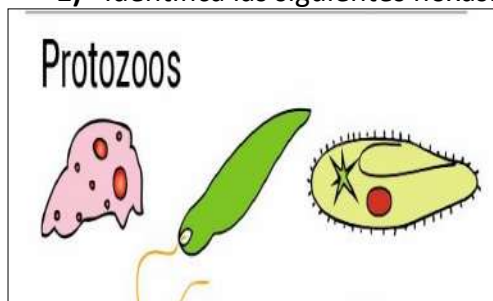
- Desde el punto de vista de su **origen**, hay sustancias psicoactivas **naturales** y otras que se producen **artificialmente**.
- Desde el punto de vista **legal**, diferenciamos entre sustancias **lícitas** e **ilícitas**. Las sustancias lícitas o legales, como el alcohol, el tabaco y los medicamentos, son sustancias permitidas y socialmente aceptadas, lo que no quiere decir que sus efectos sean menos nocivos. Las sustancias ilícitas o ilegales están prohibidas de acuerdo con la legislación actual. Entre ellas se encuentra el cannabis, la cocaína, el MDMA o éxtasis, la pasta base de cocaína, el LSD.
- Desde el punto de vista **farmacológico** y el efecto que tienen a nivel del sistema nervioso central, hay sustancias:
 - **Estimulantes:** estimulan la actividad mental y nerviosa. Aquí se encuentran las anfetaminas y metanfetaminas como el éxtasis, cocaína (clorhidrato de cocaína), la pasta base, paco, crack, nicotina, cafeína.
 - **Depresores:** Producen relajación y depresión de la actividad mental. Aquí están incluidos los derivados naturales y sintéticos del opio, los barbitúricos, benzodiazepinas (diazepam, lorezepam), disolventes volátiles como los pegamentos, el alcohol, la marihuana. etc.
 - **Alucinógenos:** producen alteraciones de los sentidos, del humor y de la conciencia. Incluyen LSD, ayahuasca, mezcalina, hongos alucinógenos, etc.

Actividad 1: Salud y Enfermedad (Respuestas en pag. 2)

- 1) ¿Qué significan las siglas OMS y OPS?
- 2) Define **Salud** de acuerdo la OMS.
- 3) Define **salud** según la OPS y explica con tus palabras porque amplió el concepto a través de un ejemplo.
- 4) ¿Qué es una **noxa**? Realiza un mapa conceptual con distintas clases de noxas y dando ejemplos de cada una
- 5) ¿A qué se llama **enfermedad**? ¿Qué diferencias hay entre los **síntomas** y **signos**? Da ejemplos de cada una de estas características.
- 6) Explica que características presentan los 3 **periodos** que te llevan de la salud a la enfermedad: período de incubación, preclínico y clínico. ¿Qué puede ocurrir luego del periodo clínico o haberse declarado la enfermedad? Da ejemplos de las distintas opciones.
- 7) Realiza un mapa conceptual explicando brevemente las distintas clases de **enfermedades**. Da un ejemplo de cada una
- 8) ¿Cómo influye el nivel **socioeconómico** con el estado de salud de una familia? ¿cómo puede mejorar su situación?

Actividad 2: Actividad práctica (Respuesta en act. 1 o pag 2)

1) Identifica las siguientes noxas:



NOXA.....



Rayos UV. Rayos X. Ruido. Choques

NOXA.....



NOXA.....



NOXA.....

2) Indica el tipo de noxa y la clase de enfermedad:

	Clase de noxa	Clase de enfermedad y porque
Mal De Chagas (protozoo)		
Anorexia		
Viruela (virus)		
Estrés		
Fractura		
Intoxicación con		

- 3) Lee los siguientes fragmentos e indica en cada caso que noxa y que clase de enfermedad se menciona y porqué:**
- a) “La falta de higiene y la cocción insuficiente de los alimentos fomentan el desarrollo del ciclo de vida de ciertos microorganismos, que pueden generar enfermedades en las personas”.
 - b) “Los riesgos de cáncer de origen ocupacional se deben, por ejemplo, a radicales o a la inhalación de partículas de asbesto (amianto), un antioxidante capaz de alterar la reproducción normal de las células.
 - c) “La Tricomoniasis es una enfermedad producida por un protozoo que se aloja en órganos del sistema reproductor, tanto femenino como masculino (vagina, próstata, vesículas seminales y uretra). La afección es considerada una enfermedad de transmisión sexual”.
- 4) Lee los siguientes casos e indica en qué período de la salud a la enfermedad se encuentran o si ya se encuentra en el periodo de recuperación o tratamiento. Justifica:**
- a) “Cristina pasó el día del estudiante con una inoportuna gripe que le impidió festejarlo”.
 - b) “A Nicolás le dolía un poco la cabeza, mucho cansancio y dolores musculares por lo que decidió ir al médico”.
 - c) “Rodrigo como todos los años se realizó un chequeo general y el medico observó que tenía el nivel de glucosa muy elevado, por lo que le recomendó realizar una dieta baja en hidratos de carbono”.
 - d) “Al salir del trabajo Gabriela tomó un poco de frío”
 - e) “Facundo tres veces por semana realiza ejercicios en su pierna por que estuvo unos meses enyesado después de un accidente”.
- 5) Piensa ¿Por qué es importante hacerse estudios o controles durante el periodo preclínico?**
- 6) Investiga y completa el siguiente cuadro con los exámenes o estudios que se puede realizar una persona y que enfermedades se pueden detectar:**

Estudios médicos o análisis clínicos	Enfermedades que se detectan
-Análisis de orina -Análisis sangre -Radiografía tórax -Consulta odontológica -Electrocardiograma <u>Consulta ginecológica:</u> -Papanicolaou -Mamografía	-Funcionamiento renal, infección urinaria, presencia de sustancias como glucosa (diabéticos)

Actividad 3: Acciones de salud (Respuestas en pag. 3)

- 1) Indica que medida de prevención se menciona en los siguientes casos y porqué:
- a) “Cristina cada dos meses se realiza un autoexamen, palpando sus mamas para controlar que no haya ninguna anormalidad”
 - b) “Como consecuencia de la poliomielitis Jorge sufre de una parálisis de sus miembros inferiores. Por esa razón realiza un tratamiento intensivo destinado a recuperar el movimiento.”
 - c) “Ante los persistentes dolores de tórax y del brazo derecho el médico le indicó a Manuel la realización de un electrocardiograma y de una radiografía de tórax”.
 - d) “Andrea siempre le pide a sus hijos que se laven bien los dientes”.
- 2) Justifica las siguientes afirmaciones:
- a) La prevención primaria se relaciona con el periodo de incubación.
 - b) La prevención secundaria se relaciona con el periodo preclínico.

c) La prevención terciaria se relaciona con el periodo clínico.

3) Menciona 3 medidas de prevención primaria que realices y alguna otra relacionada con algún hábito saludable.

4) Menciona alguna medida de prevención secundaria y terciaria que hayas realizado.

5) Observando las diferentes campañas de promoción de Salud, responde:

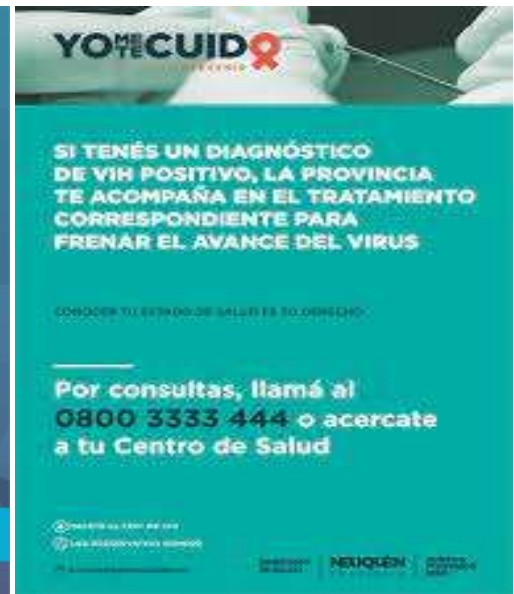
- ¿De qué manera tratan de llamar la atención?

- ¿Qué tipo de prevención mencionan (primaria, secundaria o terciaria) y por qué?

A



B



C



D



Actividad 4: Epidemiología (Respuestas en pag. 3 y 4)

- 1) ¿A qué se llama epidemia? ¿Qué relación hay entre una epidemia y una pandemia?
- 2) ¿A qué se llama endemia? Da 1 ejemplo
- 3) Explica en que consiste la capacidad toxica, la capacidad invasiva y la virulencia que pueden tener los agentes patógenos.
- 4) Une con flechas según corresponda (si es necesario investiga):

AGENTES PATÓGENOS

- Virus
- Bacterias
- Hongos
- Protozoos
- Animales

ENFERMEDADES

- Cólera
- Pediculosis
- Pie de atleta
- Coronavirus
- Mal de Chagas

- 5) Investiga e identifica si las siguientes características pertenecen a los **virus (V)** o **bacterias (B)**:
 - Son organismos vivos
 - Miden de diámetro 0,2 a 2 micrones (milésima parte de un milímetro)
 - Tiene de longitud entre 20 y 1.000 nanómetros (millonésima parte de un milímetro)
 - Son autosuficientes. Tienen su metabolismo propio y se multiplican al dividirse.
 - No son células, sino partículas infecciosas
 - Se combaten con antibióticos
 - Necesitan un anfitrión. Se multiplican solo con la ayuda externa.
 - Puede mutar y evolucionar.
- 6) Realiza un mapa conceptual con los diferentes mecanismos de transmisión, explicando brevemente.
- 7) Da un **ejemplo**, justificando tu elección de una enfermedad producida por transmisión:
 - a) Directa- gotitas de saliva:
 - b) Indirecta- vehículo:
 - c) Indirecta- vector:
 - d) Directa- contacto:
- 8) Realiza un mapa conceptual con las 2 clases de defensas (inespecíficas y específicas) explicando a su vez como está formada.
- 9) ¿Qué significa que el sistema inmunológico sea específico y tengan memoria?
- 10) ¿A qué se llama Inmunidad? Realiza un mapa conceptual con la inmunidad innata y adquirida y sus clases (adquirida en forma pasiva y adquirida en forma activa natural y activa artificial), explicando brevemente cada una.
- 11) ¿A qué se llama inmunización? Explica ¿cómo actúan las vacunas en nuestro cuerpo?
- 12) Completa el siguiente cuadro comparativo entre los sueros y las vacunas, coloca 1 de las dos opciones en cada columna:

	VACUNAS	SUEROS
Se inyectan en personas: (sanas o enfermas)		
Función: (Curativa o preventiva)		
Se inyectan: (Antígenos o anticuerpos)		
Acción: (Inmediata o tardan en actuar)		
Los anticuerpos: (de corta duración o larga duración)		

Actividad 5: Adolescencia (Respuestas en pag. 5 y 6)

- 1) Define Pubertad y adolescencia ¿Qué relación hay entre ellas?
 - 2) ¿Cuándo empieza y termina la adolescencia? Reflexiona ¿Por qué se puede decir que hay adultos muy adolescentes y chicos de 15 años que parecen adultos?
 - 3) ¿Cuáles son los cambios físicos que se inician en la pubertad tanto en la mujer como en el hombre? ¿Qué hormonas son las que producen estos cambios?
 - 4) En qué consisten los 3 duelos que se producen en la adolescencia. ¿Por qué se llaman duelos?
 - 5) ¿Qué significa que en la adolescencia se construye la identidad y como ocurre?
 - 6) Realiza una lista con los 7 aspectos de la personalidad del adolescente y da un ejemplo de cada uno.
 - 7) Piensa un ejemplo en el que se relacionan 2 o más aspectos de la personalidad.
- 8) Indica con que aspecto de la personalidad del adolescente se pueden relacionar cada una de estas frases y por qué:
- a) "A Nicolás le encanta escuchar música en su habitación"
 - b) "Marcela en verano busca trabajo para poder tener su propio dinero"
 - c) "Ezequiel tiene 5 amonestaciones por contestarle mal a una profesora"
 - d) "Gonzalo quiere estudiar medicina"
- 9) Menciona un serie, película o libro que se relacione con alguno/s de los aspectos de la personalidad del adolescente y porqué.
- 10) Observa las imágenes y menciona con que aspecto de la personalidad del adolescente se puede relacionar y porqué:

A



B



C



D



E



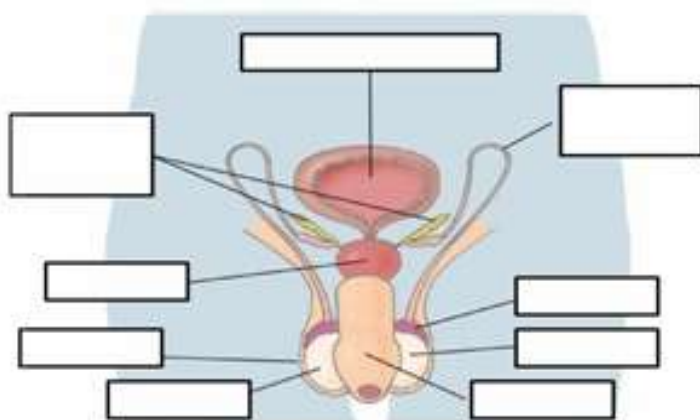
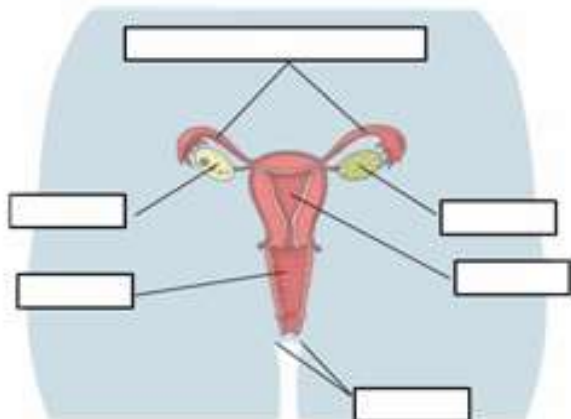
F



Actividad 6: Investigación Bullying

- 1) ¿Qué es el Bullying? ¿En qué ámbitos puede ocurrir el bullying? ¿Qué clases de bullying hay? Explica cada uno
- 2) ¿Qué características presenta la persona agresora? ¿Qué características puede manifestar la persona agredida?
- 3) ¿Cuáles pueden ser las consecuencias físicas y psicológicas?
- 4) ¿Cómo se debería actuar frente al bullying?
- 5) ¿Qué acciones son importante realizar para evitar el bullying en el ámbito escolar?
- 6) Propone una actividad para concientizar sobre el bullying o promover relaciones saludables de respeto

Actividad 7: Sexualidad y Sexo (Respuestas en pag. 6,7 y 8)

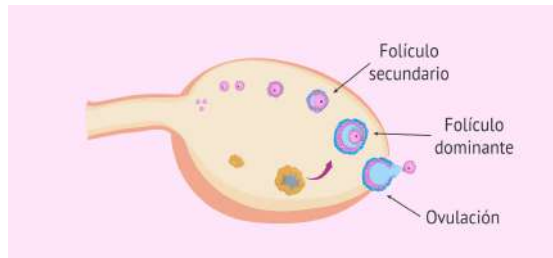


- 1) Define **sexualidad** y **sexo**
- 2) ¿Cuántos **chromosomas** hay cada una las células del cuerpo? ¿Cuántos cromosomas tienen las células sexuales (óvulos y espermatozoides) y por qué?
- 3) ¿Qué par cromosómico determina el sexo? ¿Por qué se dice que la célula sexual masculina determina el sexo del embrión?
- 4) Investiga alguna **enfermedad** producida cuando hay una alteración en la cantidad de cromosomas en el par número 23, explicando brevemente sus características.
- 5) **APARATO REPRODUCTOR MASCULINO:**
 - a) ¿Dónde se producen los espermatozoides y dónde se almacenan?
 - b) ¿Cuál es la función de la **próstata** y las **vesículas seminales**?
 - c) En el varón ¿El sistema urinario está relacionado con el reproductor? ¿por qué?
- 6) **APARATO REPRODUCTOR FEMENINO:**
 - a) ¿Dónde se producen los óvulos?
 - b) ¿Cómo está formada la vulva? ¿Qué es el himen? Dibuja la vulva señalando sus partes.
 - c) En la mujer ¿El sistema urinario está relacionado con el reproductor? ¿Cómo te diste cuenta?

Actividad 8: Investigación sobre temas de la ESI (ver pag. 10)

- 1) Elige una o varias de las temáticas que te resulten interesantes para investigar. El informe se puede presentar en la carpeta o en un documento Word.
- 2) Explica en clases el tema elegido con la intención de crear conciencia y reflexionar. En la presentación puedes realizar un afiche, presentación de power point, video, juego, debate, etc.

Actividad 9: Ciclo ovárico y menstrual (Respuestas en pag. 7 y 8)



- 1) Observa el esquema y responde: ¿Qué significa que ocurre un ciclo ovárico todos los meses?
- 2) ¿Qué **hormonas** produce la **hipófisis** que actúan sobre el ovario y cuál es su acción? ¿qué **hormonas** producen los **ovarios** y que cambios provocan durante el ciclo?
- 3) ¿Qué es la **ovulación**? En un ciclo de 28 días ¿Cuándo ocurre aprox.?
- 4) ¿A qué se llama periodo fértil? ¿Cuántos días son y por qué?
- 5) ¿A qué se llama **fecundación**? ¿En qué órgano tiene lugar?
- 6) ¿En qué órgano se aloja el embrión y de qué se alimenta?
- 7) ¿De qué órgano proviene la sangre que cae durante la menstruación y Por qué se produce?
- 8) Investiga: ¿Qué diferencias hay entre los gemelos y los mellizos? ¿Por qué las mujeres con menopausia no pueden quedar embarazada?

Actividad 10: Métodos anticonceptivos (Respuestas en pag. 8)

- 1) Realiza un mapa conceptual con las distintas clases de **métodos anticonceptivos**.
- 2) Une con anticonceptivos con su nombre:

	DIU	
	Píldoras anticonceptivas	
	Abstinencia	
	Preservativo masculino	
	Vasectomía	
	Preservativo femenino	
	Inyección	
	Anillo	
	Implante	
	Ligadura de trompas	
	Método de los días	
	Diafragma	

- 3) Explica los métodos **naturales** de anticoncepción usados por el hombre y por la mujer. Menciona porque no son muy efectivos cada uno de ellos.
- 4) El **preservativo** es un método muy eficaz. Menciona 5 recomendaciones para que no haya errores en su uso.
- 5) ¿Qué es el **campo de látex**? ¿Cómo se fabrica y para que se utiliza?
- 6) ¿Cuál es la acción de las **píldoras anticonceptivas**? ¿Cómo se deben tomarse y cuándo pueden fallar? ¿De qué otra forma se pueden administrar hormonas?
- 7) Explica en qué consisten las dos **cirugías** (métodos permanentes) del hombre y de la mujer e indica porque no hay un embarazo.
- 8) Investiga ¿Cuándo se utiliza y cuál es la función de **píldora del día después**? ¿Por qué puede ser peligrosa si se abusa en su consumo?

Actividad 11: Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) (Respuestas en pag. 8, 9 y 10)

1) Completa el siguiente cuadro con las ETS:

Enfermedad	Agente productor	Signos y Síntomas	Tratamiento
Sífilis			
Gonorrea			
Tricomoniasis			
VPH/Herpes			
Clamidias			
VIH			
Hepatitis B			

- 2) Menciona de que otra forma (que no sea la sexual) te puedes contagiar algunas de las ETS mencionadas.
- 3) ¿Cómo se pueden prevenir las ETS? En general ¿cuáles son las consecuencias generales de las ETS sino se recibe tratamiento?
- 4) Completa el siguiente cuadro con las acciones que te ponen en riesgo de transmisión sexual de **VIH o SIDA**. Justifica tus respuestas:

ACCIONES	CONTAGIA (SI-NO)	JUSTIFICACIÓN
DARSE UN BESO		
TENER SEXO SIN PRESERVATIVO		
COMPARTIR UNA TOALLA		
TOCAR SANGRE INFECTADA CON UNA HERIDA ABIERTA		
SECARSE LAS LÁGRIMAS CON EL MISMO PAÑUELO QUE UN INFECTADO		
TOMAR MATE CON UN INFECTADO		
USAR LA MISMA PISCINA QUE UN INFECTADO		

- 5) Investiga
 - a) ¿Por qué es tan importante darse la Vacuna contra el HPV? ¿A qué edad se debe colocar?
 - b) ¿Qué es el Papanicolaou? ¿Por qué es importante realizarlo?
 - c) ¿Qué medida de prevención primaria, secundaria y terciaria deberías realizar en relación a las ETS?

Actividad 12: Adicciones (Respuestas en pag. 11 y 12)

Reflexiona y debate en grupo. Justificando tu respuesta.

"LOS MITOS DE LAS DROGAS"	
Mito 1	Cuando se es joven no se puede caer en la adicción
Mito 2	Puedes parar el uso de drogas en cualquier momento
Mito 3	Sólo una vez No me pasará nada
Mito 4	Tienes que haber utilizado las drogas por mucho tiempo para convertirte en una persona adicta y para que empiecen a causar problemas en tu cuerpo o en tu cerebro
Mito 5	Las drogas ayudan a las personas a aliviar el estrés y a sobrellevar sus problemas
Mito 6	Un adicto/a puede usar y dejar las drogas cuando quiera
Mito 7	Las drogas enloquecen a las personas
Mito 8	Un poco de veneno no mata
Mito 9	Las drogas motivan la creatividad
Mito 10	Las drogas aumentan la potencia sexual
Mito 11	Las drogas mejoran el desempeño académico
Mito 12	La familia es la única responsable del consumo de drogas
Mito 13	Si consumo drogas es mi problema, no el vuestro
Mito 14	Solo la gente pobre consume drogas
Mito 15	Todo consumidor/a de drogas se convierte en delincuente
Mito 16	Los drogadictos/as son delincuentes, debemos sancionarlos

- 1) ¿Qué diferencias hay entre el uso, el abuso y dependencia o adicción?
- 2) ¿A qué se llama Tolerancia y síndrome de abstinencia?
- 3) ¿A qué se llama sustancia psicoactiva?
- 4) Realiza un mapa conceptual con la **acción farmacológica** de las sustancias psicoactivas, explicando brevemente cada una.
- 5) Clasifica las siguientes sustancias psicoactivas según su acción farmacológica:
 - Alcohol
 - Tabaco
 - Marihuana
 - Éxtasis
- 6) Menciona 5 adicciones que no tengan que ver con sustancias, e indica porque son consideradas adicciones.
- 7) **Reflexiona:**
 - a) ¿Por qué crees que muchos jóvenes consumen alcohol? ¿Por qué puede ser peligroso y como se puede prevenir?
 - b) ¿Por qué el consumo de tabaco empieza en la adolescencia?
- 8) **Investiga sobre el Alcohol:**
 - a) ¿Cuáles pueden ser los diferentes grados de **intoxicación alcohólica**, sus características y sus efectos en el organismo? ¿Cuál es el mayor peligro de consumo?
 - b) ¿Qué daños puede sufrir un bebé si su madre consume alcohol durante el embarazo?
- 9) **Investiga sobre el Tabaco:**
 - a) ¿Qué daños puede provocar el tabaco al sistema respiratorio, circulatorio y otras partes del cuerpo?
 - b) ¿A qué se llama **fumador pasivo**? ¿Qué es lo que contiene el humo de cigarrillo que se encuentra en el aire? ¿Qué consecuencias puede tener una persona expuesta cotidianamente al humo?
 - c) ¿Qué daños puede sufrir un bebé si su madre fuma durante el embarazo?

d) Une con flechas las principales sustancias del Tabaco y su acción en el organismo:

SUSTANCIAS

ACCIÓN

NICOTINA

-Principales causas de cáncer

ALQUITRÁN

-Genera adicción

MONÓXIDO DE CARBONO

- Altera los mecanismos de defensa del pulmón favoreciendo infecciones.
Responsable del catarro, faringitis, bronquitis, etc.

IRRITANTES

-Disminuye la capacidad de transportar oxígeno

10) **Investiga sobre Drogas ilegales:**

- a) ¿Cuáles pueden ser los daños a corto y largo plazo de fumar **marihuana**? ¿En qué casos se recomienda el consumo de aceite de cannabis y para qué?
- b) ¿Qué daños puede tener en su organismo una persona que consume **cocaína**?
- c) Las pastillas como el **éxtasis** también llamadas drogas de diseño pueden ser muy peligrosas. Investiga ¿cuáles son los peligros para la salud?