

Trabajo Integrador de Contenidos Prioritarios

Escuela Secundaria N 1

Profesora: Parodi, Romina

Espacio Curricular: Salud y Adolescencia

Año: 4to 1era

Contacto: mail: ro.606@hotmail.com

celular: 2241 534038

El siguiente trabajo de integración se propone para que lo realicen los alumnos que han sido valorados con TEP y TED, no habiendo los mismos, alcanzado los contenidos y objetivos propuestos para la materia en el ciclo lectivo 2020.

Los alumnos con trayectoria en proceso realizarán sólo las actividades asignadas por la profesora.

Los estudiantes con trayectoria discontinua deberán realizar todo el trabajo.

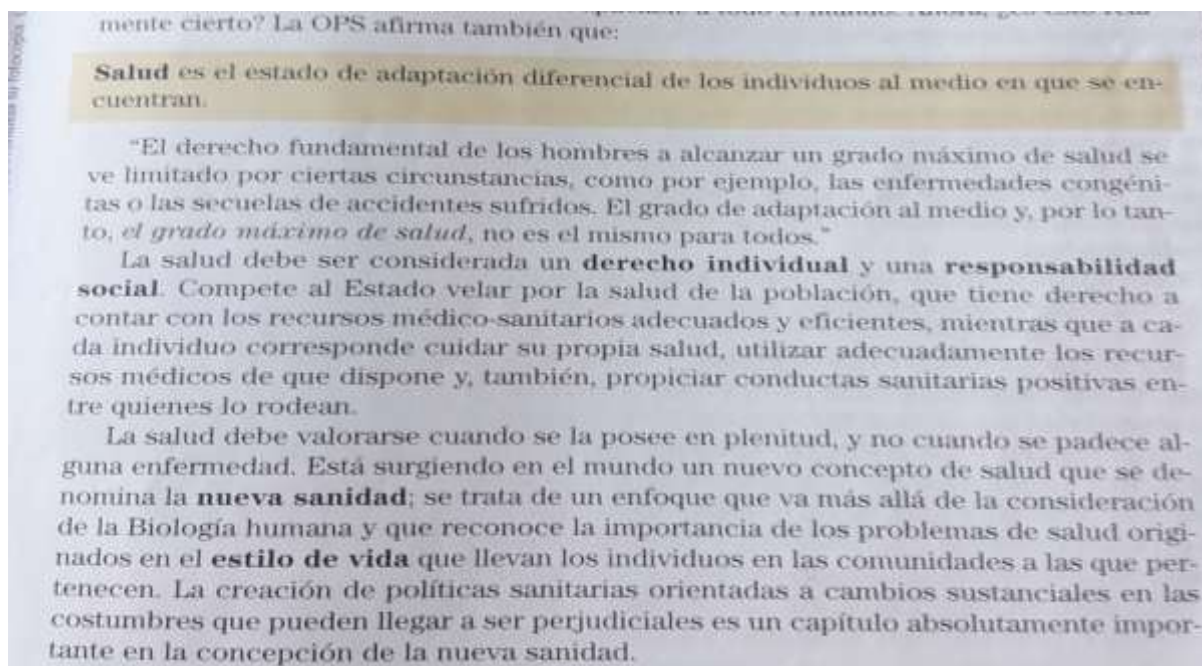
ACTIVIDAD 1: SALUD

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la SALUD, como el completo estado de bienestar FÍSICO, MENTAL y SOCIAL, y no solamente la ausencia de enfermedades o dolencias.

Según este concepto, un hombre sano no es solo el que siente bienestar en su anatomía y fisiología corporal, sino aquel que, además, posee armonía en su vida afectiva y en su mente, y se integra positivamente a la sociedad y al medio ambiente en los que está inserto.

Sabiendo esto resuelve las siguientes consignas:

- Según lo leído, alcanza el bienestar corporal para considerar que una persona es sana.
- Porque el texto dice que la salud es un derecho fundamental para los individuos.
- ¿Cómo debería el estado garantizar este derecho?
- Crees que el estado es el único responsable de la salud del individuo. Explica tu postura.



ACTIVIDAD 2: ENFERMEDADES-NOXAS

Podemos definir entonces a la ENFERMEDAD como cualquier alteración o desequilibrio en los pilares

(físico-mental-social) de la salud. Estas pueden producirse por:

-Microorganismos: virus, bacterias, hongos...

-Sustancias químicas: venenos, productos de limpieza, gases.

-Agentes Físicos: Radiaciones, cambios climáticos

-Problemas socioculturales: exceso/ausencia de trabajo, guerras, catástrofes climáticas, hábitos, costumbres, creencias

a. Define el concepto de Noxa.

b. Diferencia la transmisión directa de la indirecta. Ejemplifica cada una.

c. Analiza las siguientes situaciones y luego determina a qué tipo de transmisión corresponde (directa o indirecta). En el caso de ser indirecta, subraya el vehículo de transmisión.

a. El dengue es un virus transmitido por un mosquito llamado *Aedes aegypti*.

b. El Covid-19 se transmite a través de las gotas de saliva, de una persona infectada a otra sana.

d. Completa el siguiente cuadro comparativo sobre las noxas:

Noxa	Agente Causal/Patógeno	Ejemplos



¿Qué son las noxas? ¿Cómo se transmiten?

Existen innumerables agentes o factores que pueden causar daños en el organismo, provocando disfunciones y enfermedades. Por ejemplo, el cigarrillo contiene gran cantidad de sustancias tóxicas que generan diversos trastornos: nicotina, alquitrán, benzopirenos y diversos gases tóxicos como el monóxido de carbono, los ácidos sulfhídrico y cianhídrico, etc. Estas sustancias pueden provocar, entre otros trastornos, infartos, cáncer de pulmón y bronquitis.

Se denomina **noxa** (del latín *damnum*, daño) o **agente etiológico** o **agente patógeno** a todo factor que, por exceso, defecto o carencia, es capaz de causar un perjuicio a un organismo, destruyendo la homeostasis (equilibrio) que éste mantiene con el medio. Según cuál sea su origen, las noxas pueden ser biológicas, físicas, químicas, psíquicas, sociales o culturales.

Las noxas pueden transmitirse desde un ser vivo, o desde cualquier otro elemento del ambiente en el que se encuentran, hasta una persona sana, y producen la enfermedad de forma directa o indirecta. ¿Cuál es la diferencia entre ambas vías de contagio?

Analicen los siguientes ejemplos:



El contacto con animales domésticos puede llegar a transmitir algunas enfermedades, si no se toman las precauciones necesarias y se mantienen a las mascotas debidamente vacunadas. Por ejemplo, el gato puede contagiar la toxoplasmosis, y el perro, la rabia.

Cuando una persona resfriada estornuda, los microorganismos patógenos presentes en las microgotitas que se expelen –en este caso, virus– pueden alcanzar a una persona sana y, eventualmente, enfermarla.



La vinchuca es un insecto hematófago que puede transmitir a los seres humanos los agentes causales del mal de Chagas-Mazza: los tripanosomas, unos protozoos flagelados. Los tripanosomas, contenidos en las heces de la vinchuca, ingresan en el organismo de una persona a través de pequeñas escoriaciones que pudiera haber en la piel, mientras ésta se rasca por efecto de la picazón.

- **Transmisión directa.** En el primer caso, la transmisión de la noxa (virus) se lleva a cabo sin intermediarios, de persona a persona. Este tipo de contagio puede darse, por ejemplo, al besar, al tener relaciones sexuales o a través de la tos y el estornudo. También puede haber contagio directo de un animal a una persona, como se ilustra en el segundo ejemplo.
- **Transmisión indirecta.** En el tercer caso, la transmisión de la noxa (tripanosomas) se lleva a cabo a través de un intermediario (vinchuca), al que se denomina **vector**. El intermediario puede ser, además de un ser vivo, un objeto contaminado (por ejemplo, juguetes, ropa de cama, vajilla, jeringas, alimentos, productos biológicos como suero y plasma, etc.), al que se denomina **vehículo de transmisión**.

ACTIVIDAD 3: EPIDEMIOLOGÍA

Luego de la lectura del texto resuelve las siguientes consignas:

1. Explica que estudia la epidemiología.
2. Diferencia epidemia, endemia y pandemia. Ejemplifica cada una.
3. Determina qué tipo de enfermedades son el Dengue y el Coronavirus, desde el punto de vista epidemiológico. Justifica tu elección.

Conceptos epidemiológicos

Cuando, en una población, una enfermedad ataca a un número de individuos superior a lo esperado, durante un período determinado, se habla de **epidemia**. Aunque este término ya figuraba en los escritos de Hipócrates (siglos V - IV a. C.), la **epidemiología** (del griego *epí*, sobre, *demos*, pueblo, y *logía*, estudio) como *ciencia que estudia sistemáticamente la distribución y la frecuencia de las enfermedades*, surgió recién en el siglo XIX y alcanzó su gran desarrollo en el XX.

Cuando una enfermedad persiste en una población durante años –aunque el número de individuos afectados no sea elevado– hablamos de **endemia** (del griego *en*, en, dentro, y *demos*, pueblo). Se trata, por lo tanto, de una *enfermedad crónica en una región determinada*. En el norte de nuestro país, por ejemplo, el mal de Chagas-Mazza es una endemia.

Cuando una enfermedad se extiende a través de varios países y continentes, supera el número de casos esperados y persiste en el tiempo, hablamos de **pandemia** (del griego *pan*, todo, totalidad, y *demos*, pueblo). El sida es un ejemplo de pandemia que afecta al mundo en nuestros días.

ACTIVIDAD N 4: ACCIONES DE SALUD

1. Determina el objetivo de las acciones de salud ¿A quiénes va dirigida las mismas?
2. Nombra y explica los tipos de acciones de salud que se desarrollan en el texto.
3. Analiza las siguientes situaciones y luego indica que acción de salud se realiza en cada una:
 - a. Campaña de vacunación.
 - b. Trasplante de pulmón.
 - c. Propaganda sobre la importancia del aislamiento en tiempos de COVID.
 - d. Consulta al odontólogo.
 - e. Uso de barbijo y lavado de manos.

Acciones de salud

Se consideran **acciones de salud** todas las medidas que tienden a evitar la manifestación o la propagación, o ambas, de las enfermedades. Estas acciones están dirigidas:

- **al individuo**, en lo que atañe a la atención médica de las enfermedades o a la acción sobre las causas que puedan provocarlas;
- **al ambiente**, en todo lo que se refiere al saneamiento o a la consideración de los factores ambientales que puedan provocar la enfermedad.

¿Podrían mencionar, sobre la base de esta definición, tres acciones de salud para prevenir enfermedades como el cólera y el sida, y tres encaminadas a evitar la contaminación ambiental?

Para lograr una mejor comprensión, las acciones de salud se clasifican así: de promoción o fomento; de prevención primaria; de prevención secundaria y de prevención terciaria (estas incluyen las acciones de recuperación, de rehabilitación y de reinserción social).

La base de la prevención es la **educación para la salud**, la cual debe ser permanente y promover una actitud positiva para adquirir hábitos que mejoren las costumbres e incluso el carácter de las personas.

Investiguen sobre la vida y obra de personas célebres que hayan padecido algún tipo de discapacidad, por ejemplo, Stephen Hawking o Ludwig van Beethoven.

Mencionen cinco factores que puedan obstaculizar de alguna manera los procesos de reinserción social de los discapacitados. ¿Cómo puede influir la actividad deportiva en dichos procesos?



Las acciones de promoción guardan relación con la necesidad de difundir la importancia de cuidar y conservar la salud. Están dirigidas al individuo o a la población sana, y procuran evitar la enfermedad mediante la divulgación de los conocimientos sobre la forma de prevenirse contra las enfermedades e indican cómo actuar en caso de que estas se produzcan.



Las acciones de prevención primaria tienen como destinatario al individuo y a la población sana, aparentemente sana o en riesgo de enfermar, ya sea por la disminución de sus defensas naturales o por la falta de estas, o porque forman parte de un ambiente que puede alterar el normal equilibrio de la salud. El aseo personal, la vacunación y una alimentación balanceada son ejemplos de este tipo de acciones.



Las acciones de prevención secundaria se llevan a cabo con los recursos y las técnicas de la Medicina moderna, que permiten establecer el diagnóstico precoz, y el consiguiente tratamiento oportuno, para evitar el desarrollo de los diversos trastornos. El control médico y los exámenes periódicos –que incluyen análisis de sangre y de orina, estudios radiográficos y electrocardiográficos, medición de la presión arterial, etc.– son ejemplos de este tipo de acciones.



Las acciones de recuperación comienzan cuando la enfermedad se ha manifestado y, por lo tanto, la medida más eficaz consiste en acudir rápidamente a la consulta médica para poder restablecer el equilibrio inicial. Un tratamiento adecuado puede lograr la recuperación de la salud, con secuelas o sin ellas.



Las acciones de rehabilitación tienden a restituir en las personas las capacidades físicas, psíquicas o vocacionales que pudieron haber sido alteradas por una enfermedad o un accidente. Estas acciones deben permitir que la persona desarrolle sus habilidades para vivir con independencia social y económica y tomar conciencia de su estado de salud diferente.



No hay rehabilitación completa sin la reinserción social. Esta necesita de la participación responsable de toda la comunidad. La compasión y el rechazo son del todo perjudiciales. Términos como diferencia, dependencia y discriminación deben ser reemplazados por otros, tales como convivencia, esperanza, integración y solidaridad.

Biología 3

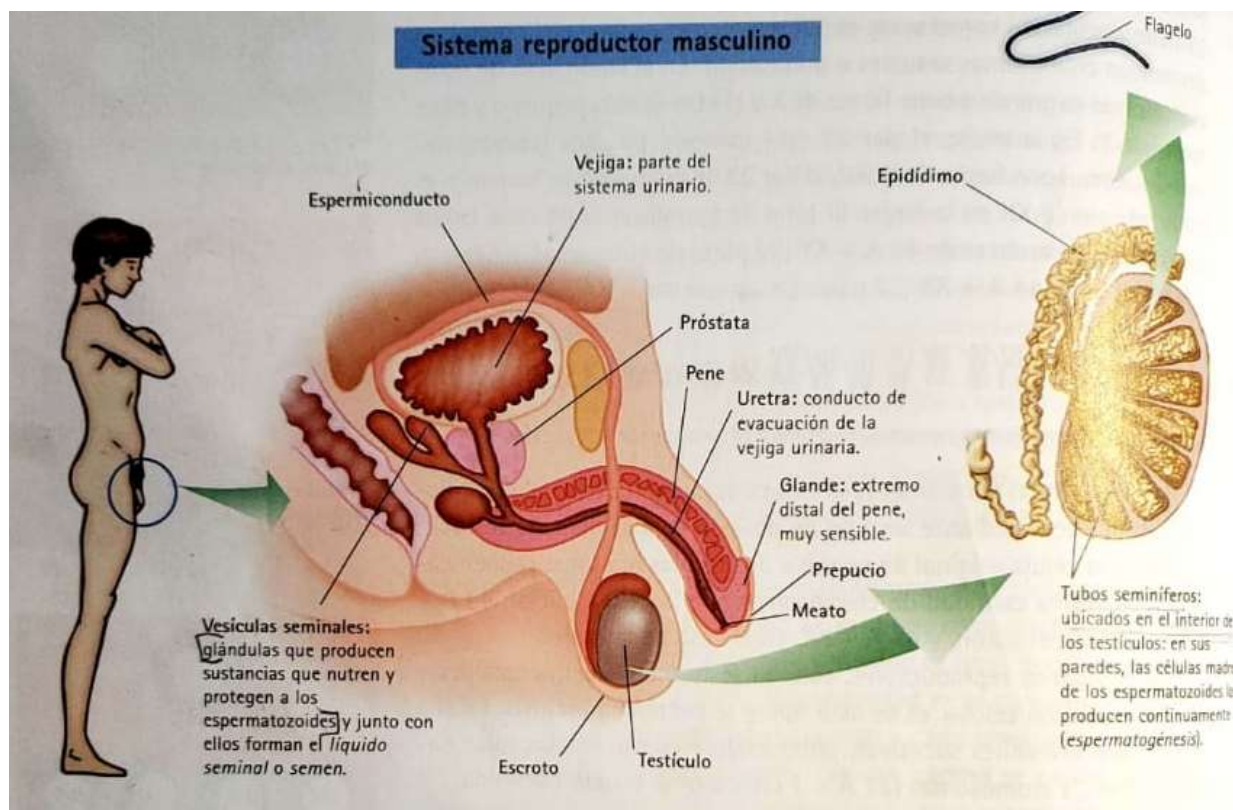
ACTIVIDAD 5: ESI-salud y educación sexual-

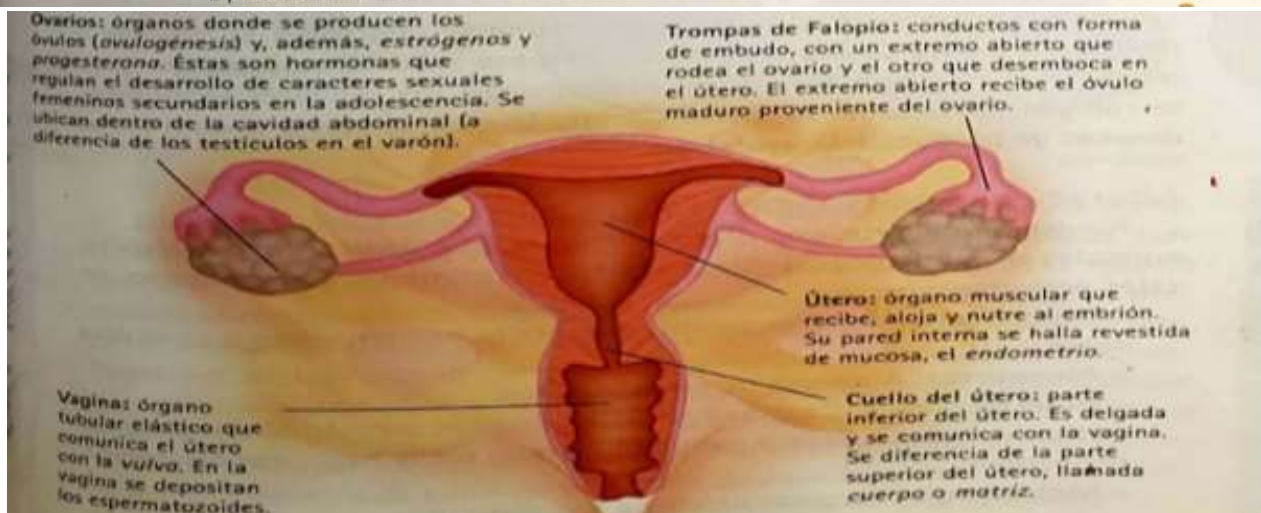
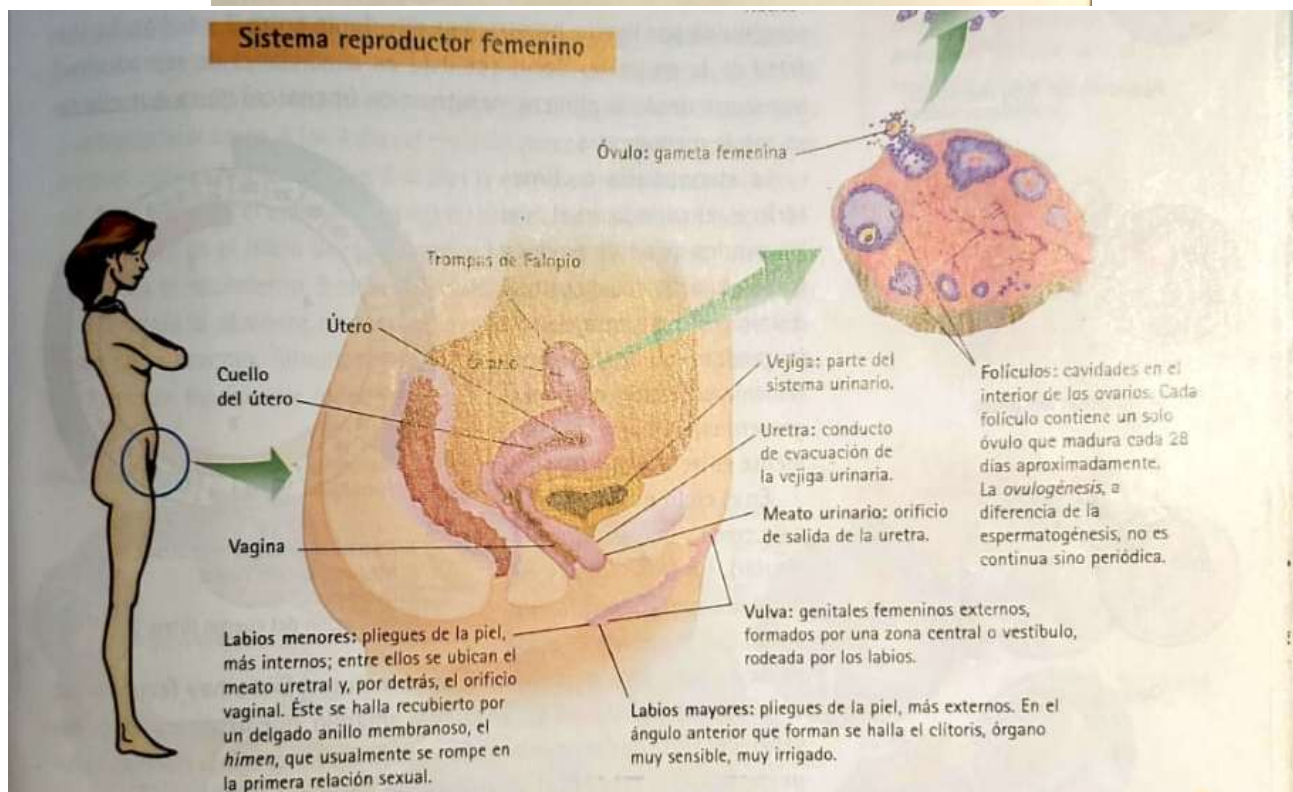
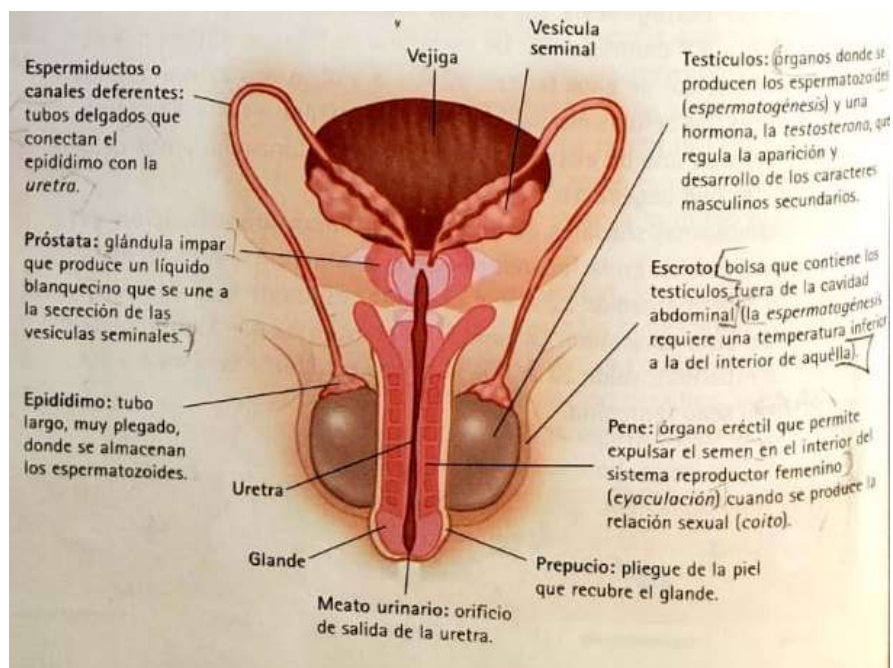
Para el ser humano, la sexualidad es un concepto complejo que puede abordarse desde diferentes perspectivas. Puede considerarse un hecho biológico, ligado a la reproducción. También, un hecho cultural, que ha sido históricamente uno de los ejes estructurantes de la sociedad. En esta actividad trabajaremos desde el aspecto BIOLÓGICO.

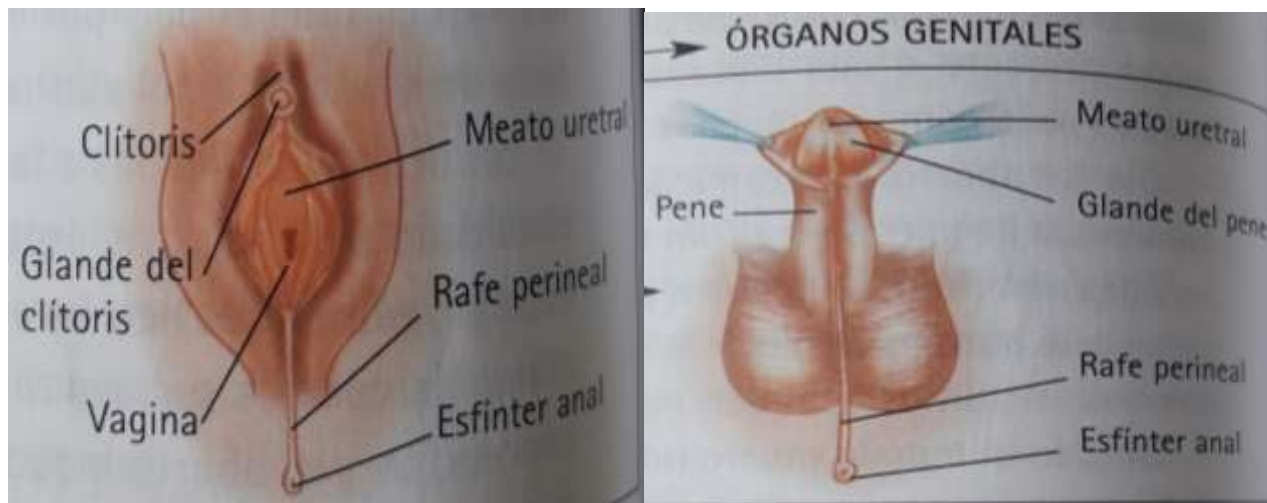
A-Los caracteres sexuales Primarios

Los sistemas reproductores masculino y femenino constituyen los caracteres sexuales primarios que permiten diferenciar los sexos. En la pubertad, aparecen los caracteres sexuales secundarios que aportan nuevas diferencias.

- Indicar que estructuras del sistema reproductor masculino y femenino son externas a la cavidad abdominal (genitales externos)
- Indicar cuáles estructuras son internas en ambos sistemas.
- ¿Qué órganos tienen funciones equivalentes (la misma) en ambos sistemas? Explica la función.
- Realiza un cuadro sinóptico para cada sistema indicando la función que cumplen los órganos.
- ¿Qué estructuras atraviesan los espermatozoides desde el sitio donde se originan hasta su salida del cuerpo?







Veamos que sucede ahora durante la adolescencia....

B-Los caracteres sexuales Secundarios

- f. Explica qué es la pubertad. ¿Quiénes son responsables de que esta etapa de la vida ocurra?
- g. ¿Qué caracteres sexuales secundarios diferencian a varones de mujeres?
- h. ¿Qué sucede durante la adolescencia?

Caracteres sexuales secundarios

Desde el nacimiento y hasta la adolescencia, varones y mujeres se diferencian básicamente por caracteres sexuales primarios (órganos genitales). La primera etapa de la adolescencia o **pubertad**, entre los 9 y los 16 años (en las mujeres se inicia un poco antes), comprende cambios importantes a nivel hormonal, que condicionan la aparición de los caracteres sexuales secundarios. Hasta los 18-21 años, en la **adolescencia** propiamente dicha, sobrevienen cambios psicológicos y culturales.

Los cambios en la pubertad se deben a una importante actividad hormonal. El **hipotálamo**, en el cerebro, envía estímulos nerviosos a la glándula **hipófisis**, que secreta la **hormona del crecimiento** y las **gonadotropinas**, hormonas que actúan sobre testículos y ovarios, las que producen a su vez las hormonas **testosterona**, **estrógenos** y **progesterona**, además de las gametas. La actividad hormonal también produce un aumento de la actividad de glándulas sudoríparas y sebáceas, generando cambios en la piel tanto en varones como en mujeres. Los órganos sexuales llegan a su madurez, los varones comienzan a producir semen, las mujeres tienen su primera menstruación.

Los caracteres sexuales secundarios más destacables son:

VARONES	MUJERES
Crecimiento rápido en altura, huesos más robustos, musculatura más firme.	Crecimiento acelerado, sobre todo en estatura.
Aumento del ancho de los hombros con relación con la cintura pélvica, que es comparativamente más estrecha y de huesos más delgados.	Huesos de la cintura pélvica ensanchados y ahuecados formando una cavidad (con relación con la necesidad de más capacidad para el embarazo).
Crecimiento del pene, mayormente en longitud, agrandamiento de los testículos.	Agrandamiento de mamas y secreciones vaginales claras o blanquecinas.
Cambios en la voz, formación de la "nuez de Adán".	Acumulación de grasa en los senos, alrededor de la cadera y muslos.
Crecimiento de vello en el pubis, las axilas, barba y cuerpo.	Crecimiento de vello en el pubis, las axilas y piernas.
Primeras eyaculaciones, incluso durante la noche (poluciones nocturnas).	Aparición de la menarca.

En la **adolescencia** se generan cambios psicológicos relacionados con los cambios corporales, según cada contexto cultural. A esta etapa se asocian conceptos como la **rebeldía** (cuestionamiento de estructuras sociales), afianzamiento de la propia **identidad**, la **autoafirmación** (manifestada a través de lenguajes particulares, vestimentas, actitudes), la **ambivalencia** (coexistencia de pensamientos y sentimientos opuestos).

Uno de los cambios que ocurren, durante la pubertad, en las mujeres, es la aparición de la menstruación, este hecho marca la preparación del cuerpo para el embarazo .

C-Ciclo menstrual y ovárico

Lee los textos y luego resuelve las consignas.

i. ¿Por qué hablamos de un ciclo?

j. Observando los esquemas indica:

i-La duración del ciclo.

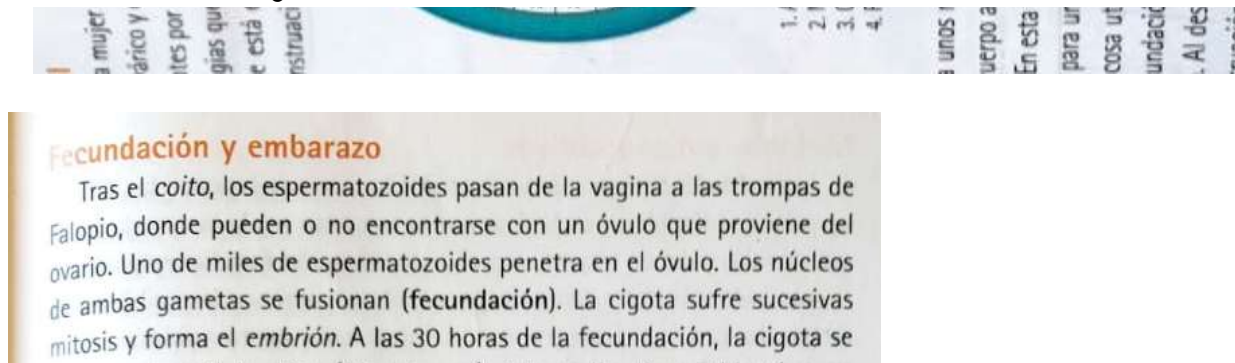
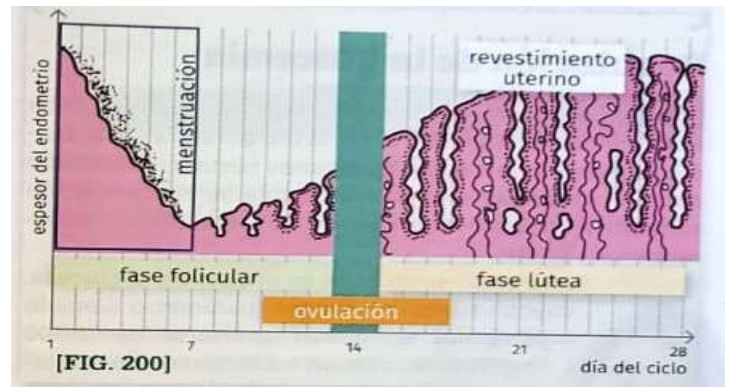
ii- ¿Cuántos días, aproximadamente, dura la menstruación?

iii-¿Qué día del ciclo ocurre la ovulación?

iv-Indica cuales son los días del ciclo donde las mujeres tienen mayores probabilidades de quedar embarazada. ¿Por qué crees que es así?

k. Define los siguientes términos: OVULACION-MENSTRUACION

l. Explica en qué consiste la fecundación. ¿Dónde ocurre?



Desde el momento en el que los espermatozoides ingresen en el cuerpo de la mujer, irán en busca de un óvulo para fecundar. Como ya vimos, ese es el plan de la naturaleza para asegurarse la continuidad de la vida. Sin embargo, nuestra condición humana nos permite la posibilidad de elegir y de planificar en pareja el momento deseado para la búsqueda de un hijo.

Para eso existen una serie de métodos para el control de la natalidad llamados métodos anticonceptivos. Cada persona optará por el que más se adapte a sus convicciones morales, religiosas, a sus necesidades y su realidad particular.

Por otro lado, existe otro riesgo posible en el ejercicio de la sexualidad, que es el contagio de enfermedades a través del contacto de genitales. La vía sexual es óptima para la transmisión de gérmenes causante de las llamadas ETS (enfermedades de transmisión sexual) o ITS (infecciones de transmisión sexual) .

D-Métodos anticonceptivos

Lee detenidamente los textos luego resuelve las consignas:

m. Explica porque el título del texto hace referencia a la frase Popular “Para la cartera de la dama y el bolsillo del caballero” ¿Qué quiere decir esta?

n. ¿Porque los métodos naturales no son seguros?

ñ. Indica que método anticonceptivo recomendarías en cada una de las siguientes situaciones:

- a una pareja de adolescentes que no quieren correr ningún riesgo de embarazo, se niegan a usar métodos que tenga que prescribir un médico, y no quieren contagiarse enfermedades.

o. Explica a qué acción de salud hace referencia el folleto.



EVITALO

A todos nos puede pasar

El único método de
prevención es el

PRESERVATIVO



erentrierios
GOBIERNO

“Para la cartera de la dama y el bolsillo del caballero...”

Valga esta frase tan popular que muestra en forma simbólica y elocuente lo necesario que resulta tener ciertas cosas útiles siempre al alcance de la mano, independientemente de si sos mujer o varón. La información que sigue puede ser tan importante en algún momento de tu vida, que queremos que la tengas siempre presente, que la valores y seas consciente de que el principal beneficiado de leerla cuidadosamente y luego aplicarla vas a ser vos mismo.

Métodos anticonceptivos:

Se los clasifica de varias formas:

Según su reversibilidad: **Reversibles:** Al dejar de usarse se recupera la fertilidad.

Irreversibles: Requieren intervención quirúrgica para realizarse y la persona queda estéril de por vida.

Según la utilización o no de elementos o sustancias extraños al organismo:

Naturales: Se basan en el reconocimiento de los ritmos biológicos femeninos para determinar cuál es el período fértil. Únicos aprobados por la Iglesia Católica. No se utilizan elementos ni sustancias extrañas.

No naturales: Utilizan sustancias o elementos antes o durante el contacto sexual para evitar el embarazo.

Según impidan o no el paso de los espermatozoides:

De barrera: Se interponen ante los espermatozoides para que no ingresen al útero

Sin barrera: Los espermatozoides se desplazan libremente.

Métodos anticonceptivos naturales:

Son reversibles y no constituyen una barrera al paso de los espermatozoides. Todos son sumamente inseguros, ya que muchos factores pueden alterar los ciclos biológicos normales de la mujer. Por otro lado, ninguno impide el contagio de enfermedades de transmisión sexual.

- **Preservativo, condón**

Dispositivo de látex que se coloca sobre el pene cuando es reservóreo en el extremo. Los espermatozoides pueden salir en el otro extremo al retirarlo. Se debe usar durante el acto sexual, y debe ser correcto el uso del pene en la vagina.

Pros y contras: es muy seguro. Los espermatozoides no dañan la salud. Es el método más usado durante toda la vida para la transmisión de enfermedades y otras. Quita un poco de sensibilidad, pero se suelen usar lubricantes o geles asociados a las personas mantienen una buena forma de cuidado, preservativo cuando la efectividad. Este modo de uso es el que se quiere evitar tanto la transmisión de enfermedades como los lubricantes previenen también pueden contener tanto espermatozoides como microorganismos infecciosos.

- **Preservativo femenino:** similar al anterior pero de poliuretano, con dos anillos, uno en cada extremo. Uno de ellos llega a tocar el cuello del útero y el otro rodea los labios menores de los genitales externos.

Pros y contras: todavía no está muy difundido y su colocación es un poco más complicada que el masculino. También evita el contagio de enfermedades y es eficaz anticonceptivo usado bajo las mismas condiciones que el preservativo.

Métodos no naturales sin barrera irreversibles (quirúrgicos)

- **Ligadura de trompas:** se interrumpe el encuentro de óvulo y espermatozoide al bloquearse las trompas de Falopio. Muchas mujeres se las hacen en el momento de una cesárea (aprovechando el mismo acto quirúrgico).

Pros y contras: No perjudica la salud de la mujer, más allá del riesgo quirúrgico. La esterilidad es de por vida, por lo cual no puede haber dudas en el momento de la decisión.

- **Vasectomía:** consiste en ligar o cortar los conductos deferentes en el hombre. El efecto es el mismo que en la ligadura de trompas, al igual que los factores beneficiosos o perjudiciales.