



REPÚBLICA BOLIVARIANA DE VENEZUELA  
MINISTERIO DEL PODER POPULAR PARA LA EDUCACIÓN  
COMPLEJO EDUCATIVO LIBERTADOR BOLÍVAR  
MIRAFLORES ESTADO MONAGAS



**Docentes:** Isleny Fuenmayor y Eylling González

**5to Grado:** "A y B"

**II:** Momento Pedagógico

**IV** Guía

**Área:** ciencia naturales

**Contenido:** la salud mental

**Se recomienda:**

- Usar lápiz grafito oscuro, letra legible.
- Utilizar el cuaderno del área de ciencias naturales.

### ¿Qué es la salud mental?

Se refiere al estado de bienestar emocional y constituye una parte importante en nuestra vida, ya que implica el aceptarnos como somos y aceptar a los demás como son.

#### **Características de la salud mental:**

- ✓ Mantener una relación cordial y amable con tus familiares, amigos y compañeros para vivir en armonía
- ✓ Aceptarte tal como eres, siguiendo los buenos consejos de familiares y amigos
- ✓ Ayudar a otros cuando tienen problemas
- ✓ Aceptar a los demás con sus logros y sus limitaciones
- ✓ Evitar la envidia: debemos compartir los éxitos de familiares, amigos y compañeros.

#### **La salud mental y los medios de comunicación:**

Los medios de comunicación, como: la televisión, la radio y la prensa, nos mantienen informados y nos brindan entretenimiento; pero también presentan programas que influyen de manera negativa en nuestra salud mental.

Específicamente, los programas de televisión y películas de cine con muchas escenas de violencia y sexo pueden producir cambios en el comportamiento de las personas, sobre todo en los jóvenes. Por eso, debemos asumir una actitud crítica al seleccionar la programación más adecuada para toda la familia

## Actividad

Observa y analiza un programa de televisión que te llame la atención. Luego responde.

- a) ¿Qué tipo de programa es?
- b) ¿Cuánto tiempo dura?
- c) ¿Qué idea o mensaje transmite?
- d) ¿Qué efecto puede tener sobre la salud mental de las personas?
- e) ¿Qué criterios debemos considerar al seleccionar un programa de televisión?

**Nota:** El cuestionario que fue asignado la semana del 14 al 16 de febrero y está actividad serán evaluadas en la semana presencial.