

Nocturna Monseñor Audino Rodríguez y Olmos

Docente: Roxana Pérez

Ciclo: 4

Turno Vespertino

Título: **los mitos en la sexualidad**

Guía 7

Actividades

1-Recuerda lo observado en el video “**los mitos en la sexualidad**” responde según lo visto en el video

a-¿Es lo mismo sexo y sexualidad? ¿Se relacionan entre sí?

b-¿En la primera relación sexual puede la mujer quedar embarazada?

c-¿Hay una edad determinada para iniciar en las relaciones sexuales?

d-¿Cada uno debe cuidar su cuerpo?

e-¿Las mujeres y los hombres se deben cuidar con métodos anticonceptivos en una relación sexual?

2-Realizar un cuadro comparativo sobre las enfermedades de transmisión sexual y como protegerse de las mismas. Ver el video <https://youtu.be/RiWGQzoUMkU>

- **CUADRO COMPARATIVO** Lee esta definición:

Un **cuadro** puede ser un gráfico que especifica los vínculos existentes entre distintos datos. Comparativo, por su parte, es aquello que permite realizar una comparación (descubrimiento de las semejanzas y las diferencias)

Enfermedades	Conceptos	Prevención

CÓMO HACER UN BUEN RESUMEN

Resumir consiste en expresar con las propias palabras las ideas principales, del texto que queremos reducir.

Al resumir, no se tendrán en cuenta los detalles, pero sí los datos necesarios para que la información sea completa.

El resumen tiene que ser breve y debe integrar y relacionar las ideas. Debe tener unidad y sentido.

Para resumir bien hay que seguir unos pasos:

1 Leer el texto tantas veces como sea necesario hasta su total comprensión, utilizando el diccionario si hiciera falta.

2 Subrayar las ideas principales y comprobar que lo subrayado tiene unidad y sentido.



www.juntadeandalucia.es/averroes

3 Realizar un esquema o un mapa conceptual con las ideas principales.

4 Redactar con nuestras propias palabras, de forma clara y precisa, las ideas principales enlazándolas con nexos de forma que exista ilación en el contenido.

9-Leer el texto cuantas veces sea necesario y realice un resumen del mismo

Enfermedades de Transmisión Sexual.

Las enfermedades de transmisión sexual o enfermedades venéreas son bastante frecuentes en el adolescente y adulto joven por las siguientes razones:

Los adolescentes están teniendo relaciones sexuales cada vez con mayor precocidad.

Tiene una tendencia a cambiar de pareja con mucha frecuencia.

Generalmente no usan preservativos o espermicidas que los protegen.

Muchas veces están contagiados y no tiene síntomas, lo que los hace portadores de la enfermedad.

Las enfermedades de transmisión sexual son enfermedades que requieren siempre un tratamiento con antibióticos. De lo contrario, siguen propagándose por el organismo, provocando mayor daño, como la esterilidad o la muerte.

Por desgracia algunos jóvenes, no consultan a médico; por temor o vergüenza o ignorancia, buscando ellos mismos su propio tratamiento, lo que obviamente casi nunca es eficaz.

Es importante prevenir estas enfermedades, con una responsable sexualidad, manteniendo ojalá una sola pareja sexual, usando preservativos o espermicidas, asociados a una adecuada higiene genital y sexual.

Estas enfermedades se adquieren a través de un contacto sexual entre dos personas en la cual una de ellas está infectada.

Actualmente se le conoce como ENFERMEDADES DE TRANSMISION SEXUAL (ETS).

Su importancia radica en la trascendencia de tipo social, ya que son enfermedades muy frecuentes y de fácil contagio de persona a persona.

La GONORREA y la SÍFILIS son las más frecuentes. De la misma manera, la SÍFILIS se presenta constantemente aunque en menor magnitud. El SIDA es una ETS muy conocida en este último tiempo, con porcentajes cada vez más crecientes.

Ultimamente se están observando unas enfermedades muy difíciles de diagnosticar, pero bastante frecuentes en la población; son las denominadas URETRITIS NO GONOCOCICAS. Es decir, ETS que no son gonorrea pero que pueden dar molestias semejantes a ella.

SE llama PORTADORES ASINTOMÁTICOS a todas aquellas personas que no presentan síntomas. Muchos de ellos tienen una GONORREA o SIDA y no saben que están infectados.

Como en general su vida sexual es promiscua, contagiará a muchas personas. Como te das cuenta es un problema de salud pública, bastante serio e importante.

10-Lee la siguiente información sobre los cuidados y prevención de la salud .

Prevención
Requerida del personal a la Dirección del Consejo de Prevención en la Salud

cuidado
alimentación
actividad física
chequeo oportuno
combatir adicciones
autoestima
estilo de vida

Porque lo que importa es **la salud**

CUIDADOS Y PREVENCIÓN

Mientras más tiempo se vive con diabetes descontrolada, mayor es el riesgo de presentar complicaciones en los ojos; es por ello que un control adecuado de la enfermedad se vuelve indispensable:

ALIMENTACIÓN SALUDABLE



es la base del tratamiento en el control de la diabetes.

ACTIVIDAD FÍSICA



ayuda a reducir los niveles de glucosa en sangre así como muchos beneficios más.

VISITAR AL OFTALMÓLOGO



al menos cada 6 meses para una revisión profunda del estado de sus ojos.

CONTROLAR LA PRESIÓN ARTERIAL



Igualmente con alimentación, actividad física y tratamiento médico.

Si ya existen complicaciones, el médico indicará el tratamiento a seguir con el fin de mantener estable el progreso de la enfermedad.

FUENTE: ASOCIACIÓN AMERICANA DE DIABETES

Salud Bucal Y tu cuerpo

<p>Cuida tus encías</p> <p>↓</p> <p>Evita parto prematuro</p>	<p>Infección dental</p> <p>↓</p> <p>Accidente cerebrovascular</p>	<p>Caries</p> <p>↓</p> <p>Problemas estético</p>
<p>Bacterias bucales</p> <p>↓</p> <p>Afecciones pulmonares</p>	<p>Encías</p> <p>↓</p> <p>Enfermedades cardiovasculares</p>	<p>Caries</p> <p>↓</p> <p>Enfermedades renales</p>
<p>Alergias en bebés</p> <p>↓</p> <p>Uso de chupón y dedo</p>	<p>Encías</p> <p>↓</p> <p>Diabetes mellitus II</p>	<p>Infección dental</p> <p>↓</p> <p>Problemas respiratorios</p>

11-Marca con una cruz las medidas de prevención para el cuidado del cuerpo.

- ✓ Realizar controles odontológicos periódicamente.....
- ✓ Comer muchas golosinas.....
- ✓ Hacer actividad física tres veces a la semana.....
- ✓ Beber gaseosas todos los días.....
- ✓ Visitar al oftalmólogo una vez cada seis meses.....
- ✓ Tomar medicación cuando me duela algo sin consultar al médico.....
- ✓ Controlar la presión arterial.....
- ✓ Realizar controles ginecológicos necesarios.....