

Desarrollo humano y personalidad

Unidad 4

Salud sexual y reproductiva

Indicadores de logro

- Manifiesta su criterio respecto a la higiene sexual.
- Señala la trascendencia de la higiene sexual para los individuos.
- Señala conductas que ponen en riesgo la salud sexual.



Evaluación diagnóstica

1. Escribe cuatro palabras que relaciones con "higiene sexual".



2. Explica qué son las infecciones de transmisión sexual

 **SANTILLANA**
Muestra
Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

3. Menciona algunas conductas que ponen en riesgo la salud sexual de las personas.

Higiene y salud sexual

Flora bacteriana. Conjunto de bacterias beneficiosas que habitan el cuerpo. Son ejemplos la flora intestinal y la vaginal.

PH. Índice que expresa el grado de acidez o alcalinidad de una disolución.

La higiene se refiere a las actividades diarias que realizamos para mantener nuestro cuerpo sano y evitar enfermedades. Todos aplicamos normas básicas como el asearnos, lavarnos las manos o cambiarnos diariamente nuestra ropa.

De igual forma, para tener una **salud plena** es fundamental la **higiene sexual**, que no es más que el cuidado de los órganos genitales. Esta atención requiere medidas especiales de aseo para evitar enfermedades que afecten nuestro sistema reproductor.

Las enfermedades del aparato reproductor más comunes guardan relación con el mal funcionamiento de alguno de los órganos que los componen, o con infecciones producidas por microorganismos.

Las enfermedades del aparato reproductor más comunes en la adolescencia

Síndrome de ovarios poliquísticos. Es la formación de pequeñas bolsas de líquido en los ovarios que produce alteraciones en el ciclo menstrual.

Fimosis. Estrechez del orificio del prepucio, que impide descubrir el glande. Mediante circuncisión (cirugía menor) se remueve el exceso de tejido del prepucio.

Orquitis. Es la inflamación de uno o de ambos testículos como resultado de una infección o una lesión.

Vaginitis. Es la inflamación de la vagina producida por microorganismos patógenos tales como hongos o bacterias. Puede llegar a producir fiebre y secreciones vaginales.

Infección urinaria: Es causada por la proliferación de bacterias en el aparato excretor, especialmente en la uretra.

Otros cuidados de los órganos genitales

En ocasiones los productos químicos que utilizamos para el aseo íntimo, o el uso de ropa interior calurosa o muy ajustada, puede provocar el crecimiento excesivo de las bacterias o su disminución, y generar malestar en los órganos genitales.

En algunas jóvenes y mujeres adultas es común la utilización de cremas, óvulos intravaginales o jabones íntimos sin previa medicación del doctor. Estas sustancias utilizadas por automedicación pueden provocar una alteración de la flora vaginal o el pH de la vagina, dejándola más propensa a cualquier infección.

En los varones el uso de jabones muy fuertes y el mal aseo del pene puede provocar irritaciones o infecciones. Entre el área comprendida entre el prepucio y el glande se pueden acumular residuos de jabón o secreciones corporales que propician el crecimiento de bacterias.

En caso de sentir escozor, secreciones de coloración u olor diferente a lo normal, es recomendable asistir al ginecólogo o el urólogo para recibir un tratamiento adecuado; jamás debemos automedicarnos.



Fundamentos legales, éticos y científicos de la salud sexual en Panamá

*“Con la intención de incorporar nuevas disposiciones a la luz de la **evidencia científica y sobre la base de los instrumentos legales a nivel nacional y los compromisos internacionales** asumidos por nuestro país en materia de derechos humanos, interculturalidad, equidad e igualdad de género, se procedió a la revisión y actualización de **la Normas Técnicas y Administrativas del Programa Nacional de Salud Integral de los y las Adolescentes**. Estas normas se fundamentan en la consideración que los y las adolescentes son sujetos de derecho y como tales, ciudadanos con responsabilidad en la gestión, monitoreo y evaluación de acciones de conservación de su salud y la del ambiente.”*

Ministerio de Salud.

Departamento de Salud y Atención integral a la Población. Programa de Salud Integral de la Niñez y la Adolescencia. 2006.

1. Establece la relación entre higiene y salud sexual.

2. Describe los cuidados diarios de higiene que le brindas a tu cuerpo para mantenerlo saludable.



SANTILLANA

Muestra

3. Comenta cuáles crees que son las consecuencias de no practicar las medidas de higiene sexual.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

4. Comenta qué harías si alguien cercano a ti presenta síntomas de algunas de las enfermedades del aparato reproductor.

5. Marca con ✓ los cuidados de los órganos genitales.
- Escribe en tu cuaderno que debe hacerse para corregir las prácticas incorrectas.

Cuidados de los órganos genitales		
Práctica	Correcto	Incorrecto
Utilizar ropa interior holgada y de tela fresca, preferiblemente algodón que permita la ventilación genital	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El uso de óvulos y jabones íntimos femeninos deben usarse sin prescripción médica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Durante el aseo diario, los varones deben poner especial atención al área comprendida entre el prepucio y el glande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Visitar al ginecólogo o al urólogo ante cualquier flujo de color u olor atípico o al sentir malestar en nuestros genitales	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Competencia Aprender a aprender

1. Elabora una guía personal para los cuidados de tu salud física y mental.
2. Evalúa cada semana el cumplimiento de los cuidados.
3. Anota al final de cada evaluación los correctivos que debes realizar para cumplir con los cuidados y mantener una buena salud.
4. Comparte tu experiencia con tus compañeros de clases.

Infectocontagiosa.
Se dice de las infecciones que se contagian fácilmente.

Las ITS

La denominación ITS se refiere a las **infecciones de transmisión sexual**. El término reemplazó a lo que se conocía como enfermedades venéreas.

Las ITS son dolencias **infectocontagiosas** en las que el contacto sexual es la principal vía de contagio. En algunos casos estas infecciones se transmiten a través de jeringas contaminadas, por contacto con sangre infectada, de madre a hijo durante el embarazo o en el momento del nacimiento. En su mayoría son causadas por bacterias, virus y hongos.

En algunas ocasiones, los términos **ITS** y **ETS (enfermedades de transmisión sexual)** se utilizan como sinónimos. Esto puede generar confusiones por lo que es necesario diferenciar entre **infección y enfermedad**.



Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción



Tener una infección implica que un agente extraño ha ingresado a nuestro cuerpo (virus, bacterias u otros microorganismos) y podría causar una enfermedad.

Una persona infectada no se siente necesariamente enferma. Es decir, no presenta síntomas. En el caso de que la enfermedad se desarrollara, la infección causaría síntomas en la persona que la sufre.

Es posible decir, a partir de esto, que el término ITS es más abarcador que el ETS, al incluir a las personas infectadas que aún no han presentado síntomas.

ITS más comunes

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) cada día se producen alrededor de un millón de contagios por ITS. El desconocimiento de los síntomas y las consecuencias de estas infecciones han incidido en la salud reproductiva de la población mundial.

La OMS promueve la educación sexual integral con el propósito de informar a la población acerca de la prevención y tratamiento de estas infecciones.

En el siguiente cuadro se detallan las características generales de algunas de las principales ITS.



ITS	Producida por	Síntomas	Transmisión
Sífilis	Bacteria <i>Treponema pallidum</i>	Aparición de ulceraciones genitales e inflamación de los ganglios	Contacto sexual
Gonorrea	Bacteria <i>Nisseria gonorrhoeae</i>	Produce dolor al orinar, es característica de esta enfermedad la producción de una secreción blanquizca con aspecto similar al pus	
Papiloma humano	Virus papiloma humano (PHV)	Aparición de verrugas en los genitales Principal causa del cáncer de cuello uterino	
Hepatitis B	Virus de la hepatitis B (VHB)	Puede evolucionar y hacerse crónica. Produce cirrosis y cáncer de hígado	
Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (Sida)	Virus de inmunodeficiencia humana (VIH)	Deficiencia inmunológica progresiva e irreversible, dejando al organismo sin defensa ante otros agentes infecciosos (*) Se manifiesta a través de infecciones o tumores	

(*) Estudios realizados indican que la mayoría de las personas con VIH son portadoras del virus durante años, antes de que se manifieste la enfermedad. Esto es debido a que el daño sobre el sistema inmunológico se produce, en general, en forma lenta y gradual. Existen tratamientos largos y costosos que mejoran la calidad de vida de los pacientes.

Evaluación formativa

1. Explica qué son las infecciones de transmisión sexual.

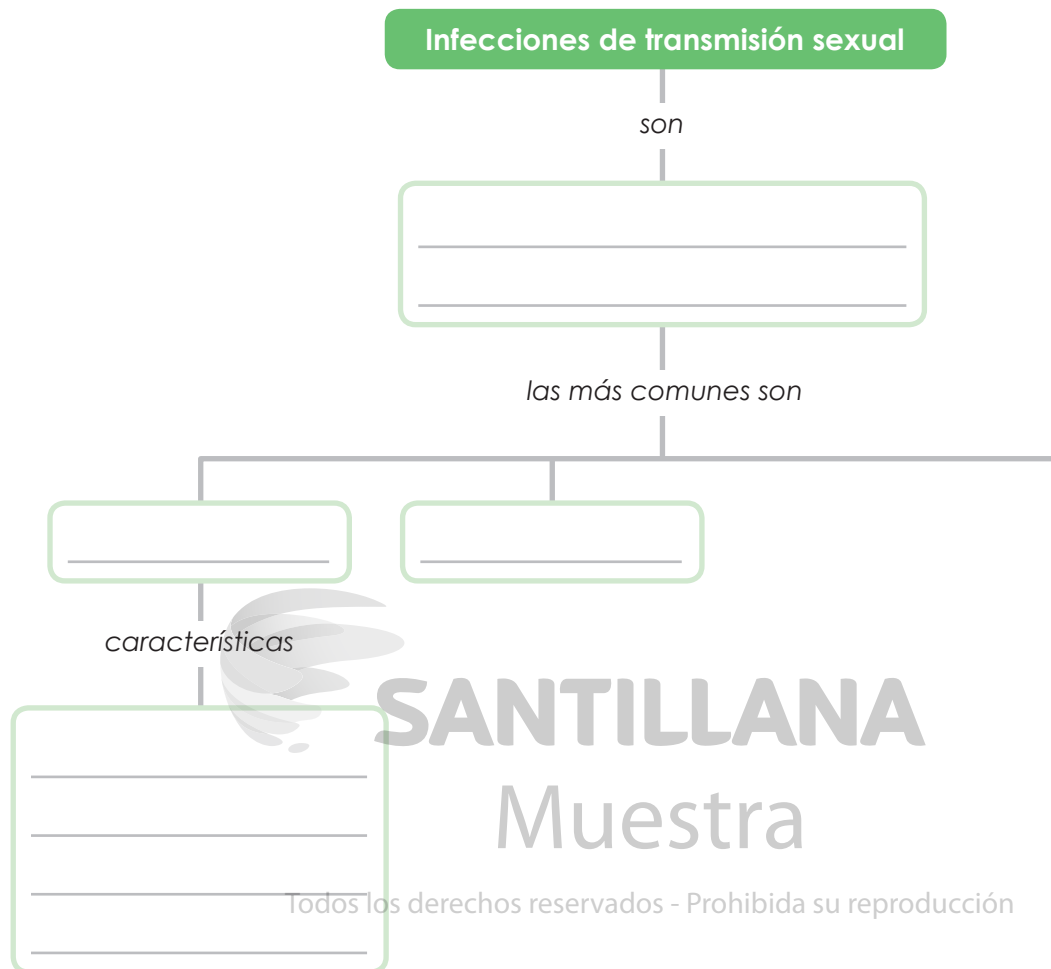
2. Explica la diferencia entre los conceptos infección y enfermedad.

3. Observa las fotografías.

- Identifica con una "I" la infección y con una "E" la enfermedad.
- Describe en los renglones a cada una.



4. Completa el mapa conceptual sobre la infecciones de transmisión sexual.



SANTILLANA
Muestra
Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

Competencia Social y ciudadana

En 2008 Panamá se convirtió en el primer país de América Latina en aplicar la vacuna contra el papiloma humano. El Ministerio de Salud (Minsa) y la Caja de Seguro Social (CSS) son las responsables de vacunar a la niñas de 10 y 11 años en todo el país.

1. Investiga los beneficios para la población panameña de esta vacuna desde su aplicación hasta la actualidad.
2. Comparte los datos con tu docente y compañeros.
3. Sugiereles invitar al Minsa y CSS al colegio para que ofrezcan, en una conferencia o feria de salud, información completa de esta vacuna.



DÍA MUNDIAL *de la lucha contra* EL SIDA

1 Diciembre

Prevención contra la ITS

La prevención incluye todos los actos que se pueden realizar para no contagiar y propagar estas infecciones. Es una de las herramientas más poderosas a nuestro alcance para poder erradicar las ITS.

Un apoyo fundamental son los métodos de diagnóstico médico disponibles, que han permitido la detección rápida de bacterias, virus y hongos causantes de las ITS. El tratamiento, utilizando antibióticos, como la penicilina y la tetraciclina, ha sido muy eficaz en las primeras etapas de las infecciones, con lo cual se impide que se vuelvan crónicas y que tengan consecuencias graves.



SANTILLANA

Algunas medidas de prevención contra la ITS

- Una mayor y mejor información y difusión acerca de las ITS y sus consecuencias.
- La consulta inmediata ante cualquiera de los síntomas característicos de las ITS. Un tratamiento oportuno previene complicaciones más severas así como que se convierta en una infección crónica.
- La realización de exámenes prematrimoniales y prenatales para evitar la propagación de las ITS, así como el contagio del feto o del recién nacido.
- La abstinencia sexual, el uso de preservativo y la fidelidad favorece la no propagación de las ITS.
- No utilizar jeringuillas infectadas; ni equipo de tatuajes, de belleza o médico que no se encuentren esterilizados.
- Control de los donantes de sangre. No pueden donar las personas con ITS.

Tecnología anticonceptiva

Se refiere al conjunto de medidas y métodos para la prevención de embarazos no deseados. Los métodos anticonceptivos o de control de la natalidad impiden o reducen significativamente las posibilidades de una fecundación. Incluyen una variada gama de estrategias adecuadas a diferentes circunstancias, estilos de vida y creencias.

La elección de un método anticonceptivo o la opción por la abstinencia implica un acto de responsabilidad y respeto hacia la propia persona y también hacia la pareja. Así, el consentimiento sobre el uso de cualquier método debe ser recíproco.

Los métodos anticonceptivos se clasifican en:

Naturales. Se basan en la abstinencia periódica a partir de reconocer el ritmo biológico femenino y detectar el período fértil. Algunas religiones, como la católica apostólica romana y el judaísmo ortodoxo, solo aceptan el uso de estos métodos.

No naturales. Incluyen los que implican el uso de una barrera para la fecundación. Se mencionan los anticonceptivos hormonales, los espermicidas, dispositivo intrauterino y los preservativos.



Anticonceptivos hormonales.

Son compuestos elaborados con hormonas sintéticas, similares a las que produce naturalmente la mujer. Son ejemplos, las píldoras, los parches y las inyecciones.

Espermicidas. Son sustancias químicas que se colocan en la vagina unos minutos antes de la relación sexual. Su propósito es impedir el movimiento de los espermatozoides para que no fecunden al óvulo.

Dispositivo intrauterino (DIU). Es un dispositivo de plástico y cobre que un médico especialista coloca en el útero de forma temporal.

Preservativo o condón. Es una funda de látex desechable que envuelve al pene e impide el contacto directo entre las mucosas. Además de prevenir embarazos no deseados, los preservativos son recomendados como la forma de prevención más efectiva de las ITS, incluido el VIH-sida siempre y cuando sean utilizados de forma correcta.

Evaluación formativa

1. Comenta qué opinas de la prevención como herramienta para no contagiar y propagar las ITS.

2. Describe qué tipo de información, acerca de la prevención de las ITS, has recibido en tu escuela o comunidad.

Escuela	Comunidad
 <p>Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción</p>	

3. Redacta algunas medidas de prevención de ITS para tu comunidad.

4. Lee la siguiente información:

Para el año 2013, de acuerdo con cifras oficiales del Ministerio de Salud y la Contraloría General de la República, en Panamá se registraron 8.586 adolescentes embarazadas. Este grupo, en edad escolar, entre 10 y 19 años, recibieron asistencia médica en los centros de salud para el control del embarazo.

- a. Comenta cuáles crees que son las causas de los embarazos de las adolescentes en Panamá.

- b. Menciona algunas sugerencias para fortalecer la educación sexual integral en los adolescentes panameños.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

Competencia

Manejo de la información y competencia digital

1. Visita la página web de la Fundación Pro Bienestar y Dignidad de las Personas Afectadas por el VIH-sida.

www.probidsida.org

2. Revisa la información, datos y videos acerca de las campañas de prevención contra el VIH-sida que realiza esta fundación.
3. Reúnete con tres compañeros. Conversen acerca de la percepción, que tiene cada uno del beneficio de la campaña de prevención de Probidsida.

Conducta sin riesgo



La adolescencia supone cambios importantes en la vida de las personas, que se relacionan con la manera en que se vive la sexualidad. Por ello, es fundamental tener el suficiente **conocimiento, la madurez y la responsabilidad** para actuar de la forma más adecuada.

En algunas ocasiones se asumen **conductas** que benefician o pueden perjudicar la salud y el futuro. Por tal razón hay que diferenciar entre **conductas de riesgo y conductas que involucran riesgo**.

Conductas de riesgo

Comprometen aspectos del desarrollo psicosocial o la supervivencia de la persona durante su juventud. En ocasiones, los adolescentes desarrollan conductas de riesgo con el fin de **experimentar sensaciones fuertes**, como la de conducir vehículos a gran velocidad.

Conductas que involucran riesgos

Son propias de jóvenes que asumen cuotas de riesgo conscientes de ello y como parte del **compromiso y la necesidad de un desarrollo pleno**. Por ejemplo, un adolescente asume un riesgo al dejar la casa de sus padres para trasladarse a otra ciudad o país a seguir estudiando.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

Para una conducta sin riesgo, responsable y conveniente respecto a la sexualidad, es necesario desarrollar y fortalecer los siguientes aspectos:

La confiabilidad de la información. Supone obtener datos precisos y veraces sobre el ejercicio de la sexualidad y la salud sexual.

Las actitudes y los valores. Consiste en evaluar las actitudes sexuales con el propósito de desarrollar valores, aumentar la autoestima y comprender las obligaciones y responsabilidades.

Las relaciones y destrezas. Significa desarrollar destrezas relacionadas con la comunicación, la toma de decisiones, las emociones, el manejo de la presión de grupo y la capacidad de establecer relaciones afectivas satisfactorias.

La responsabilidad. Implica asumir compromisos personales. Incluye el manejo de la presión de grupo y el cuidado de la salud sexual y reproductiva.

Derecho del adolescente a una salud integral

La **salud es un derecho humano** y, por lo tanto, de todos los individuos cualquiera que sea la clase social, la etnia, el género, la edad o religión.

Si bien el derecho a la **salud sexual y reproductiva** debe ser reconocido y ejercido por toda la población, preocupa de manera particular durante la adolescencia.

El derecho del adolescente a una **salud integral** es reconocido por las leyes. Así, se definen las facultades que les corresponden a las personas y las obligaciones que asume el Estado. También se fijan las responsabilidades compartidas y las acciones que llevan a cabo organismos públicos, privados y de la sociedad civil.

El derecho internacional

Los derechos sexuales y reproductivos se sustentan en distintos documentos del Derecho internacional: leyes, tratados y pactos.

Los derechos sexuales y reproductivos de los adolescentes están contemplados en la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño. Por su parte, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, por su sigla en inglés) trata en particular los derechos sexuales de las mujeres.

Además, en la Plataforma de Acción de la Cumbre Mundial de Población y Desarrollo (El Cairo, 1994) y en la de la Cumbre Mundial de la Mujer (Beijing, 1995), los derechos sexuales y reproductivos están claramente delineados.

La **salud reproductiva** se refiere al bienestar físico, mental y social, en los aspectos relacionados con el sistema reproductor sus funciones y procesos.

La **salud sexual** se refiere al bienestar físico, mental y social cuyo objetivo es el desarrollo de la vida y de las relaciones personales. Promueve el desarrollo de una sexualidad sana, placentera, sin riesgos, a lo largo de todas las etapas de la vida.

El derecho nacional

Panamá, acata el marco jurídico internacional de los derechos humanos, los derechos del niño, los derechos sexuales y reproductivos, crea las condiciones institucionales y recursos humanos en torno a este cumplimiento.

“Corresponde a las autoridades la promoción y difusión de tales derechos, no sólo entre quienes se ocupan de la atención de este grupo de la población, sino entre ellos mismos, a fin de que puedan conocerlos y ejercerlos; en tanto que los profesionales e instituciones de salud deben constituirse en garantes de que los y las adolescentes reciban la información y orientación en torno a sus derechos sexuales y reproductivos, así como su acceso a éstos, salvaguardando a su vez su derecho a la intimidad, la confidencialidad y el consentimiento”

Fuente: “Compilación de Convenios Internacionales y Leyes Nacionales de Protección en Salud Integral a la Población Adolescente (10 – 19 años) con énfasis en Salud Sexual y Reproductiva”

Ministerio de Salud, Fondo de Población de las Naciones Unidas. Panamá, 2006.

1. Lee el siguiente caso.

Catalina ha sido invitada a una fiesta de piscina para celebrar el cumpleaños de su amiga Berta. Le ha pedido a Corina, su hermana mayor, que le dé su opinión acerca del vestido de baño que escogió para ir a la fiesta. Corina le comenta que el modelo de dos piezas es un poco atrevido, que tenga en cuenta que a la celebración asistirán personas que no conoce, y que alguien podría propasarse con ella.

- a. Comenta si crees que la elección de Catalina representa un riesgo para ella.
- Justifica tu respuesta



- b. Expresa tu opinión acerca de la manera de vestir provocativa de algunos adolescentes: es una conducta de riesgo o una conducta que involucra riesgos.

- c. Escribe qué consejos le darías a Catalina.

¿Quién soy?

Enrique tiene 13 años. Hace poco se mudó a una nueva ciudad. Desde que llegó se dio cuenta de que los chicos de su edad usaban ropa a la que no estaba acostumbrado: jeans ajustados con polos muy pegados, o jeans sin correa y a la cadera con polos muy largos. A Enrique no le gusta mucho ese estilo pero, según sus nuevos amigos, es lo que está de moda.

Enrique le pidió a Sandra, una amiga, que lo acompañara a comprar ropa. Ella le dijo que vestía como viejo, que debía ponerse a la moda, y que se atreviera a ser diferente. Enrique no tuvo más remedio que comprarse unos jeans a la cadera.

Al día siguiente, cuando se los puso, su madre quedó espantada.

—¿Así saldrás a la calle? Con esos jeans pareces un callejero —le dijo.

—Mamá, mis amigos se visten así y a

Sandra le gusta —le respondió él, y salió.

Enrique se sentía un poco ridículo y fuera de lugar. Piensa que si viste como antes, sus amigos se burlarán de él y Sandra ya no lo querrá, y que si cambia, sus padres se enojarán. No sabe a quién hacer caso o si debería vestirse como de verdad le gusta a él.



Reflexiona sobre el caso

Si estuvieras en el lugar de Enrique, ¿Qué harías?

- ¿Qué piensas de la actitud de los amigos de Enrique y de Sandra? ¿Y de su familia?

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

Para conocerme mejor

1. Lee las afirmaciones, reflexiona. Marca tu opinión.

	TA	DA	MA	ED	TD
Casi siempre sigo las opiniones de mis amigos.					
La vestimenta es parte de mi identidad y, por eso, solo yo debo decidir sobre ella.					
Cada que tengo que tomar una decisión, prefiero consultarla con quienes me rodean.					
TA = Totalmente de acuerdo / DA = De acuerdo / MA = Medianamente de acuerdo / ED = En desacuerdo / TD = Totalmente en desacuerdo					

2. Compara tus respuestas con las de un compañero. Reflexiona acerca de las diferencias de opinión.

Identidad en la adolescencia

La crisis de identidad en la adolescencia no debe ser considerada un problema. Por el contrario, es un signo de maduración, ya que ayuda a resolver y superar situaciones problemáticas. Los adolescentes experimentan incertidumbre ante un porvenir desconocido; ansiedad y miedo a vivir por cuenta propia y sin el apoyo de los padres. Esos sentimientos se reflejan en su conducta de dos maneras:

- **Afirmando su “yo”**. Buscan diferenciarse de los demás y ser el centro de todo. Por un lado, prefieren estar solos y, por otro, les gusta atraer la atención con su conducta, su lenguaje, los rasgos de sus grupos.
- **Cuestionando las normas y los valores de los adultos**. Se vuelven críticos, sienten que las normas y valores de los adultos los limitan. El diálogo con los adultos generalmente no funciona, pues asumen que no entienden sus ideas y que solo quieren cambiarlos.

Crisis de identidad adolescente

Existen tres aspectos a considerar para entender la crisis de identidad en la adolescencia:

- No es exclusiva de la adolescencia. Se puede dar en cualquier periodo en el que la persona busque el sentido de sí misma y del mundo.
- Es diferente para cada generación, pues los contextos van cambiando. Los cambios sociales y avances tecnológicos los hacen diferentes.
- Se resuelve cuando la persona descubre su propio sentido en la vida. Eso implica actuar con autonomía y responsabilidad.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

Puedo hacerlo

1. **Identifica.** Señala conductas concretas que reflejan la crisis de identidad.

	En Enrique	En ti mismo
Afirmación del “yo”		
Crítica a las normas de los adultos		

2. **Investiga y compara.** Conversa con tus familiares adultos sobre su época de adolescencia. Responde en tu cuaderno:

- ¿Cómo era su música y forma de vestir?
- ¿Cómo había que “ser” para estar en el grupo?

3. **Aplica.** Señala tres cualidades que te hacen único. Comparte las respuestas con tus compañeros. Comenten qué los hace ser únicos.

4. **Analiza.**

- ¿Qué hechos de tu historia familiar y personal te ha impresionado más?
- ¿De qué manera esos hechos han influido en la formación de tu identidad?

1. Elabora una campaña escolar de promoción de la identidad social.
 - Reúnete con los compañeros de tu clase.
 - Organicen grupos de trabajo de acuerdo a las tareas pendientes.
 - Escojan un tema orientado al **fortalecimiento de las relaciones sociales en la adolescencia**.
 - Abran un debate grupal para definir los contenidos del tema a presentar.
 - Elaboren una agenda de trabajo para la campaña con el propósito de administrar las asignaciones de las tareas y su tiempo de ejecución.
 - Elaboren un listado de los recursos necesarios
 - Definan el lema, fecha y tiempo de la campaña.
 - Elaboren la agenda para las actividades de la campaña.
 - Elijan un logo que represente el sentir de los adolescentes en el tema escogido, y exprese los valores que deberán resaltar en la campaña.
 - Debatan los formatos de divulgación que utilizarán: folletos, afiches, elementos digitales y promocionales.
 - Determinen los canales o vías de divulgación de la campaña: redes sociales, mensajería digital, boletines en radio y televisión.
 - Incluyan en las actividades de campaña: exposiciones, conferencias, video conferencias, exhibición de documentales cortos, caminatas, eventos culturales y deportivos, concursos de oratoria y dibujo entre otros.
 - Elaboren invitaciones a la comunidad educativa, autoridades y empresarios locales a las distintas actividades de la campaña.
 - Consideren actos especiales para la apertura y cierre de la campaña.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

2. Reúnanse una vez terminada la campaña.
 - a. Evalúen los resultados de la campaña relacionados con la receptividad del mensaje por el público en general.
 - b. Analicen el esfuerzo grupal en el proceso de realización de la campaña.
 - c. Identifiquen las debilidades y fortalezas de la organización.
 - d. Redacten un informe a las autoridades escolares de los beneficios obtenidos en la campaña.

3. Describe el beneficio personal que obtuviste de la campaña.

4. Menciona dos actividades o pasatiempos que realizas y que pudieras convertir en una profesión.

- Elige una de las actividades.
- b. Explica cómo tu elección la convertirás en una profesión.

- c. Explica cómo tu elección te permitirá desenvolverte como un individuo productivo dentro de la sociedad.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

5. Menciona dos carreras universitarias que te atraen para desarrollarte como profesional.

- a. Elige una de las carreras.
- b. Explica cómo tu elección te permitirá desenvolverte como un individuo productivo dentro de la sociedad.

6. Establece la relación entre el bienestar físico y el bienestar mental.

7. Describe cómo alcanzas tu bienestar físico y mental.



8. Describe lo que haces para mantener un estilo de vida saludable.

Todos los derechos reservados - Prohibida su reproducción

9. Escribe tu opinión acerca del valor de la salud integral en la adolescencia.

10. Comenta los beneficios que recibes de la información relacionada con el origen y prevención de las ITS.

11. Menciona los aspectos que son necesarios desarrollar y fortalecer para tener una conducta responsable respecto a la sexualidad.

- Describe en los recuadros cómo desarrollas cada uno.

<div data-bbox="304 872 831 965"><hr/></div> <div data-bbox="304 982 831 1359"><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></div>	<div data-bbox="943 872 1469 965"><hr/></div> <div data-bbox="943 982 1469 1359"><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></div>
<div data-bbox="304 1431 831 1524"><hr/></div> <div data-bbox="304 1541 831 1910"><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></div>	<div data-bbox="943 1431 1469 1524"><hr/></div> <div data-bbox="943 1541 1469 1910"><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/><hr/></div>