
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA | EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Año	Quinto
Asignatura	Educación Para la Salud
Objetivo general	El alumno: Construirá conocimientos, desarrollará habilidades, hábitos y valores para el cuidado integral de su salud y de la comunidad, a través de la investigación y la reflexión de los principales problemas de salud en su entorno, analizando el proceso salud-enfermedad para el cuidado de si a lo largo de la vida.

Unidad 1

La prevención en el autocuidado de la salud

Objetivos específicos	El alumno: Construirá conocimientos de educación para la salud para analizar, comprender y explicar el proceso salud-enfermedad de manera integral investigando los factores que intervienen en este mediante la aplicación del primer nivel de prevención que incide de manera activa en la toma de decisiones y auto cuidado de la salud
-----------------------	---

Contenidos	Se conserva	Se reduce / Se adapta	Se omite	Justificar respuesta
CONCEPTUALES				
1.1 Problemas de salud pública en México		X		Los puntos 1.1, 1.2 y 1.3 se adaptan ya que son conocimientos introductorios propios de la materia. Se reduce a las 5 principales causas de morbi-mortalidad general.
1.2 Importancia de la Educación para la salud como base integradora de otras disciplinas		X	X	-Los puntos 1.1, 1.2 y 1.3 se adaptan ya que son conocimientos introductorios propios de la materia. -Se puede omitir y ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.
1.3 Génesis y evolución de las enfermedades en México, repercusiones sociales y económicas a nivel nacional		X		Los puntos 1.1, 1.2 y 1.3 se adaptan ya que son conocimientos introductorios propios de la materia. Es conveniente abordar la historia natural de la enfermedad, mencionar 2 principales causas de enfermedades en México como ejemplo y mencionar brevemente las repercusiones sociales y económicas, sirva como ejemplo esta pandemia.
1.4 Interacción del ambiente y los agentes causantes de las enfermedades en el individuo	X	X		-Se adapta al punto 1.9. - Es un concepto básico: triada ecológica.
1.5 Impacto de la prevención, para reducir los problemas de salud en México	X			Son conocimientos propios de la materia. Se podría acotar a prevención primaria.
1.6 Comportamiento y distribución de los principales problemas de salud en México		X	X	-Se puede adaptar, está implícito en el punto 1.5. -Se omite, se puede integrar al contenido 1.1.
1.7 Acceso a la atención de salud en México		X	X	-Se adaptar integrándolo al contenido 1.12.

				-Se omite, podría ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo, verlo en la realidad actual.
PROCEDIMENTALES				
1.8 Análisis por escrito de enfermedades comunes que padecen los alumnos o sus familiares en el proceso dinámico de salud-enfermedad	X	X		-Se reduce, se ve en la unidad 2 donde está incluido. -Básico, está relacionada con los contenidos conceptuales 1.1
1.9 Análisis por escrito de la dinámica de los componentes de la triada ecológica (hospedero, ambiente y agente), a través del estudio de una enfermedad respiratoria aguda	X			Son conocimientos propios de la materia, básico, está relacionada con los contenidos conceptuales 1.4.
1.10 Aplicación de medidas preventivas en la historia natural de la enfermedad en el contexto de los adolescentes	X			Son conocimientos propios de la materia.
1.11 Relación entre las epidemias, endemias y pandemias y las causas de morbilidad y mortalidad en México y su impacto social, ambiental y económico a nivel nacional	X		X	-Contenido fundamental. Son conocimientos propios de la materia. -Se omite, podría ser integrado al contenido 1.3.
1.12 Utilización de la información sobre el derecho de la salud para reconocer las instituciones de salud a las que se pueden acudir	X		X	-Contenido fundamental. Son conocimientos propios de la materia. -Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo, verlo en la realidad actual.
1.13 Aplicación de los mecanismos homeostáticos en los diferentes procesos fisiológicos	X		X	- Contenido fundamental. Son conocimientos propios de la materia. -Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.
ACTITUDINALES				
1.14 Valoración de su estado de salud	X			Son conocimientos propios de la materia.

			Aprovechar la pandemia como elementos de reflexión en cuanto a la salud personal y familiar.
1.15 Aplicación del primer nivel de prevención en la vida cotidiana	X		Son conocimientos propios de la materia. Es fundamental equivale a la parte central de los objetivos del programa.
1.16 Valoración de los mecanismos homeostáticos en la conservación de la salud		X	Es suficiente con el punto 1.13 donde está incluido. Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.
1.17 Empleo de la información sobre el derecho a la salud para reconocer las instituciones de salud a las que se puede acudir		X	Es suficiente con el punto 1.12 donde está incluido. Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.

Unidad 2

Estilos de vida como medida de prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad en México

Objetivos específicos

Adquirirá los conocimientos básicos de anatomía y fisiología para comprender la historia natural de la enfermedad de las principales causas de morbilidad y mortalidad en México, tomando en cuenta el diagnóstico de salud en México y la transición epidemiológica, mediante la investigación en diferentes fuentes oficiales de información.

Identificará y reflexionará sobre las conductas de riesgo que propician la aparición de los principales problemas de salud en México tomando como guía las tablas de morbilidad y mortalidad para que modifique aquellas con las que se enfrente.

Valorará y desarrollará conductas para la protección del cuidado de la salud mediante la modificación de hábitos personales y el saneamiento del medio para evitar enfermedades.

Contenidos	Se conserva	Se reduce / Se adapta	Se omite	Justificar respuesta
CONCEPTUALES				
2.1 Anatomía y fisiología básica necesaria para comprender y prevenir las principales causas de morbilidad y mortalidad en México			X	Este contenido se integra en el punto 2.4. Es un contenido adicional. Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.
2.2 Alimentación saludable como medida de prevención de los trastornos nutricionales (obesidad, desnutrición, anemia) y de las enfermedades crónicas degenerativas (hipertensión arterial, diabetes mellitus, y sus complicaciones como insuficiencia renal crónica)	X	X		-Son conocimientos propios de la materia. -Se reduce a mencionar en que consiste una alimentación saludable con el plato del buen comer y la jarra del buen beber, sin especificar para cada grupo de enfermedades.
2.3 Beneficios del ejercicio físico y la higiene en la salud, como medidas de prevención para las principales causas de morbi-mortalidad y sus complicaciones	X	X		-Se adapta al punto 2.10 donde está incluida. -Concepto básico, forma parte del objetivo del programa como medidas de prevención.
PROCEDIMENTALES				
2.4 Integración de la anatomía y fisiología de los sistemas corporales en la prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad	X		X	-Son conocimientos propios de la materia. -Es un contenido adicional. Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.

2.5 Adopción de medidas de prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad en México (diabetes mellitus, cardiopatías, hipertensión arterial, tumores malignos, enfermedades cerebrovasculares, enfermedades pulmonares obstructivas crónicas, infecciones respiratorias agudas, enfermedades periodontales, infecciones intestinales, infección de vías urinarias, insuficiencia renal)		X		Se reduce eliminando las causas de enfermedades pulmonares porque se puede ver en la prevención en el tabaquismo. Se elimina la insuficiencia renal porque esta se previene evitando la diabetes e hipertensión. Se recomienda hacer una reducción a las 5 principales causas de morbi- mortalidad general en México.
2.6 Elaboración de un análisis por escrito de la importancia de la alimentación y el ejercicio físico como un estilo de vida saludable		X	X	-Se adapta al punto 2.10. -Se omite, se puede integrar a otros contenidos como son el 2.2 y 2.3.
2.7 Experimenta la trascendencia de las inmunizaciones y el examen médico periódico en la salud	X	X		-Se puede adaptar al contenido 2.9. -Contenido básico, forma parte fundamental de la prevención y por consiguiente de los objetivos del programa.
2.8 Aplicación de las medidas de higiene como pilar de la prevención en la historia natural de la enfermedad		X	X	-Se adapta al punto 2.10 -Se omite, se puede integrar al contenido 2.3.
ACTITUDINALES				
2.9 Valoración del examen médico periódico y de la aplicación de las inmunizaciones como medidas de prevención	X			Son conocimientos propios de la materia. Básico, está relacionado con el contenido 2.7.
2.10 Reconocimiento de la importancia de llevar a la práctica medidas higiénicas, así como el ejercicio físico y la alimentación saludable en la vida cotidiana para la prevención de enfermedades	X			Son conocimientos propios de la materia. Básico, está relacionado con el contenido 2.3.

Unidad 3

Prácticas saludables como medida de prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad en la adolescencia en México.

Objetivos específicos

Aplicará las medidas de prevención primaria a través del análisis de experiencias vivenciales, para crear un estilo de vida saludable que le permita evitar las enfermedades propias del periodo de vida en el que se encuentra.

Valorará la expresión de la sexualidad y sus diferentes manifestaciones con tolerancia y respeto a través del análisis de experiencias vivenciales, para crear ambientes sociales saludables.

Contenidos	Se conserva	Se reduce / Se adapta	Se omite	Justificar respuesta
CONCEPTUALES				
3.1 Causas de morbilidad y mortalidad en los adolescentes en México	X	X		-Son conocimientos propios de la materia. -Se puede reducir a las 5 principales causas de morbi-mortalidad del adolescente en México.
3.2 Anatomía y fisiología básica de los sistemas corporales en la prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad adolescente	X		X	-Son conocimientos propios de la materia. -Es un contenido adicional. Puede ser revisado por el alumno, en el contexto del aprendizaje autónomo.
3.3 Sexualidad humana como parte de la salud integral del individuo		X		Se adapta al punto 3.13. Se podría reducir a los siguientes temas: ITS, anticoncepción para los y las adolescentes y embarazo no planeado.
3.4 Prevención del consumo de sustancias adictivas en la población adolescente	X	X		-Se adapta al punto 3.9. -Concepto básico, la prevención como parte del objetivo del programa en los riesgos y vulnerabilidades en este grupo atareó.

3.5 Importancia para la prevención de accidentes y violencia en la adolescencia	X	X	Se adapta al punto 3.11. -Concepto básico, la prevención como parte del objetivo del programa en los riesgos y vulnerabilidades en este grupo atareó.
3.6 Medidas para prevenir los principales trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia		X	-Se puede adaptar. Está integrado en el punto 3.12 y 3.16. -Se puede omitir, integrándolo a otros contenidos como son el 2.2.
PROCEDIMENTALES			
3.7 Adquisición de medidas de prevención de las principales causas de morbilidad y mortalidad en la adolescencia en México	X	X	-Son conocimientos propios de la materia. -Se reduce a las 5 principales causas de morbi-mortalidad en la adolescencia en México.
3.8 Elaboración de un análisis por escrito de la educación sexual para una vida sexual saludable y su importancia en la prevención del embarazo no planeado y en la prevención de las principales infecciones de transmisión sexual (VIH, VPH, sífilis, gonorrea, tricomoniasis, candidiasis)	X		Son conocimientos propios de la materia Básica. - la prevención como parte del objetivo del programa en los riesgos y vulnerabilidades en este grupo atareó.
3.9 Elaboración de un plan para evitar el consumo del alcohol, tabaco y otras sustancias adictivas (marihuana, cocaína, inhalables y de diseño)	X		Son conocimientos propios de la materia Básica. - la prevención como parte del objetivo del programa en los riesgos y vulnerabilidades en este grupo atareó.
3.10 Demostración de medidas de prevención de accidentes y violencia (accidentes, agresiones, homicidios), lesiones auto-infligidas intencionalmente (suicidio)	X	X	-Se adapta al punto 3.16. -Concepto básico, se recomienda mencionar brevemente.

3.11 Reflexión escrita sobre la importancia de prevenir accidentes y violencia en la adolescencia	X	X	-Se adapta al punto 3.16. -Se omite, se puede integrar al contenido 3.5 y 3.10.
3.12 Adquisición de medidas de prevención de los principales trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia	X	X	-Se adapta al punto 3.16. -Se puede omitir, se integra al contenido 2.2.
ACTITUDINALES			
3.13 Valoración de una sexualidad sana como parte de la vida	X		Son conocimientos propios de la materia. Parte fundamental del desarrollo integral de los y las adolescentes.
3.14 Tolerancia y respeto hacia la diversidad de la sexualidad, sus diferentes formas de expresión en los contextos socioculturales existentes	X		Son conocimientos propios de la materia. Parte fundamental del desarrollo integral de los y las adolescentes
3.15 Valoración y aprecio de la prevención de las adicciones a partir de algunas prácticas lúdico-recreativas	X	X	-Se elimina pues se ve en el punto 3.9. -Concepto básico. Parte fundamental del desarrollo integral de los y las adolescentes.
3.16 Valoración de la importancia de prevenir los trastornos de la conducta alimentaria, así como de accidentes y violencia en la adolescencia	X		Son conocimientos propios de la materia. Parte fundamental de la prevención primaria.

Comentarios finales

Se considera que muchos temas se pueden fusionar y enseñar de manera conjunta ahorrando tiempo sin impactar los contenidos de aprendizaje que abordan. Adicionalmente, es importante no perder de vista los objetivos del programa que es lo que nos indica lo que deseamos que aprendan los y las alumnas, tanto los objetivos generales y específicos de cada unidad.