

4° SEMESTRE GRUPO III



**A TODA LA COMUNIDAD ESTUDIANTIL**  
**1° PERIODO DE REGULARIZACIÓN**  
**OPCIÓN**

III. ASESORIAS COMPLEMENTARIAS  
(IMPARTIDAS POR EL DOCENTE CON UNA DURACION MÍNIMA DE 25 HRS).

**SALUD INTEGRAL DEL**  
**ADOLESCENTE IV**

**Nombre completo del alumno (a):**

\_\_\_\_\_

**Grado y grupo:** \_\_\_\_\_

Nombre del docente: Ana Benita Vergara Contreras

### III.- ASESORIAS COMPLEMENTARIAS (IMPARTIDAS POR EL DOCENTE CON UNA DURACION MÍNIMA DE 25 HRS)

- **Objetivo general:** El alumno conoce y describe el proceso e implicaciones del embarazo en la adolescencia

**EJE:** Asume la cultura de prevención en la salud sexual y reproductiva

#### **Competencia Genérica:**

Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para procesar e interpretar información

#### **Competencia Disciplinar:**

- El alumno identifique y comprenda los riesgos que conlleva un embarazo.
- Identifica, ordena e interpreta las ideas, datos y conceptos explícitos e implícitos en un texto, considerando el contexto en el que se generó y en el que se recibe.

#### **Aprendizajes esperados**

- El alumno identifique y comprenda los riesgos que conlleva un embarazo.
- Explica las etapas del embarazo
- Identifica los problemas de salud que pueden llevar a la muerte prenatal y materna en la adolescencia
- Conoce las repercusiones que implica ser un padre adolescente
- Identifica los cambios generados en su estilo de vida al enfrentar un embarazo
- Reconoce situaciones de riesgo de abuso sexual.

#### **CARACTERÍSTICAS DE PRESENTACIÓN:**

- ✓ Entregar 100% contestado de manera correcta
- ✓ Resuelve los ejercicios en hojas blancas con margen.
- ✓ Las actividades deberán ser contestadas a mano, con letra legible sin faltas de ortografía
- ✓ Elaborar con bolígrafo tinta de color negro
- ✓ **Presentar engargolado** el día \_\_\_\_\_ y hora \_\_\_\_\_
- ✓ La calificación final máxima es 7.0

# EXAMEN DIAGNÓSTICO SALUD INTEGRAL IV

NOMBRE COMPLETO: \_\_\_\_\_ GRADO Y GRUPO: \_\_\_\_\_

**I.- INSTRUCCIONES:** Lee atentamente cada interrogante, responde de manera correcta y detallada, utiliza todo el espacio para tu respuesta

1.- ¿Qué es la adolescencia?

---

---

---

---

---

2.- ¿Qué es el embarazo?

---

---

---

---

---

3.- ¿Qué es el embarazo adolescente?

---

---

---

---

---

4.- ¿Qué es la planificación familiar?

---

---

---

---

---

5.- ¿Qué es la higiene?

---

---

---

---

---

6.- ¿Qué es el sedentarismo?

---

---

---

---

---

7.- ¿Qué es la sexualidad?

---

---

---

---

---

---

8.- ¿Qué es eclampsia?

---

---

---

---

---

---

9.- ¿Qué es preeclampsia?

---

---

---

---

---

---

10.- ¿Qué es baja autoestima?

---

---

---

---

---

---

12.- ¿Qué es puerperio?

---

---

---

---

---

---

13.- ¿Qué es un aborto?

---

---

---

---

---

---

**II.- INSTRUCCIONES:** Lee detenidamente la siguiente información, subraya las ideas centrales y realiza un resumen (extensión una cuartilla)

## SÍNTOMAS DE EMBARAZO

Los primeros signos y síntomas de embarazo pueden surgir antes del retraso de la menstruación, pero pueden ser tan sutiles que solamente las mujeres que están muy atentas a su cuerpo o que están intentando quedar embarazadas pueden notarlo, porque la mayoría de las veces pasan desapercibidos. Los síntomas de embarazo son muy parecidos a algunos síntomas premenstruales, pero se debe a otras causas. A continuación, algunos síntomas que pueden indicar que la mujer está embarazada:

**Ausencia de menstruación:** este es uno de los primeros síntomas. Si este síntoma aparece, se recomienda hacer un test de embarazo para saber si el resultado es positivo.

**Sangrado de implantación:** es el proceso en la cual el feto se acomoda y causa el rompimiento de algunos vasos sanguíneos. No debe durar más de dos días y la cantidad es menor al de la menstruación.

**Incremento de líquidos, Aumento de las ganas de orinar:** aumenta la frecuencia miccional.

**Gases, Cólicos e hinchazón abdominal:** se debe al desplazamiento de los intestinos para dar espacio al feto.

**Dolor pélvico:** es causado por la distensión del útero.

**Náuseas y mareos:** la mayor producción de progesterona y el efecto de la hormona que secreta el bebé HCG (hormona gonadotrófica coriónica) suelen irritar las mucosas del estómago. Este síntoma suele desaparecer luego del segundo trimestre.

**Cambios en el pecho, Mamas sensibles e hinchadas:** las mamas aumentan de tamaño y hay una mayor sensibilidad en los pezones.

**Somnolencia, Cansancio fácil:** la producción de más progesterona provoca mayor gasto de energía.

**Cambio en el gusto y en el olfato, Aversión a olores fuertes.** Estos sentidos se agudizan causando los famosos antojos.

Flujo vaginal rosado

Variaciones de humor

Náuseas, vómitos o salivación excesiva

Mareos, sueño y dolor de cabeza

Espinillas y piel grasosa.

¿Cómo saber si estoy embarazada?

La mejor forma de confirmar si está embarazada o no es realizando una prueba de embarazo, la de farmacia puede realizarse en casa a partir del 1º día que presenta retraso de la menstruación y, la de sangre puede realizarse 10 días después de haber tenido relaciones sexuales dentro del período fértil. Existen otras causas de retraso menstrual que son comunes además de un embarazo como, por ejemplo: estrés, alteraciones hormonales o las pastillas anticonceptivas de uso continuo.

### CUANDO SE PUEDE HACER LA PRUEBA DE EMBARAZO

La prueba de embarazo que se compra en la farmacia puede ser realizada en el primer día del retraso de la menstruación. Si el resultado da negativo puedes esperar 3 a 5 días más, y si la menstruación continúa atrasada puede realizarse una nueva prueba de embarazo. Si el resultado todavía es negativo, se debe evaluar la posibilidad de hacer un examen de sangre ya que es más fidedigno y muestra la cantidad de la hormona Beta hCG que sólo es producida durante la gestación. Este examen puede indicar el resultado Positivo o Negativo e indicar cuántas semanas de gestación tienen

Sin embargo, si después de 10 días de retraso la prueba de embarazo sigue dando negativa, la mujer no debe estar embarazada, pero debe marcar una consulta con el ginecólogo para verificar la causa de su atraso menstrual.

¿Cuándo se debe hacer la ecografía?

A partir de las 5 semanas de embarazo el médico puede hacer una ecografía transvaginal para observar el saco gestacional y verificar si el embarazo se está desarrollando dentro del útero, ya que en algunos casos, puede ocurrir un embarazo ectópico, que es cuando a pesar de que la mujer puede estar embarazada, el bebé se está desarrollando a nivel de las trompas de Falopio y rara vez en los ovarios, el abdomen o el cuello uterino. Resultando en una situación que coloca en riesgo la vida de la mujer. Si el médico no ha realizado la ecografía entre la 8ª y 13ª semana de embarazo, deberá pedir ese examen para confirmar también cuál es la edad gestacional y cuándo el bebé debe completar las 40 semanas, para calcular la fecha prevista para el parto.

En este examen el bebé sigue siendo muy pequeño y puede ser difícil de ver, pero generalmente es muy emocionante para los padres. Es muy temprano para saber el sexo del bebé, pero si el médico desconfía de que es niño, es probable que sea, pero aun así hay que confirmar en el próximo ultrasonido, en el segundo trimestre de la gestación, alrededor de las 20 semanas. La duración aproximada de un embarazo es de 280 días. Son 40 semanas desde el primer día de la última menstruación o 38 semanas (aproximadamente nueve meses) desde el momento de la fecundación.

Se considera un embarazo a término aquel que transcurre entre la semana 37 (259 días cumplidos) y la semana 42 de gestación (294 días cumplidos). Un embarazo de menos de 37 semanas se considera pre-término, mientras que uno de más de 42 semanas se considera post-término. Existe una fórmula para conocer la fecha probable de parto, conocida como Regla de Nagele, que consiste en restarle tres meses y añadirle siete días a la fecha (el primer día) de la última menstruación.

El embarazo se divide en trimestres. El primer trimestre abarca hasta la semana 14 de embarazo (12 semanas de gestación), el segundo trimestre de la semana 14 a la semana 28 de embarazo y el tercer trimestre desde la semana 28 a la semana hasta el nacimiento. El período embrionario se extiende desde la implantación del cigoto en las paredes del útero hasta la décima semana de gestación, cuando se han completado las estructuras principales y pasa a considerarse feto. El embarazo generalmente dura 9 meses o 37 a 39 semanas y es dividida por trimestres. Para saber en qué etapa de gestación se encuentra la mujer, existe la calculadora de embarazo que calcula desde la última vez que se tuvo el período la semana exacta del embarazo.

Cada semana tiene características diferentes como se explican a continuación:

#### PRIMER TRIMESTRE

- 1º mes (semana 1-4): La placenta, el cordón umbilical y el sistema nervioso del bebé comienza a formarse.
- 2º mes (semana 5-9): La placenta y el cordón umbilical se forman definitivamente mientras que comienza la formación del cerebro del bebé.
- 3º mes (semana 10-13): Se forma el feto como tal y es posible reconocer su sexo.

En las primeras etapas del embarazo, la mujer sufre cambios hormonales muy importantes, que pueden provocar diversos síntomas, entre los cuales cabe destacar:

- Sensación de fatiga extrema.
- Náuseas y/o vómitos, especialmente por la mañana. Sensibilidad e hinchazón en los senos.
- Cambios de humor.
- Acidez estomacal.
- Estreñimiento.
- Antojo o rechazo por determinados alimentos.

Algunas mujeres pueden presentar muchos de los síntomas mencionados, mientras que otras no sienten ningún tipo de molestias en las primeras etapas del embarazo. Al mismo tiempo, el bebé se desarrolla rápidamente, su corazón comienza a latir, su cabeza, sus brazos y piernecitas crecen, y hacia el final del primer trimestre, ya puede conocerse el sexo del bebé.

#### SEGUNDO TRIMESTRE

- 4º mes (semana 14-17): La placenta comienza a mandar nutrientes, ayudar en la respiración y secretar hormonas para el bebé cuyo aparato circulatorio y esqueleto comienzan a formarse y organizarse.
- 5º mes (semana 18-22): El cuerpo del bebé cubre la totalidad del útero materno y termina la maduración de su sistema nervioso.
- 6º mes (semana 23-27): Los bronquios y pulmones del bebé están casi maduros y es viable para la vida fuera del útero.

De las diferentes etapas del embarazo, ésta es muchas veces la más llevadera, ya que en general se sienten menos molestias. Es probable que las náuseas desaparezcan, el cuerpo se habitúa al cambio hormonal y el abdomen comienza a crecer. El bebé continúa desarrollándose, se forman muchos de sus órganos internos; la madre puede notar algunos movimientos del bebé, que ya es capaz de succionar, rascarse, oír y tragar.

#### TERCER TRIMESTRE

- 7º mes (semana 28-31): El bebé responde a los ruidos exteriores y ya posee los órganos necesarios y maduros.
- 8º mes (semana 32-36): El bebé completa su desarrollo y se posiciona para el parto.
- 9º mes (semana 37-parto): Espera del parto.

Es la última de las etapas del embarazo: el bebé crece aceleradamente, acumula tejido graso y el útero, muy distendido, comienza a hacer presión sobre la vejiga y el estómago. Así, es posible que la madre tenga que comer porciones reducidas y necesite orinar con mayor frecuencia. Con el aumento del peso abdominal pueden aparecer algunos dolores en el hueso púbico, la zona lumbar o la ingle.

El bebé ya patea con fuerza, aunque en las últimas semanas ya no tendrá mucho espacio para moverse. Los pulmones completan su desarrollo y a partir de la semana 37, el bebé está listo para nacer. En todas las etapas del embarazo es importante el control ginecológico adecuado, consulta con tu especialista de confianza en cuanto sepas que estás embarazada

**III.- INSTRUCCIONES:** Realiza una infografía en una hoja doble carta del tema PROBLEMÁTICA ACTUAL DEL EMBARAZO ADOLESCENTE EN MÉXICO, tomando en cuenta los siguientes elementos:

- Título: Coloca el título centra y subtítulo a desarrollar
- Texto: La descripción debe ser clara, concisa y breve
- Ilustraciones: Coloca imágenes de apoyo visual, referente al tema
- Fuentes de información
- Datos de identificación del estudiante: Nombre completo. Grado y grupo
- Realizar a mano en hojas blancas tamaño doble carta y sin faltas de ortografía

**IV.- INSTRUCCIONES:** Realiza en una hoja doble carta un tríptico informativo del tema “Problemáticas relacionadas con la salud durante el embarazo adolescente”, tomando en cuenta las siguientes características:

- CONTENIDO: Abarca el tema central completamente e incluyó detalles, ejemplos y se evidenció conocimiento del tema
- ESTRUCTURA: El contenido se organizó de manera adecuada, se emplearon títulos, subtítulos, listas y es fácil de leer.
- PRESENTACIÓN: El tríptico se presentó de forma adecuada y creativa. La forma de presentación es interesante.
- GRÁFICAS E IMÁGENES: Se incorporaron 3 o más gráficas o imágenes adecuadas a la información y que ayudaron a comprender el tema dándole atractivo al material.
- PRECISIÓN Y PERTINENCIA DEL CONTENIDO: El tríptico contiene toda la información requerida y ésta es precisa, pertinente y válida. Destaca las ideas principales e incluye información adicional importante.
- ESTILO: El vocabulario empleado y el estilo del texto resultan pertinentes (muy motivantes y significativos) para la audiencia a la que se dirige el tríptico.
- ORTOGRAFÍA Y REDACCIÓN: La información incluida en el tríptico está escrita de manera adecuada, el vocabulario empleado corresponde con el contexto y los párrafos son coherentes y cohesivos

**V.- INSTRUCCIONES:** Realiza una Historieta sobre las “IMPLICACIONES PSICOLÓGICAS Y SOCIALES DEL EMBARAZO ADOLESCENTE” tomando en cuenta los siguientes elementos:

- o Portada: Nombre completo, grado, grupo, imagen representativa y fecha
- o Contenido: Desarrolla las siguientes características:
  - Título: Crea un título creativo y representativo del tema a abordar
  - Personajes: Participación de cinco personajes, tomando en cuenta el protagonista
  - Dialogo de narrador: Se coloca en la parte superior de cada viñeta. Describiendo cada suceso
  - Viñetas: Representa cada instante de la historieta, (15 viñetas de ½ cuartilla)
  - Globo de dialogo: Es el espacio donde se escribe lo que piensan o dicen los personajes
  - Onomatopeyas: Es la representación de un sonido
- o Contraportada: Descripción del tema de la historieta, utilizando imágenes representativas.

Características de presentación:

- A mano
- Sin faltas de ortografía
- Utilizar diversos colores
- Ilustraciones a mano
- Presentación creativa y original

**VI.- Instrucciones:** Realiza un cuadro comparativo de los tipos de violación

TIPO	CARACTERÍSTICA	ILUSTRACIÓN




**VII- Instrucciones:** Realiza un resumen de tres cuartillas de cada uno de los siguientes temas (son tres temas en total), los cuales deberán contar con las siguientes características de presentación:

- Hojas blancas con margen
- A mano con tinta negra
- Espacios menores de tres milímetros entre cada renglón
- Letra legible
- Sin faltas de ortografía
- Colocar bibliografía al final de cada resumen

Temáticas:

- PROBLEMÁTICA ACTUAL DEL EMBARAZO ADOLESCENTE EN MÉXICO
- MUERTE PRENATAL
- IMPLICACIONES BIOLÓGICAS PSICOLÓGICAS Y SOCIALES DEL EMBARAZO ADOLESCENTE

**VIII- Instrucciones:** Realiza una línea del tiempo de las etapas del embarazo, tomando en cuenta los siguientes elementos

- Etapas: Describe detalladamente las características de cada mes de embarazo desde la concepción hasta el alumbramiento (Extensión media cuartilla por mes)
- Ilustraciones: Dibuja las características representativas de los cambios en cada unos de los meses durante el embarazo (extensión media cuartilla por mes)

ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL No. 217  
C.C.T 15EBH0403H

LISTA DE COTEJO DE 1° PERIODO DE REGULARIZACIÓN  
**SALUD INTEGRAL DEL ADOLESCENTE IV**

NOMBRE DEL ALUMNO: \_\_\_\_\_ GRADYO GRUPO: \_\_\_\_\_

	ACTIVIDAD	SI	NO	PUN TOS	VALOR	OBSERVACIÓN
1	Evaluación diagnóstica			.5		
2	Resumen			.5		
3	Infografía			1		
4	Tríptico informativo			1		
5	Historieta			3		
6	Cuadro comparativo			.5		
7	Resumen			1.5		
8	Línea del tiempo			2		
	<b>Total</b>			<b>10</b>		

**ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL No. 217  
C.C.T 15EBH0403H**

**LISTA DE ASISTENCIA 1° PERIODO DE REGULARIZACIÓN  
SALUD IV**

NOMBRE DEL ALUMNO: \_\_\_\_\_ GRADO Y GRUPO: \_\_\_\_\_

	MIÉRCOLES 5 DE JULIO	JUEVES 6 DE JULIO	VIERNES 7 DE JULIO	LUNES 10 DE JULIO	MARTES 11 DE JUNIO	MIÉRCOLES 12 DE JUNIO	CALIFICACIÓN
<b>HORARIO</b>		2° III  11:30 A 12:20					
<b>FIRMA</b>							