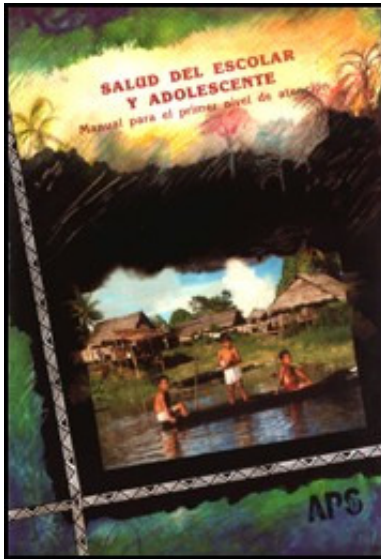


[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)

Salud del escolar y adolescente - Manual para el personal de salud del primer nivel de atención



[Indice](#)

**DIRECCION REGIONAL DE SALUD LORETO
RED BARNET - DINAMARCA
UNIVERSIDAD PERUANA CAYETANO HEREDIA
MINISTERIO DE SALUD
PROYECTO ATENCION PRIMARIA DE SALUD
EN LA REGION LORETO**

**IQUITOS - PERU
1997**

**"PROYECTO ATENCION PRIMARIA DE SALUD EN LA
REGION LORETO"**

Instituto de Medicina Tropical "Alexander von Humboldt"
Universidad Peruana Cayetano Heredia
Av. Honorio Delgado N° 430 - San Martín de Porres LIMA
31 - PERU

Apartado 4314 - Teléfono: (511) 4823910 - Fax: (511) 4823404

Director:

Dr. Eduardo Falconí Rosadío.

Responsables de contenidos:

Pedro Legua Leiva

Aldo Lucchetti Rodríguez

Miriam Asencios Espinoza

Evelia Gutiérrez Flores

Rebeca Carrión Torres

Luz Illescas Ruíz

Equipo editorial:

Eduardo Falconí Rosadio

Eliana Elías Valdeavellano

Luz Illescas Ruíz.

Secretaria:

Marida Lau Len Ignacio.

Responsables de edición:

Norma Mancilla Heredia

Antonio Lozán Pun Lay.

Diseño de carátula:

Beatriz Mosquera Lenti.

Impresión:

Haroldo Galo Guerra.

Dibujos:

Erick Reátegui Noriega.

Foto carátula:

Niños de la comunidad de Santa Clara en el río Nanay.

Esta publicación fue posible gracias a la participación del personal de la Región de Salud de Loreto a través de la Dirección Regional de Salud y al financiamiento de Red Barnet - Dinamarca.

LEY 13714

Art. 69.- Pueden ser reproducidos y difundidos breves fragmentos de obras literarias, científicas y artísticas, y aún la obra entera, si su breve extensión y naturaleza lo justifican; siempre que la reproducción se haga con fines culturales y no comerciales, y que ella no entrañe competencia desleal para el autor en cuanto al provisionamiento pecuniario de la obra, debiendo indicarse, en todo caso, el nombre del autor, el título de la obra y la fuente de donde se hubieren tomado.

Indice

Presentación

Introducción

Parte I - Crecimiento y desarrollo en el escolar y adolescente

Presentación

Características en el desarrollo

Crecimiento y desarrollo en la adolescencia

Parte II - Vacunas

Vacunas en el escolar adolescente

Esquema del vacunación (niño)

Mujeres en edad fértil (15 a 49 años)

Parte III - Alimentación

Importancia de la alimentación

Parte IV - Salud oral en adolescente

Salud oral

Parte V - Problemas mas comunes en la adolescencia

Embarazo en adolescentes

Uso indebido de drogas y prevención

Alcoholismo

Parte VI - Prevención y promoción de la salud del adolescente

Educación para la salud

Guía para la atención integral del escolar adolescente

Atención del escolar y adolescente en salud oral

Anexos

[Guía 1: Sexo y sexualidad](#)

[Guía 2: Imagen corporal](#)

[Guía 3: Roles](#)

[Guía 4: Enamoramiento y relaciones sexuales entre jóvenes](#)

Bibliografía

[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Presentación

Los problemas de salud de los escolares y adolescentes

cada vez están adquiriendo prioridades en la mayoría de países del mundo, debido a que se esta tratando de promover el autocuidado desde las etapas iniciales de vida, y así conducir a la formación de conductas saludables.

Por tal motivo la Universidad Peruana Cayetano Heredia, en convenio con la Dirección Regional de Salud Loreto y el Proyecto Atención Primaria de Salud - APS en la Región Loreto, con el apoyo técnico y financiero de la organización Red Barnet de Dinamarca ha elaborado el presente Manual que tiene por objeto ofrecer a los trabajadores de salud del primer nivel de atención un medio con el cual podrá educar a los escolares, adolescentes y la comunidad, para generar el desarrollo óptimo de su salud.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Introducción

El Proyecto Atención Primaria de Salud en la región Loreto ha venido trabajando desde el año 1992, teniendo como uno de los objetivos reforzar y proveer una adecuada atención en salud a los grupos prioritarios como los niños y los adolescentes con la participación de la población.

El trabajo con la población escolar y adolescente es muy importante debido a que una mayoría de ella se encuentran en situación de riesgo dada las condiciones económicas y sociales por la que atraviesa el país.

Es por esa razón que el Ministerio de Salud a través del Programa Salud del Escolar y Adolescente enfatiza una serie de acciones de tipo preventivo promocional y recuperativo hacia problemas como los embarazos no planeados, enfermedades de transmisión sexual, el uso indebido de drogas, violencia juvenil, accidentes, enfermedades infecciosas y parasitarias entre otros mediante una participación activa de los niños adolescentes y jóvenes en el cuidado de su propia salud.

La elaboración del presente manual pretende apoyar la **Atención de los Escolares y Adolescentes de la Región Loreto**, siendo un aspecto fundamental en el trabajo del personal de salud la atención a este grupo etareo por parte de los técnicos y auxiliares de enfermería, por el contacto muy cercano con esta población entre 5 a 19 años que en su mayoría se ubican en zonas rurales y periurbanas de la región Loreto, mediante acciones con la familia y comunidad tendiendo a promover un desarrollo integral de la misma.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte I - Crecimiento y desarrollo en el escolar y adolescente

[Presentación](#)

[Características en el desarrollo](#)

[Crecimiento y desarrollo en la adolescencia](#)

Presentación

Los problemas de salud de los escolares y adolescentes cada vez están adquiriendo prioridades en la mayoría de países del mundo, debido a que se esta tratando de promover el autocuidado desde las etapas iniciales de vida, y así conducir a la formación de conductas saludables.

Por tal motivo la Universidad Peruana Cayetano Heredia, en convenio con la Dirección Regional de Salud Loreto y el Proyecto Atención Primaria de Salud - APS en la Región Loreto, con el apoyo técnico y financiero de la organización Red Barnet de Dinamarca ha elaborado el presente Manual que tiene por objeto ofrecer a los trabajadores de salud del primer nivel de atención un medio con el cual podrá educar a los escolares, adolescentes y la comunidad, para generar el desarrollo óptimo de su salud.

Características en el desarrollo

Aspecto mental:

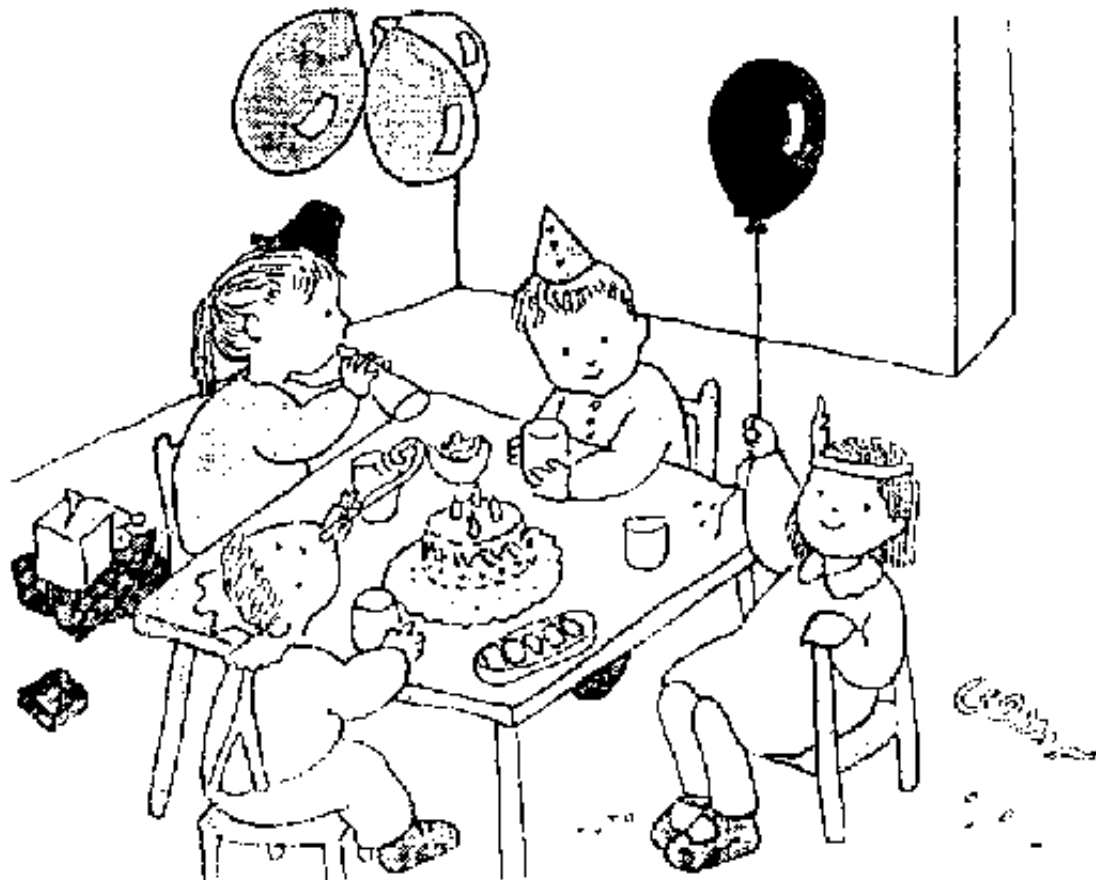
A esta edad el niño aprende a leer, escribir y más adelante aprende a sumar, restar multiplicar, dividir y ya pueden hablar bien

Paralelamente el niño va desarrollando su pensamiento, su forma de ser y modo de ver las cosas pudiendo distinguir la fantasía de la realidad.



Aspecto social:

El niño tiene interés por aprender e ir a la escuela empieza a relacionarse con los demás, de preferencia con el mundo escolar, puede cantar, contar cuentos, recitar poemas, reconocer izquierda- derecha, arriba-abajo, adelante-atrás, etc.



Ya sabe quién es? puede identificarse como persona, cuidarse solo y cuidar a otros niños más pequeños.



Busca independencia, va separándose de la familia, forma su grupo, juega con otros niños y realiza tareas sencillas que le solicitan.

Aprende que es lo masculino y lo femenino, y se identifica cada vez más con su sexo.





Crecimiento y desarrollo en la adolescencia

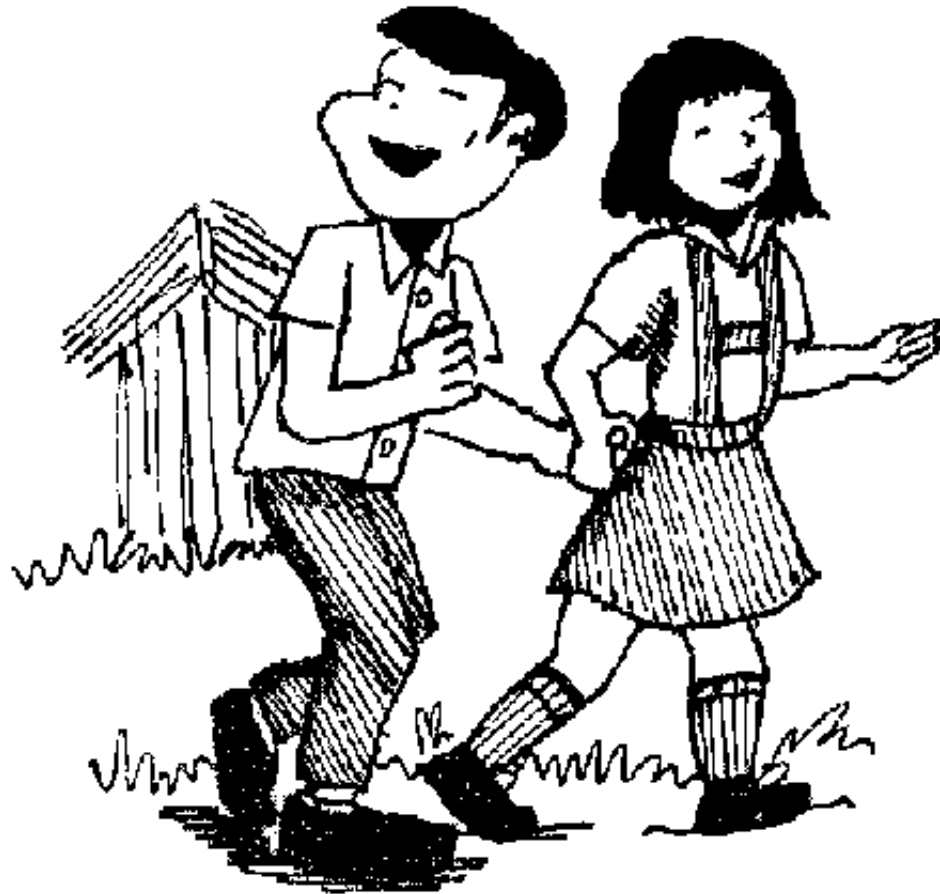
Luego de haber visto la etapa del escolar pasaremos a definir la adolescencia pues en el trabajo diario tendremos la oportunidad de que un adolescente vaya a nuestro establecimiento, esta es el mejor momento para entablar con el o ella una relación cercana para eso debemos definir conceptos muy claros antes de dar una información inadecuada.

Definimos entonces a la adolescencia como una etapa entre

la infancia y la edad adulta que comienza a partir aproximadamente de los 10 años y termina entre los 17 años.

El término de adolescencia deriva del latín "**adolescere**" que significa crecer hacia la madurez por tal motivo es necesario tratar con mucha delicadeza a esta población mediante una educación adecuada.

Los adolescentes presentan una serie de cambios notables y muy rápidos en el cuerpo, en la forma de pensar, de sentir y de relacionarse con los demás.



CARACTERISTICAS EN EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA ADOLESCENCIA

El crecimiento y desarrollo en la adolescencia se da con una serie de cambios tanto en la mente como en el cuerpo, algunos se pueden observar y en cambio otros no por que ocurren internamente; a su vez estos cambios se dan en lo biológico, psicológico y social, y todo este proceso esta influenciado por un componente esencial y que define a las personas como ser sexuales conocido como **SEXUALIDAD**.

Para comprender mejor antes debemos diferenciar los términos **sexualidad y sexo** pues la definición de estos términos siempre se presta a confusiones,

¿ QUE ES SEXUALIDAD?

La sexualidad es la manera como la persona siente, piensa y actúa de acuerdo a su sexo ya sea hombre o mujer que

también a la vez depende de componentes biológicos y psicológicos, Ejemplo:

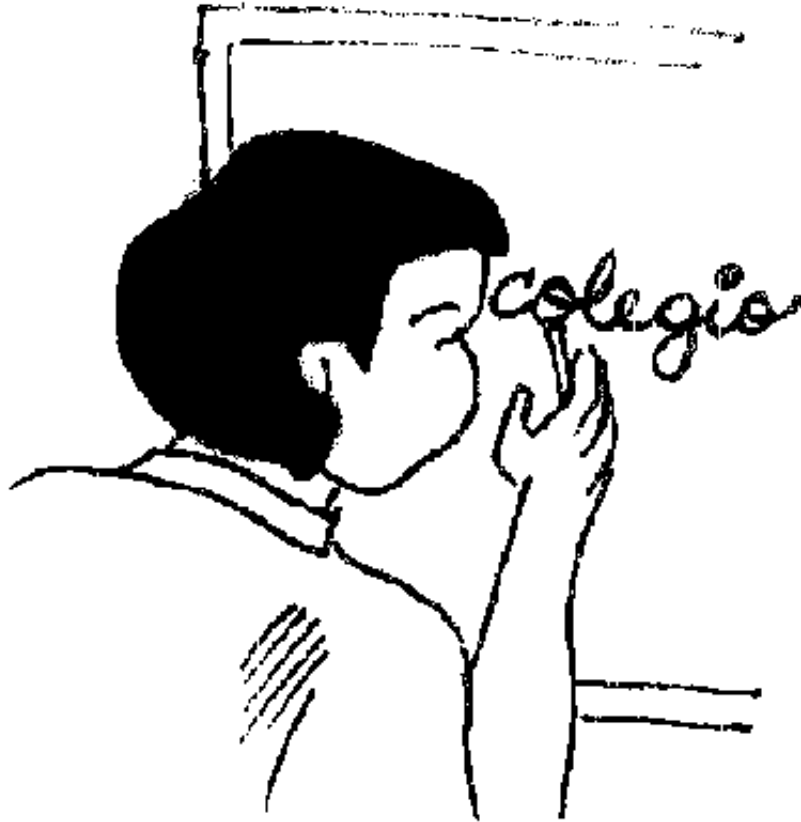
SIENTE



PIENSA



ACTUA



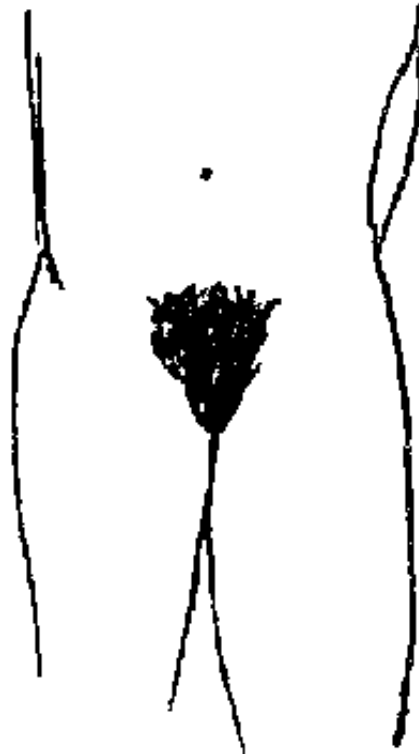
¿ QUE ES SEXO?

En cambio el sexo o genital se refiere a una serie de características biológicas que se determina al momento de la fecundación del que principalmente se nota entre otras formas en los genitales externos y esto hace la diferencia entre hombre y mujer.

SEXO MASCULINO



SEXO FEMENINO



Para comprender mejor definiremos brevemente las partes externas e internas de ambos órganos sexuales que también se conoce como órganos reproductores debido a permite la

reproducción o capacidad para tener hijos en los seres humanos.:

SEXO FEMENINO:

Externo (fuera):

El órgano sexual femenino se llama **VULVA** y está conformado por:

VULVA

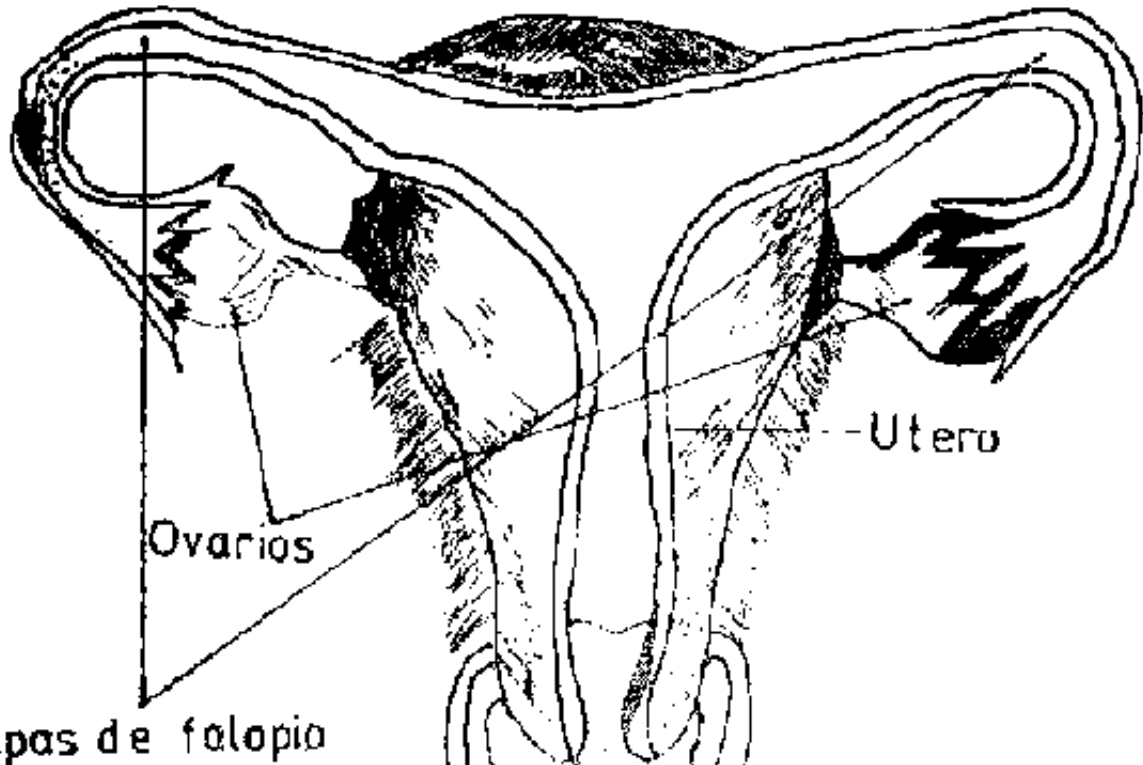
Internos (adentro):

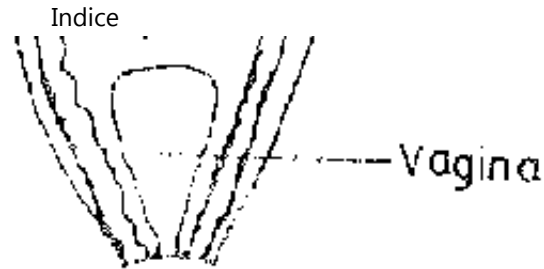
Están conformados por la:

Vagina:

Es un conducto muscular de 7 a 15 cm de longitud, que comunica el útero con el exterior. Sus funciones permiten la

salida del flujo menstrual, menstruación o (regla), alojan al pene durante la relación sexual y facilitan la salida del niño al momento de nacer por su capacidad de estirarse.





Utero:

Es una cavidad del tamaño del puño la parte que se comunica con la vagina se llama cuello uterino; internamente hay una capa que permite alojar al óvulo cuando recién se fecunda

Trompas de Falopio:

Son dos conductos como tubos que llevan el óvulo hasta el útero aquí se produce la fecundación y son estas las que se ligan para no tener mas hijos.

Ovarios:

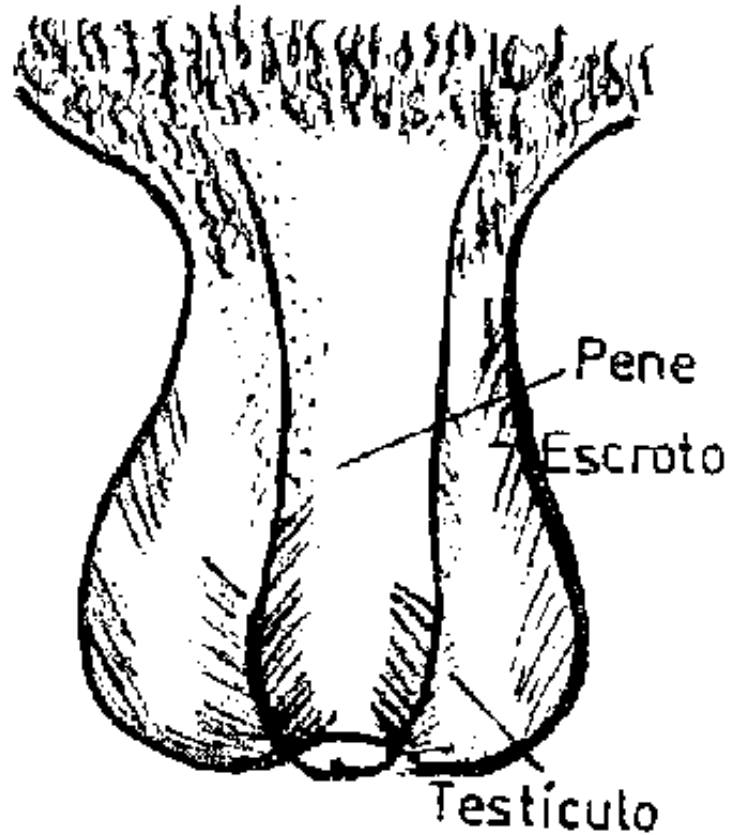
Son dos glándulas, sus funciones son producir óvulos y hormonas sexuales que intervienen en la reproducción.

SEXO MASCULINO

Externos (fuera):

El órgano sexual masculino se llama **PENE**

PENE



Interno (adentro):

Epididimo:

Conducen los espermatozoides hasta los testículos

Conductos deferentes:

Son la continuación de los epididimos. Son 2 uno por cada testículo conducen los espermatozoides

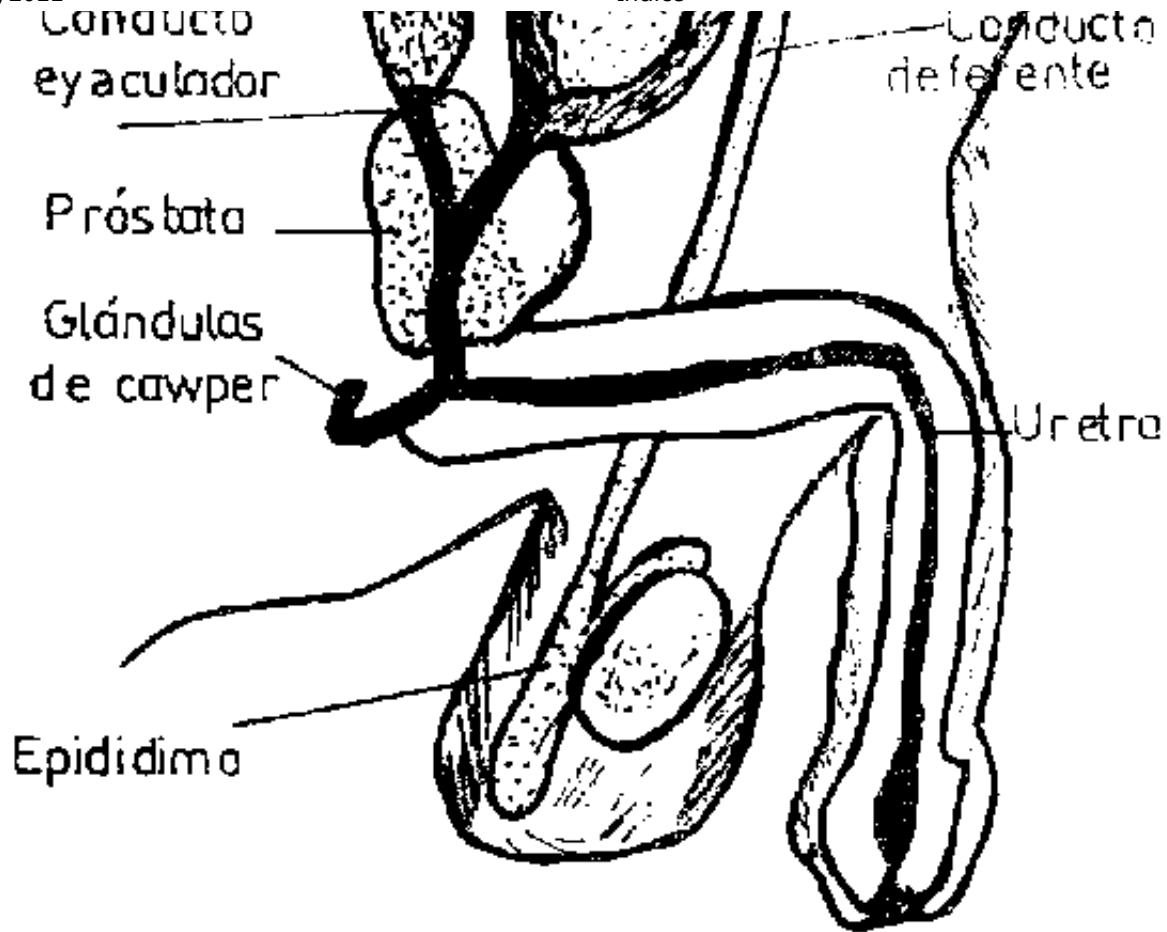
Vesículas Seminales:

Son órganos en forma de saco que se encuentran pegados a cada conducto deferente.

Vesículas
Seminales



Conducto



Conducto eyaculador:

Se forma al unirse los conductos deferente. Producen líquido seminal, que sirve para la protección nutrición y transporte.

Próstata:

Es una glándula situada debajo de la vejiga, produce un líquido alcalino y lechoso que es parte del semen.

Glándulas de Cowper:

Se encuentran después de la próstata. Su función es secretar un líquido que lubrica y limpia la uretra para el paso del semen.

Uretra:

Es un conducto que nace en la vejiga y termina en el meato

urinario, sus funciones son: Conducir el semen y la orina al exterior.

Luego de conocer esas definiciones y teniendo más clara la diferencia, pasaremos a definir cada uno de los componentes que hacen que la adolescencia sea una etapa de muchos cambios y que lo hace unos de los estadios más importantes en la vida de los seres humanos.

1. CAMBIOS EN EL ASPECTO BIOLÓGICO

El cambio principalmente aquí lo definen los Órganos Sexuales.

Varón:

Es muy notorio el crecimiento de los testículos y la bolsa que los cubre llamada (escroto) además se da un cambio de color (se oscurece) y aparecen vellos alrededor del pene

empezando a crecer hasta tomar su tamaño normal.

Además aparecen vellos en las axilas y en la barba y la voz se cambia haciéndose más "gruesa".

El crecimiento o talla en esta etapa es más rápido llegando a encontrar una estatura ya definida al bordear los 20 años.

Mujer:

Esto se observa a nivel de los senos, con la aparición de la aereola mamaria que presenta una pequeña elevación empezando a crecer los senos.

Así mismo aparecen los vellos alrededor de la Vulva y en las axilas.

Se presenta la primera regla (menarquía) que determina su inicio a la fecundidad (capacidad para tener hijos).

2. CAMBIOS EN EL ASPECTO PSICOLOGICO

El cambio fundamentalmente aquí se da en los sentimientos, pensamientos, comportamiento y actitudes.

Durante la adolescencia, en los jóvenes va creciendo un sentimiento de atracción por el sexo opuesto.

a. Pensamiento:

Tiene capacidad de mayor análisis y comprensión de lo que ocurre a el y en su familia.

En esta edad el joven empieza a hacerse varias preguntas como "¿Qué soy?,,,¿ Qué haré? ¿Cómo me siento? o ¿Con quién deseo estar?.

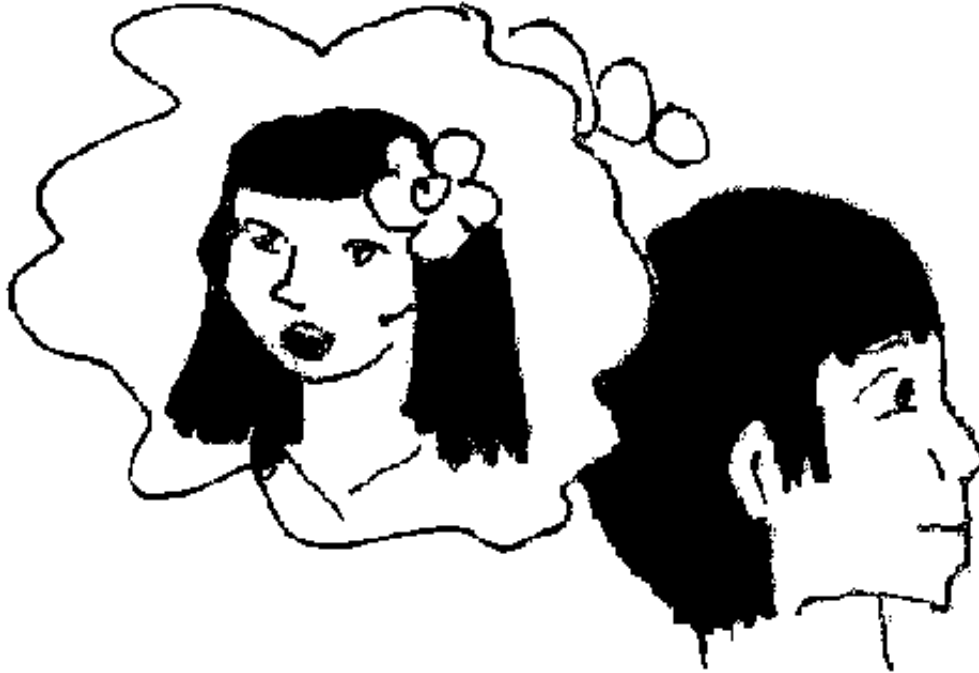
b. Comportamiento:

Es la forma de actuar de las personas, voluntaria y conscientemente. El hablar es un comportamiento y hasta cuando nos quedamos inmóviles ante algún hecho, estamos mostrando un comportamiento.

En esta etapa el adolescente va asumiendo y va modificando su comportamiento de acuerdo a su sexo como hombres o como mujeres así mismo va buscando independencia y tomando decisiones con madurez.

c. Actitudes:

Es la forma como actúa una persona que puede ser favorable como desfavorable aquí en esta etapa el adolescente va tomando de algún modo una actitud positiva o negativa dependiendo del ambiente que le rodea (objetos, personas ideas etc).



3. CAMBIOS EN EL ASPECTO SOCIAL

Los cambios aquí se dan en las relaciones sociales con la

familia, los amigos y su medio social.

Los padres, los amigos la escuela constituyen la formación educativa del adolescente sobre la sexualidad estos juegan un papel fundamental en la formación de el, pues los conocimientos que les brindan y las actitudes que les muestren va a hacer que su sexualidad sea adecuada o inadecuada.

Como vemos durante la adolescencia, el joven experimenta muchos cambios, de ahí radica la importancia de que los escuchemos, comprendamos y orientemos ante sus dudas y problemas mediante actividades educativas permanentes que pueda encaminarlos a desarrollar una vida saludable.

COMO PROPICIAR UNA CONDUCTA SEXUAL SANA EN LA ADOLESCENCIA?

El componente básico para que el adolescente pueda tener

una sexualidad sana es mediante una **educación sexual** adecuada, acorde a su realidad de manera clara y sencilla que le permita comprender y aclarar dudas o vacíos respecto a este tema, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- * El Rol sexual
- * La Autoestima
- * Los Valores

EL ROL SEXUAL:

Es la manera de comportarse de acuerdo a nuestro sexo como varones o mujeres. A su vez esto se va fortaleciendo de acuerdo a como nos muestran el comportamiento quienes nos rodean la familia la escuela y de ese modo vamos incorporando esa información a nuestra conducta que a su vez pueden ser (costumbres de nuestro medio "apropiadas" buenas o "inapropiadas" malas o prohibidos).

La distorsión del rol sexual se da cuando a muy temprana edad se da orientaciones equivocadas como " no juegues con muñecas por que es juego de mujeres o vas a ser marica o chivito" o "no juegues con la pelota que es solo para hombres y no para mujeres puedes ser marimacho". Se crea confusión en la definición de los roles sexuales.



LA AUTOESTIMA:

Es la capacidad de valorarse y aceptarse a uno mismo. Esto

se demuestra cuando la persona da una opinión y refleja un sentimiento sobre su propia persona. Ejemplos:

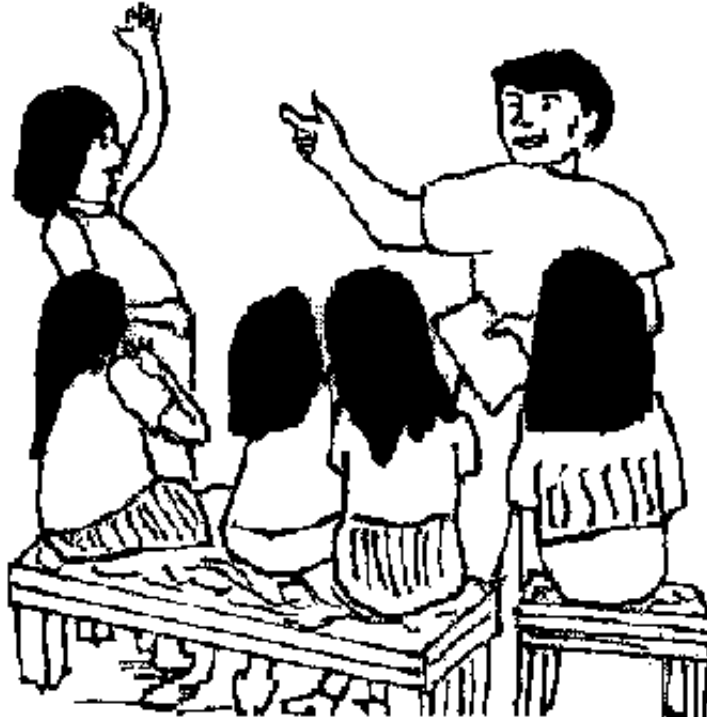
- * A 12 años Pablito se define como "Un buen deportista" y participa siempre en los campeonatos de su colegio
- * Ante cada examen, Juanito de 8 años reconoce que " al principio siente miedo y por eso le tiemblan las manos y suda mucho"
- * A los 12 años Lucia " se siente contenta por los cambios en su peso y en su talla" valorando su aspecto físico.
- * A veces Rosita por los problemas de su casa no quiere estudiar y se pregunta "Si fracaso en mis estudios".



¿ POR QUE ES IMPORTANTE LA AUTOESTIMA?

* **La autoestima condiciona el aprendizaje.**

Cuando el niño o adolescente tiene una buena autoestima puede aprender con más facilidad. La baja autoestima hace que sienten frustración y decepción a si mismos con respecto a sus estudios y sienten que no sirven.



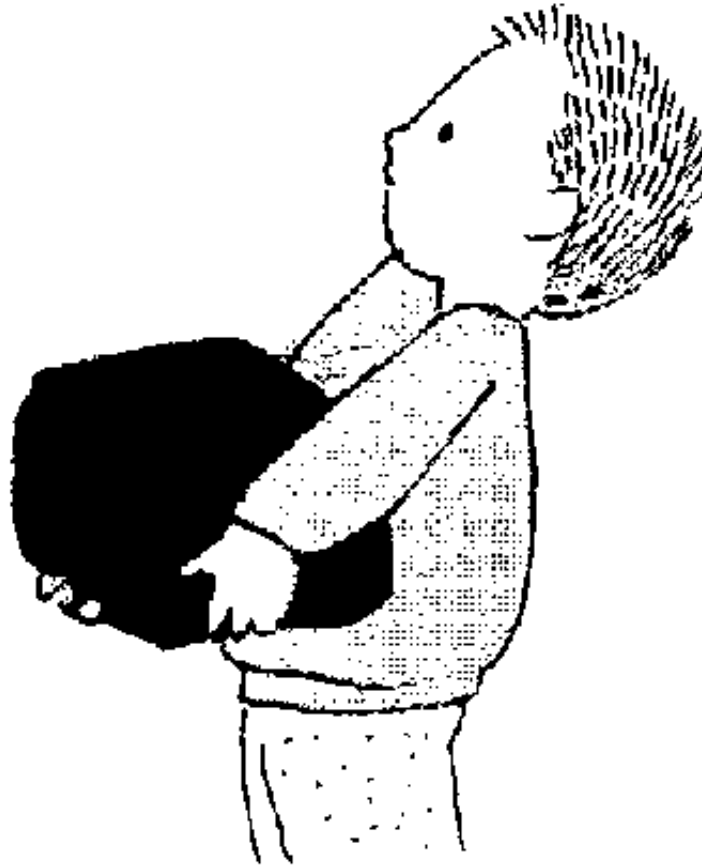
*** La autoestima ayuda a superar dificultades.**

La autoestima los ayuda a enfrentar los fracasos, sentirse que lo puede todo y de este modo evitar problemas en su

23/10/2011

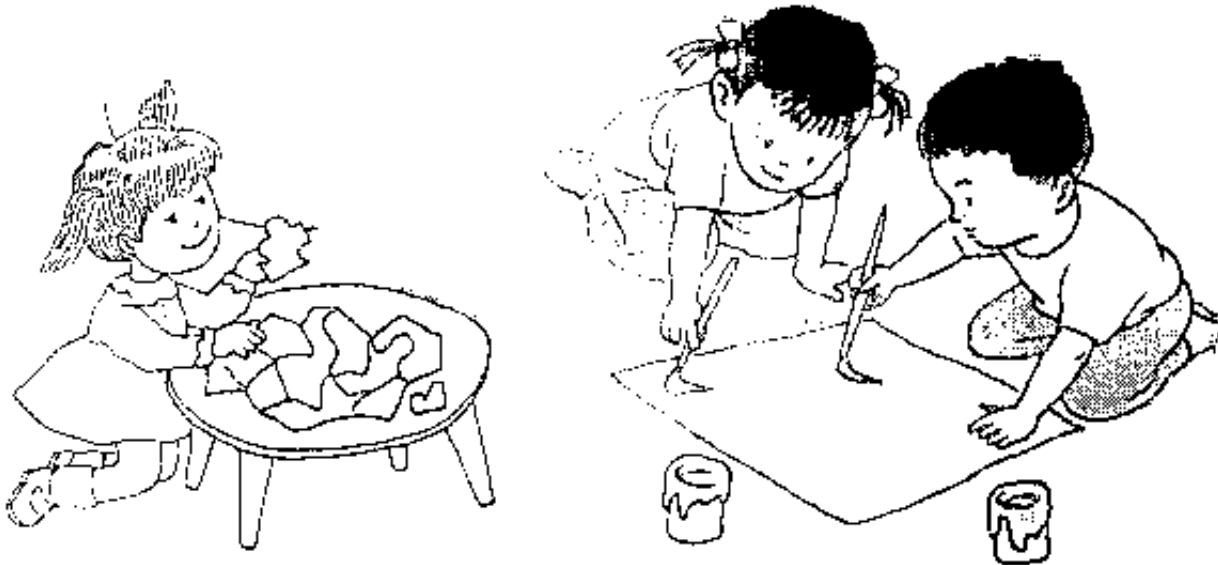
Indice

conducta;



*** La autoestima propicia la creatividad.**

Es más fácil que puedan desarrollar ideas, habilidades, inventos, cosas novedosas si tiene un concepto positivo de si mismo



*** La autoestima permite una relación positiva con los demás.**

Así de este modo hacemos que se quiera y acepte a si mismo, esta es la base para relacionarse con los demás y para tener más amigos



*** La autoestima garantiza el futuro de la persona.**

Crece sus aspiraciones de ser mejor cada día, no va conformarse con lo que tiene.



*** La autoestima constituye el centro de la personalidad.**

En el proceso de formación le va a determinar su comportamiento de la adultez así tendrá éxito o fracaso en la vida.



¿ CUANTOS TIPOS DE AUTOESTIMA HAY?

La autoestima puede ser baja o alta

Un Niño o Adolescente con Baja Autoestima:

Se siente solo.....

Se cree poca cosa o inferior que los demás.....

Es muy pasivo, espera que las cosas sucedan.....

Tiene temor a enfrentar cualquier situación.....

Viven aislados del grupo....



Un Niño o Adolescente con Alta Autoestima:

Muy activo, lleno de energía y entusiasmo para hacer las cosas.....

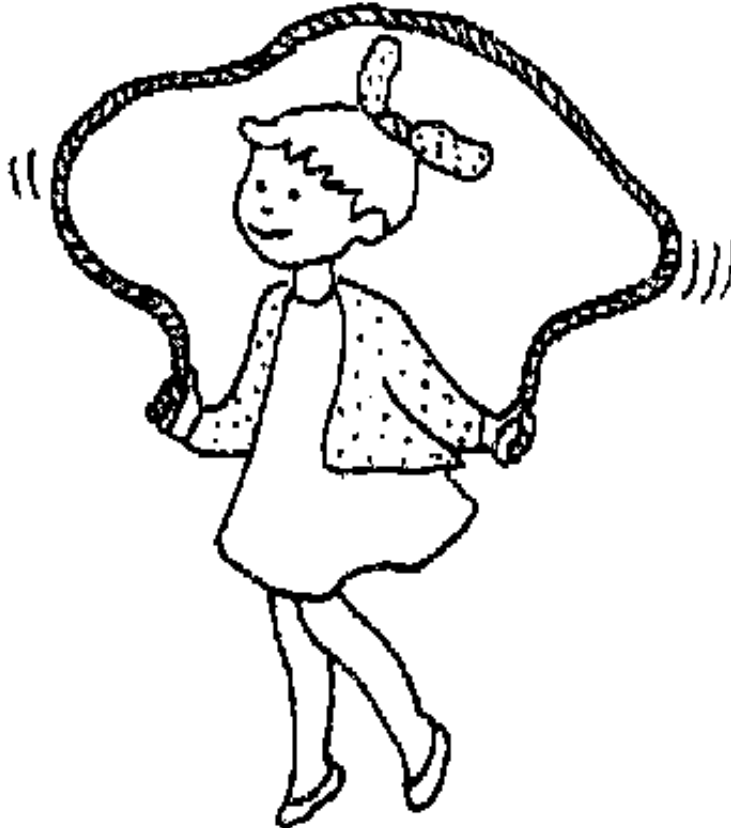
Se tiene confianza en lo que se hace....

Se quiere a si mismo.....

Es alegre y feliz.....

Buscan el éxito....

Resuelve problemas....."



¿Cómo se forma la autoestima?

Se forma desde que nacemos a través de las relaciones que tenemos con las personas que nos rodean; mediante la aprobación o desaprobación de nuestra forma de ser.

VALORES

¿QUE SON LOS VALORES?

Es parte del comportamiento de la persona que lo ayuda a portarse bien o mal.

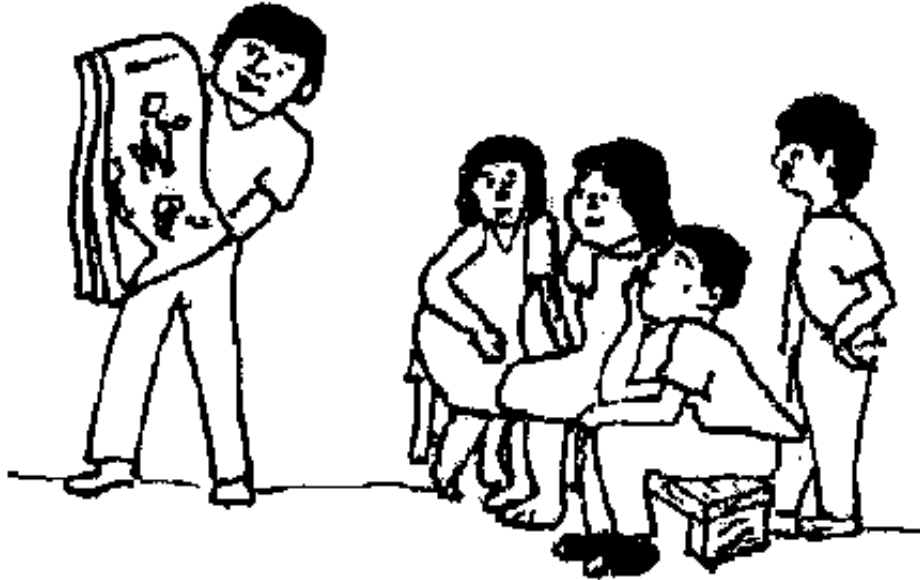
En la vida existen valores como por ejemplo:

- * Lo bueno y lo malo
- * La verdad y la mentira
- * Lo honesto y lo deshonesto, etc.

¿ COMO SE FORMAN LOS VALORES?

Los valores se van formando desde la niñez paso a paso hasta llegar a la adolescencia, para eso es necesario orientar mediante:

- * Mensaje a los padres.
- * Educación en la casa.
- * Educación en la escuela.
- * Relación con los amigos.



El adolescente como parte de su crecimiento y aprendizaje cuestiona y rechaza algunos valores que padres, profesores y personas mayores le inculcan y enseñan. Es una forma de encontrar independencia y es precisamente en esta etapa que trata de imitar otras formas o modelos de comportamiento que ve en los artistas, líderes, y donde

muchas veces se ve influenciado equivocadamente. Por tal motivo es que es necesario formar estos valores desde etapas iniciales de la vida.

Recordemos:

Para brindar una atención eficaz a los niños y adolescentes es muy importante, que esta sea de manera integral incluyendo a otros componentes como: vacunas, alimentación, salud oral y otros problemas más comunes, todo esto acompañado de actividades de promoción y prevención de la salud.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte II - Vacunas

[Vacunas en el escolar adolescente](#)

[Esquema del vacunación \(niño\)](#)

[Mujeres en edad fértil \(15 a 49 años\)](#)

Vacunas en el escolar adolescente

Enfatizando que los menores de 1 año como el grupo poblacional de alto riesgo, es de responsabilidad del técnico sanitario y del personal de salud en general que este niño o niña cumpla con el calendario regular de vacunación en el primer año de vida, y de esta manera se está asegurando su protección frente a una enfermedad infecciosa prevenible

cuando alcance la edad escolar y adolescente.

Sin embargo es importante insistir en la inmunización con la vacuna **Toxoide Tetánico** a la población de mujeres en edad fértil que se encuentran comprendidas según características regionales desde los 11 años o a la aparición de la primera menstruación o (regla) con el objeto de asegurar que un posible embarazo en la adolescencia termine en un recién nacido con problema de tétanos.

Es muy importante la necesidad de conocer sobre vacunas en escolares y adolescentes. pues en algún momento están expuestos a epidemias y si ellos no han recibido las vacunas estarán en riesgo de enfermar.

Así mismo recordemos que un buen número de adolescentes llegan al embarazo a edad temprana por lo tanto tenemos que tener presente la aplicación de toxoide tetánico.

Esquema del vacunación (niño)

EDAD	VACUNAS	EN ZONAS ENDEMICAS DE HEPATITIS B	EN ZONAS ENDEMICAS DE FIEBRE AMARILLA
RECIEN NACIDO	BCG VOP 0	HVB-1	
2 MESES	DPT VOP 1	HVB-2	
3 MESES	DPT VOP 2		
4 MESES	DPT VOP 3	HVB-3	
12 MESES	ANTISARAMPIONOSA (INDEPENDIENTE DE		ANTIAMARILICA

- A PARTIR DE LOS 6 MESES	LA DOSIS DE LOS 9 MESES).		
---------------------------	---------------------------	--	--

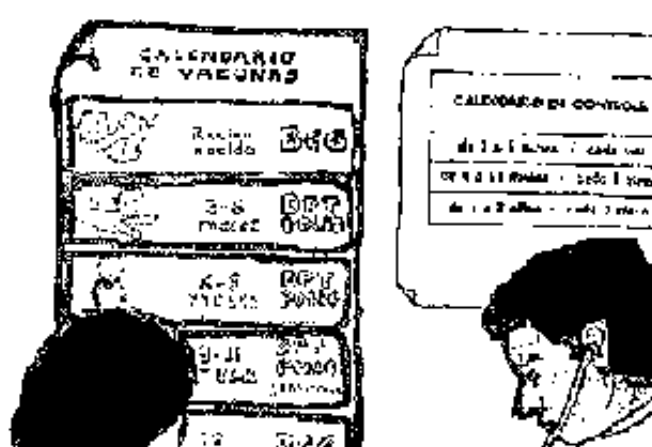
Mujeres en edad fértil (15 a 49 años)

NUMERO DE DOSIS	INTERVALO ENTRE DOSIS	VACUNA ANTITETANICA (TT)
PRIMERA	- A PARTIR DE LOS 15 AÑOS	TT-1
SEGUNDA	- AL MES DE LA PRIMERA DOSIS	TT-2
TERCERA	- A LOS 6 MESES DE LA SEGUNDA DOSIS	TT-3

CUARTA	- AL AÑO DE LA TERCERA DOSIS	TT-4
QUINTA	- AL AÑO DE LA CUARTA DOSIS	TT-5

Nota:

Para mayor información sobre este tema ver Manual de Niño capítulo Vacunas



**Recordemos:**

Orientar adecuadamente a los padres para que completen los niños sus vacunas en el primer año de vida y además en la adolescencia vacunar con el toxoide tetánico con el fin de prevenir la enfermedad del tétanos.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte III - Alimentación

[Importancia de la alimentación](#)

Importancia de la alimentación

Una de la dificultades mayores en nuestra región Loreto se da en la alimentación de los escolares y los adolescentes,

esto es generada muchas veces por un desconocimiento y falta de orientación para una adecuada alimentación. Tenemos que reconocer que tanto la infancia como la adolescencia es una etapa en que la característica fundamental lo hace el crecimiento y desarrollo, por consiguiente el cuerpo necesita de alimentos que le permitan seguir este proceso de manera adecuada. A continuación presentamos la justificación del por que la alimentación es necesaria en estas etapas:

LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA SE DA DEBIDO A:

- * El proceso de crecimiento es acelerado, el aumento de estatura - peso y los cambios propios de estas edades generan mayor consumo de energía y algunos cambios en el organismo.
- * Una demanda de energía para un adecuado

rendimiento en la escuela y el colegio y otras actividades que desarrollen (deporte, juegos etc).

* Que en las niñas aparece la menstruación o (regla) por tal motivo es muy importante alimentos con hierro como el Hígado.

* Por lo mismo que están en un proceso de crecimiento, también aumenta el apetito en ellos haciendo que su necesidad de alimentación o "ración" sea mayor.

* En esta etapa se consolidan los hábitos y costumbres alimenticias y de higiene.

PARA FORMAR UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA DEBEMOS TENER EN CUENTA:

* Evitar el consumo de los alimentos inadecuados

como: Tomar gaseosa con galletas en vez de leche o mazamorra y también comer comidas muy condimentadas (saladas o grasosas) y propiciar a consumir verduras y frutas.

* Tratar de educar en la higiene cada vez de consumir los alimentos (lavado de manos y de las frutas antes de comerlas)



Recordemos:

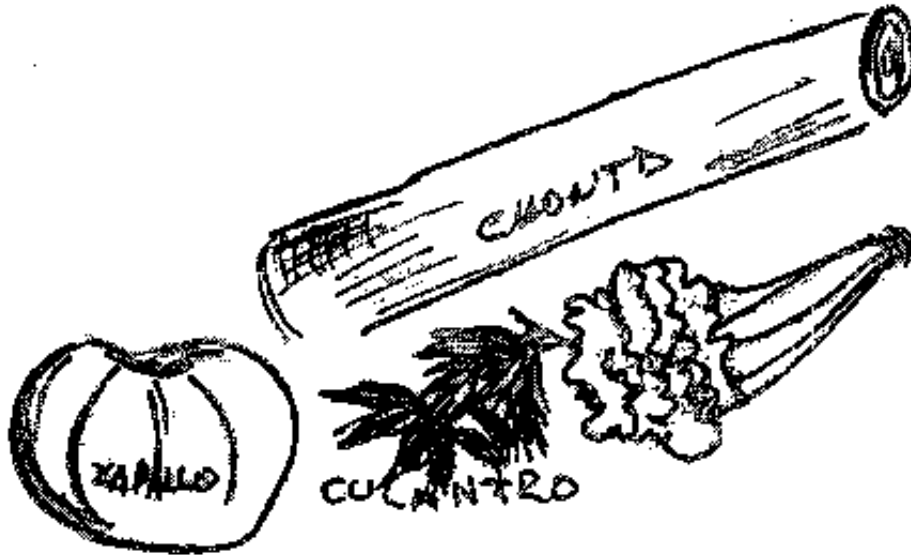
Que los efectos y síntomas de algunas enfermedades no aparecen hasta la edad adulta o la vejez, pero su proceso

se inicia en la infancia o adolescencia.

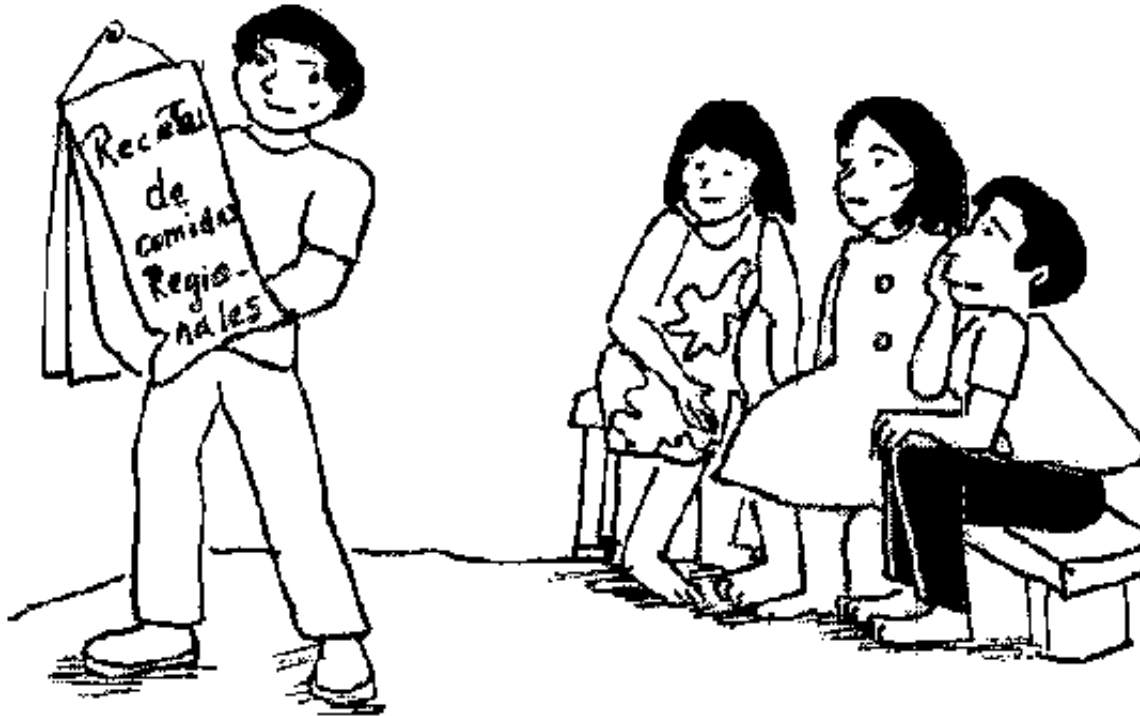
¿ COMO EDUCAR A LA COMUNIDAD PARA PROPICIAR UNA ALIMENTACION ADECUADA?

Al orientar a los padres, profesores y a los mismos adolescentes tengamos en cuenta algunas características muy importantes en el estado nutricional de los adolescentes:

- * Propiciar el sembrío de Hortalizas en las escuelas y a las familias



* Enseñar a las familias a preparar recetas de comidas con alimentos de la Región



- * Enseñar la importancia de la alimentación en la etapa de infancia y adolescencia
- * Enseñar la higiene de los alimentos y su

importancia.



Aprovechemos los alimentos de nuestra región y nuestros escolares y adolescentes se verán sanos y felices.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte IV - Salud oral en adolescente

[Salud oral](#)

Salud oral

El problema de los dientes es una situación que afecta a una gran mayoría de escolares y adolescentes, esto a su vez compromete el estado físico del niño en la aparición de enfermedades del estómago, el bajo rendimiento escolar y posteriormente más adelante a problemas de tipo emocional.

Tener los dientes careados en esta etapa de la vida resulta ser un gran problema ya que la sonrisa es una manera de presentarse a los demás.

Realizar actividades de educación que incluyan a los padres, profesores, escolares y comunidad en general es una tarea que nos compromete como técnicos auxiliares de enfermería.

Para ello primero tenemos que definir algunos conceptos respecto al cambio de los dientes en los niños y que así será más sencillo orientar con claridad a los padres sobre este tema.

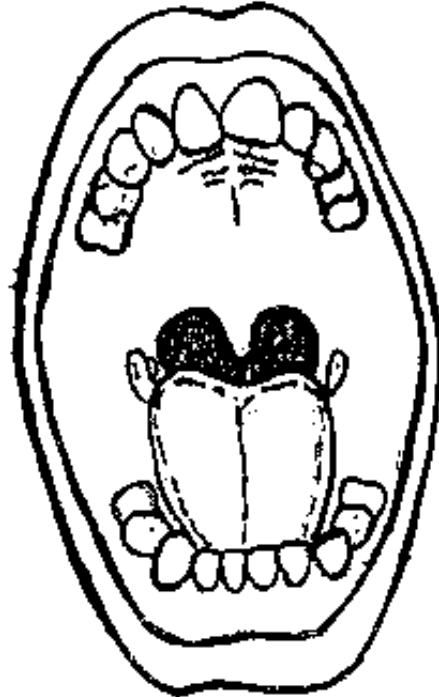
¿ CUAL ES EL CAMBIO DE IMPORTANCIA QUE OCURRE EN LOS DIENTES EN LA ETAPA ESCOLAR?

El evento de importancia en los escolares es el **cambio de los dientes de leche por los permanentes** esto ocurre desde los 6 a los 12 años.

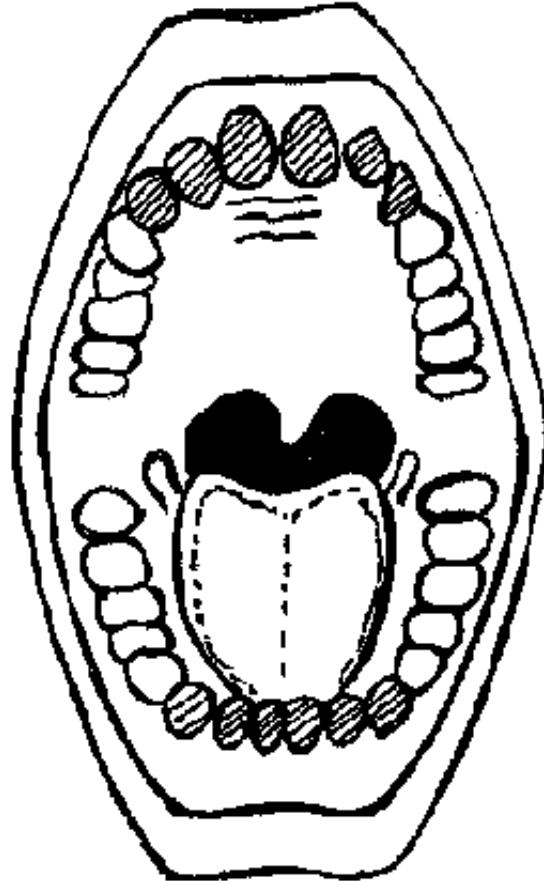
¿ COMO SE DA EL CAMBIO DE DIENTES DE LECHE POR LOS PERMANENTES?

Primeramente recordemos que en los escolares hay dos tipos de dientes que son los siguientes:

a. Dientes temporales o "de leche".- Son 20 y están presentes hasta los 2 años de edad:



b. Dientes Permanentes.- Aparecen a partir de los 6 años y reemplazan a los dientes "de leche"; y se llaman dientes definitivos y estarán presentes por toda la vida, en total son 32:



¿ COMO SE DA EL CAMBIO DE LOS DIENTES DE LECHE POR LOS DIENTES PERMANENTES?

Es un proceso que consiste en reemplazar los dientes de leche por los dientes permanentes.

La función consiste en conservar y guardar un espacio para los dientes permanentes; por ello es muy importante conservar estos dientes hasta que llegue el momento de cambiar.

En la aparición de los dientes permanentes tiene especial importancia el brote del primer diente conocido como premolar; ya que éste va a permitir que los nuevos dientes se sitúen detrás de él constituyendo una pieza fundamental conocida como "llave de articulación".

La pérdida de uno de estos dientes va a dar como resultado una acomodación defectuosa (patachos).

ERUPCION DE DIENTES

¿ CUALES SON LOS PROBLEMAS MÁS FRECUENTES DE LA SALUD ORAL EN LOS ADOLESCENTES?

Los tres problemas dentales más comunes en el adolescente son:

1. La caries
2. Las enfermedades de las encías (Piorrea)
3. El mal cierre de la boca (mala oclusión)

1. CARIES

¿Por qué trabajar sobre caries en escolares?

Un gran numero de niños se ven afectados con caries entre 7 a 15 años con un promedio de hasta 4 dientes. En esta edad es muy importante actuar sobre las caries debido a que la

frecuencia de ellas aumentan a partir de los 4 a 8 años y entre los 11 y 19 años denominados "períodos de ataque agudo".

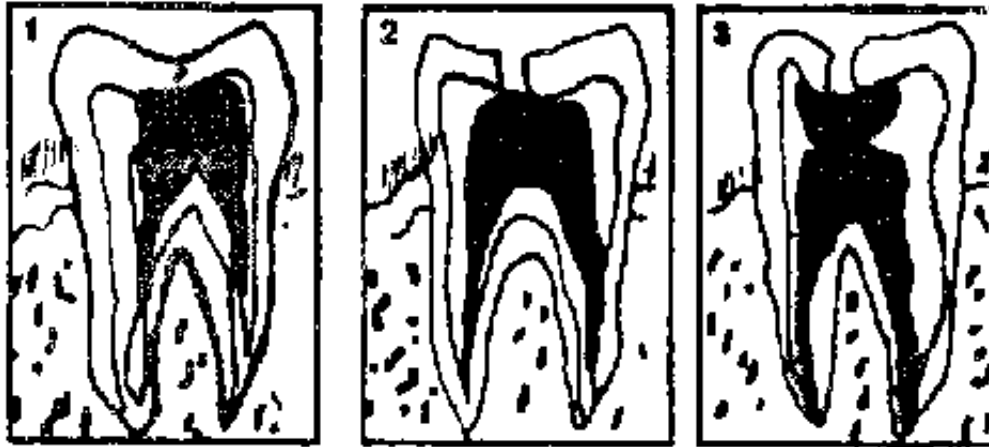


¿Cómo se producen las caries?

La caries se produce por:

Mala Higiene, especialmente después de consumo de dulces u otros alimentos azucarados.

EVOLUCION DE LAS CARIES DENTALES



2. ENFERMEDAD PERIODONTAL O DE LAS ENCIAS (PIORREA)

Es una enfermedad inflamatoria de origen infeccioso y bacteriano, no contagiosa que ataca la encía y el hueso, comúnmente se conoce como "Piorrea". Están no dan síntomas de dolor hasta que este avanzada sin embargo el

sangrado de las encías es un signo que nos debe llamar la atención.

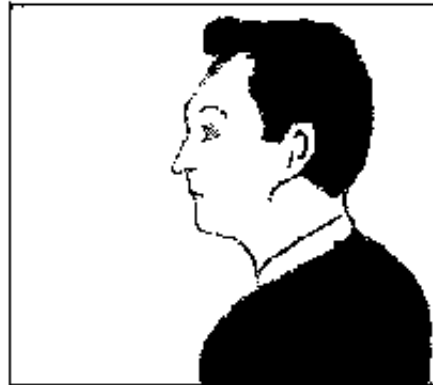
3. EL MAL CIERRE DE LA BOCA (MALA OCLUSION)

Se define como la mala posición de los dientes en las mandíbulas, y la forma como los dientes superiores tocan a los inferiores.

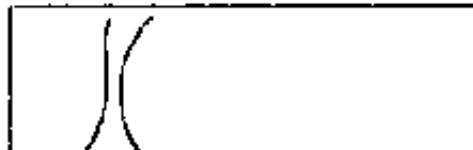
CLASE I



Indice

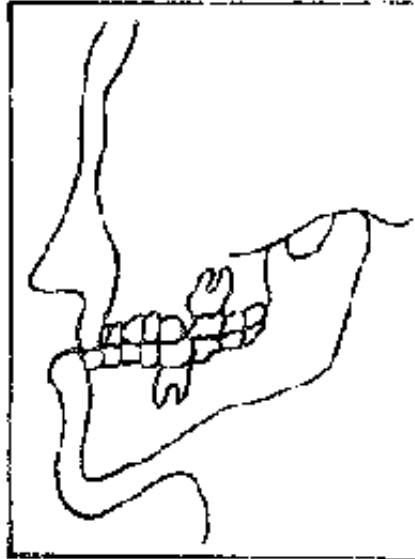


CLASE II





CLASE III



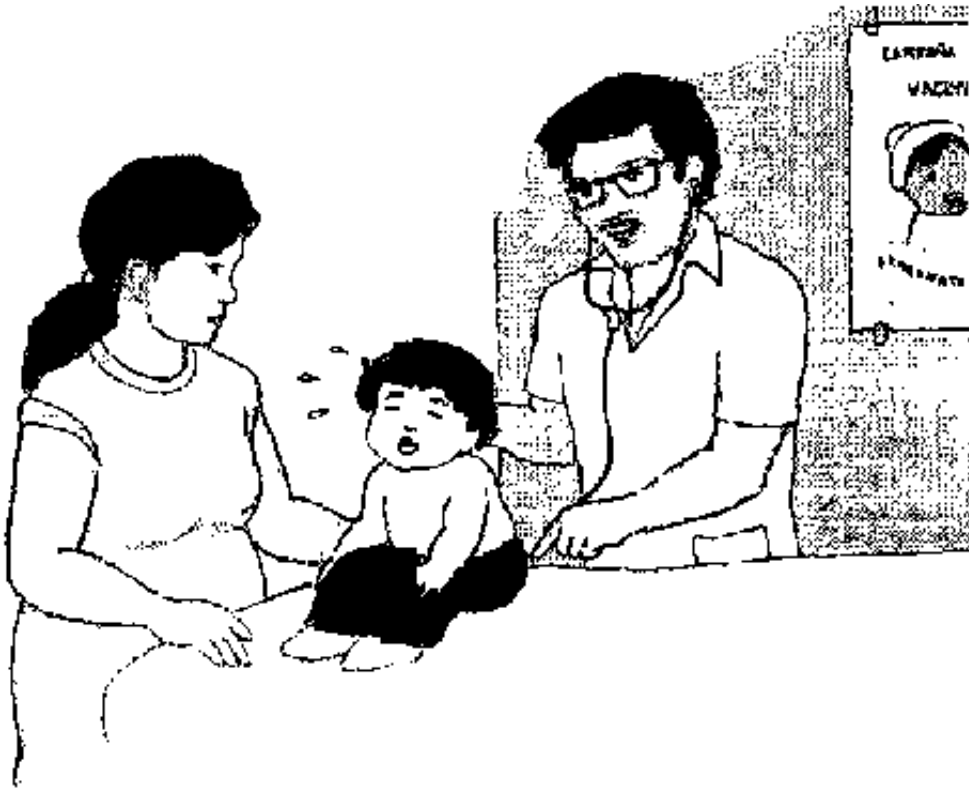


¿CUALES SON LAS TAREAS QUE DEBEMOS REALIZAR EN SALUD ORAL?

Con el fin de evitar problemas de salud oral en la adolescencia el técnico o auxiliar de enfermería debe cumplir varias tareas:

1. REALIZAR EL EXAMEN DE BOCA

* Para examinar la boca debemos primero buscar un lugar muy bien iluminado.



* Luego al examinar la boca; primero lo hacemos de perfil (costado) y luego con la boca cerrada vemos si hay mala

oclusión, observemos en el dibujo:

* Luego le pedimos que abra la boca y observamos las paredes de la boca con un bajalenguas, buscando cualquier tipo de lesión (ampollas, úlceras etc)

* Luego observamos los dientes, y buscamos:

Dientes con caries (C)

Dientes perdidos (P)

Dientes curados u obturados (O) y lo anotamos de esta manera:

Caries (C)

Perdidos (P)

Curados (O)

* Además se observa el color de las encías:

Sangrado

Si están inflamadas

Si hay dolor con pequeños golpes sobre los dientes
con una pinza

2. REALIZAR ENJUAGATORIOS CON FLUOR EN ESCOLARES

Para un mínimo de 50 escolares se requiere lo siguiente:

- 1 Frasco de boca ancha de medio litro de capacidad
- 50 Cucharas grandes
- 1 Balde para desperdicios
- Medio litro de agua hervida fría
- 1 Tableta de fluoruro de Sodio de 1 gr. (molida)
- Ficha de control de enjuagatorio de flúor.
- Calendario anual.



Preparación de la solución:

En el frasco de boca ancha se agrega medio litro de agua hervida tría, luego se añade una tableta de Flúor de un gramo, que ha sido previamente molida, y se agita hasta que se disuelva.

Modo de aplicar:

- 1.- Una vez listo el preparado se indica a los niños que se cepillen los dientes.
- 2.- Luego se coloca a los niños en una hilera y se les entrega una cuchara grande a cada uno,
- 3.- Se recorre la fila con el recipiente y se les pide a los niños que metan la cuchara en el frasco de la solución y luego se la introduzcan en la boca.
- 4.- Luego se les dice que se enjuaguen con el líquido dentro de la boca explicando que no deben pasar la solución.
- 5.- Se espera un minuto.
- 6.- Se recorre la fila con el balde y se les pide que

escupan la solución en el balde,

7.- Se anota el nombre y la fecha de los niños que participaron en el enjuagatorio en la ficha de control.

8.- Se recomienda que no deben probar alimentos por espacio de 1 hora, como mínimo.

3. ORIENTAR A LOS ESCOLARES Y PADRES DE FAMILIA

- a. Uso del cepillo dental
- b. Medidas preventivas para el cuidado de los dientes

a. Uso correcto del cepillo dental

Para llevar acabo esta actividad debemos tener lo siguiente:

- Un cepillo de dientes.

- Pasta dental y si no hay reemplazar con sal.



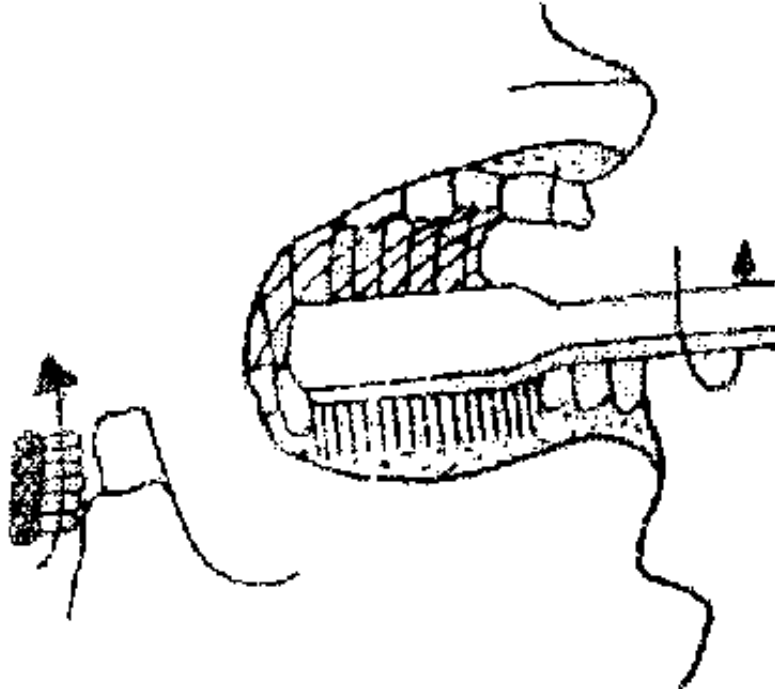
Como realizar un correcto cepillado dental?

Existen diversas formas de cepillarse los dientes, pero la más adecuada es la siguiente:

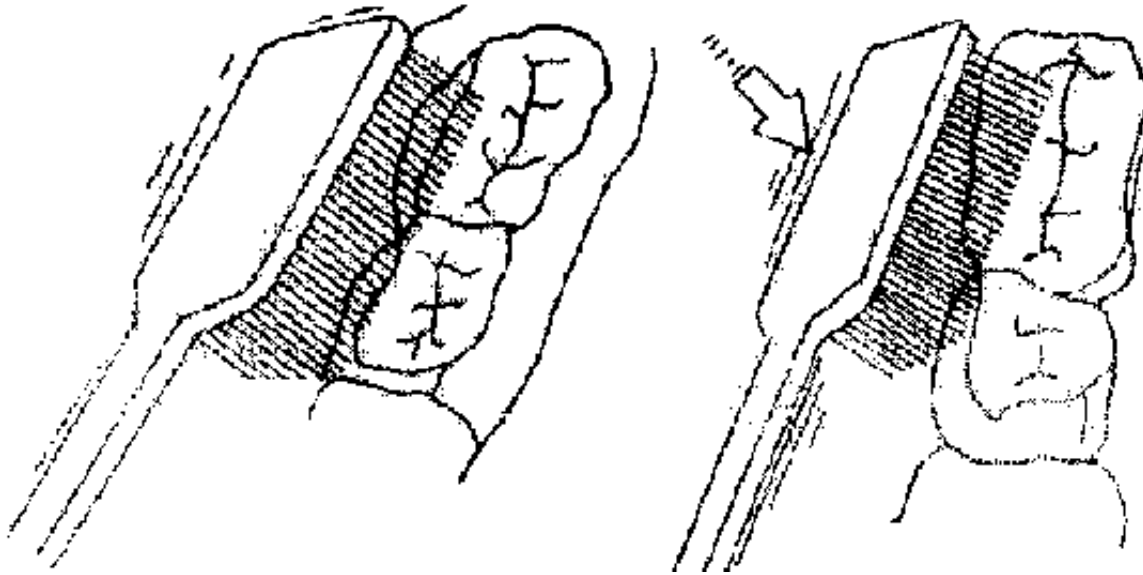
Modo de uso:

*** Caras externas, caras internas y de contacto (oclusal), de los dientes, premolares y molares**

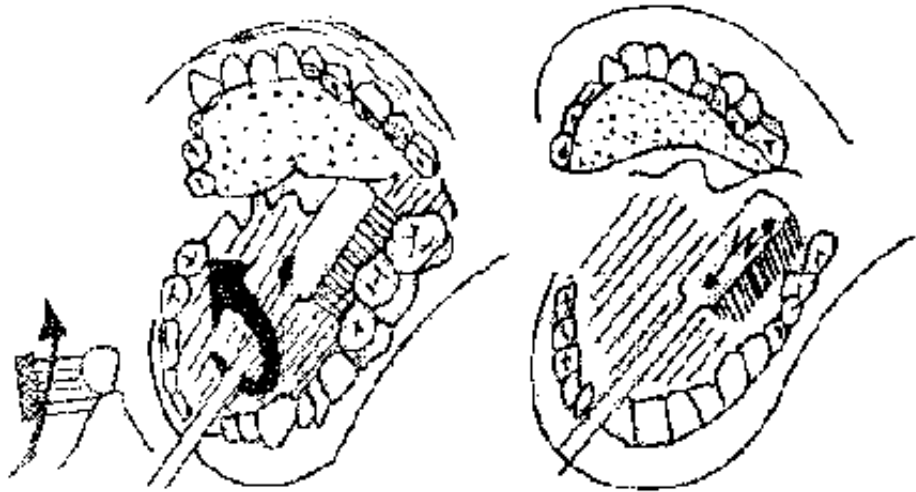
El mango del cepillo debe ser mantenido horizontal y paralelo al arco dental.



Con pequeños movimientos se desliza el cepillo de atrás hacia adelante.



Luego se desliza el cepillo hacia arriba o hacia abajo de manera que las cerdas "barran" las encías.



*** Caras internas de los incisivos y caninos**

Se coloca el cepillo en forma paralela a los ejes largos de los dientes. Se colocan las cerdas superiores del cepillo en el punto de unión con las encías

Se realiza pequeños movimientos hacia los lados.

Se hace el "barrido" hacia afuera

Todos estos movimientos se repiten seis a ocho veces en cada parte

b. Medidas para cuidar los dientes

* Orientar a los padres que no deben sacar los dientes de leche antes de tiempo y que deben cuidar los dientes permanentes pues un buen cuidado va a permitir:

- Masticar bien los alimentos.
- Evitar la aparición de infecciones al estómago.
- La correcta pronunciación de las palabras.

- Una buena presentación del rostro del niño.

* Finalmente ya que resulta difícil eliminar los azúcares o "dulces" de la alimentación diaria (caramelos, chupetines, etc), una buena medida es orientar a los padres y al mismo escolar el consumo exagerado de ellos limitando la administración de los alimentos muy azucarados y cepillándose los dientes cada vez que los consuma.

Si no tuviéramos cepillo dental podemos utilizar una "telita o trapito" o lo que utilizaban nuestros abuelos, Cogollo de guayaba, ceniza o carbón rallado.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte V - Problemas mas comunes en la adolescencia

[Embarazo en adolescentes](#)

[Uso indebido de drogas y prevención](#)

[Alcoholismo](#)

Embarazo en adolescentes

Uno de los problemas más comunes que afecta la mayoría de adolescentes jóvenes es el Embarazo en la adolescencia a partir de este capitulo queremos dar pautas que nos ayude

a enfrentar esta problemática considerada por algunos como el " problema del fracaso en el adolescente y la puerta de entrada a la pobreza ". Como técnicos y auxiliares debemos estar preparados para encontrar soluciones adecuadas mediante un trabajo integral entre el sector salud, educación y la comunidad en general.

¿ QUE ES EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA?

Es aquel embarazo que ocurre entre los 10 a 17 años y cuando aún la adolescente depende de los padres.



¿POR QUE PUEDE OCURRIR UN EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA?

El embarazo en la adolescencia puede deberse a una o más de estas situaciones:

- * Falta de orientación sexual.
- * Baja autoestima.
- * Pérdida de Valores morales.
- * Abandono de los padres.
- * Familias numerosas.
- * Falta de recursos económicos.
- * Relaciones sexuales a temprana edad.
- * Maltrato físico o moral.

¿QUE CONSECUENCIAS OCASIONA EL EMBARAZO TEMPRANO?

En Adolescente:

- * Interrupción de la etapa de la adolescencia para cumplir roles que le implica ser madre

- * Muerte en el parto
- * Anemia
- * Abandono de la escuela
- * Mayor riesgo de abandono, divorcio
- * Mayor número de hijos
- * Desempleo
- * Madre soltera

En el hijo:

- * Riesgo de muerte
- * Desnutrición por bajo peso al nacer
- * Retardo en el desarrollo físico y mental
- * Maltrato físico del niño
- * Hijos sin padre
- * Pocos cuidados de salud al niño

En el adolescente:

- * Abandono de la escuela
- * Frustración
- * Mayor riesgo de abandono, divorcio
- * Mayor número de hijos
- * Trastornos emocionales por reacción negativa a aceptar su realidad (niega paternidad al hijo)

¿ COMO TRABAJAR EN EL AREA PREVENTIVO PROMOCIONAL EN ESTE PROBLEMA?

Prevención Primaria:

Antes de que ocurra el embarazo:

- * Realizar orientación sexual a través del curso Educación para la salud conjuntamente con la Comunidad- Salud y Educación.
- * Usar medios adecuados de información.

- * Fomentar la comunicación entre padres e hijos.
- * Capacitar a los profesores para desarrollar educación desde las escuelas.

Prevención Secundaria:

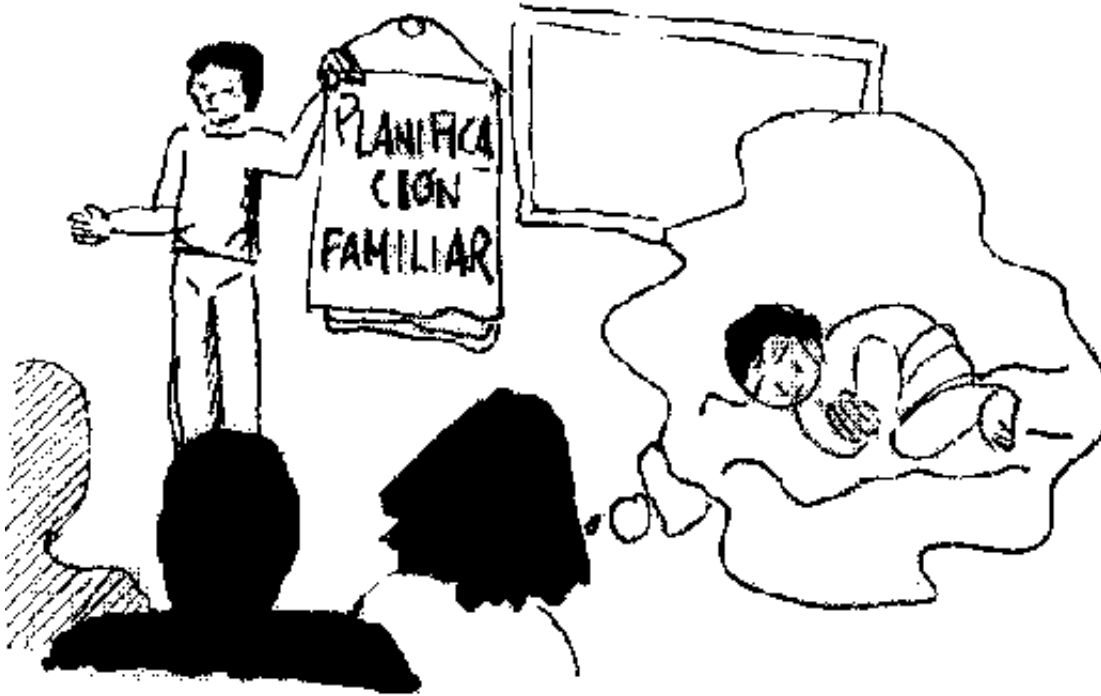
Durante el embarazo

- * Información y apoyo psicológico a la adolescente y a la familia sobre la situación dada y su estado.
- * Conducirla al programa de Control Prenatal
- * Derivar a un Centro de Salud más cercano para la atención del parto

Prevención Terciaria:

Después del embarazo

- * Acoger a la madre y al niño a los Programas respectivos de salud
- * Orientación de métodos de Planificación familiar



Uso indebido de drogas y prevención

Muchos son los niños y jóvenes que en la actualidad prueban por primera vez la droga y muchos que lo usan diariamente. Este es un problema que afecta a las grandes ciudades y a los poblados pequeños como la zona rural, así mismo se ve en todas las clases sociales. La situación se agrava por falta de información en la familia de allí radica la importancia de educar a la población en general.

¿ QUE ES DROGA?

Este término se usa para nombrar a una serie de sustancias que producen alteraciones y deterioro físico y mental creando dependencia en los seres humanos.

¿ QUE TIPOS DE DROGA EXISTEN?

Existen muchos tipos de drogas pero las más comunes son

el alcohol, tabaco, cocaína, marihuana, alucinógenos e inhalantes.

¿CUALES SON LAS CAUSA DEL CONSUMO DE DROGAS?

Las causas del consumo de drogas son:

a. Bajo nivel de autoestima:

La falta de valoración en si mismo produce una serie de problemas en el adolescente y puede conducir al consumo de drogas como una forma de escape y darse más valor.

b. Presión de grupo:

Por lo general el adolescente se identifica con un grupo de amigos, si él tiene autoestima baja pues se vera presionado a hacerlo.

c. Curiosidad:

Una característica propia de la adolescencia es la curiosidad por ello es muy importante la orientación de los peligros que ocasionan su uso.

d. Problemas personales, familiares y sociales:

Que pueden ser paulatinamente abordados en los espacios de comunicación y reflexión propuestos,

¿ COMO RECONOCER A UN ADOLESCENTE QUE ESTA CONSUMIENDO DROGAS?

- * No quiere estar con la familia.
- * Llegan tarde en la noche y duermen hasta tarde,
- * Vienen de la calle con mucho apetito.
- * Se observa los ojos rojos y muy sudoroso.
- * Casi siempre tienden a estar encerrados.

- * Se juntan con sujetos extraños o extravagantes.
- * Se tornan irresponsables en el estudio o trabajo,
- * Mienten con facilidad.
- * Cambian de personalidad y se vuelven muy irritables.
- * Roban objetos de la familia.

Alcoholismo

El consumo de alcohol forma parte de la tradición cultural ya que cada país acepta y permite su uso en las relaciones sociales, ceremonias religiosas, festividades, trabajo o bien durante el tiempo de ocio de allí que radica la importancia de orientar sobre los peligros que ocasiona su uso a muy temprana edad.

¿ QUE ES EL ALCOHOL?

Se conoce a una gran familia de bebidas como, vino, ron,

pisco, aguardiente, que obtienen, destilando diferentes fermentaciones y por último la cerveza bebida más consumida en nuestra población

¿ QUE ES EL ALCOHOLISMO?

Es el consumo desordenado y en gran cantidad de las bebidas ya mencionadas

¿QUE EFECTOS PRODUCE EL ALCOHOLISMO?

Produce alteración en los diferentes órganos de nuestro cuerpo como (hígado, cerebro); y problemas mentales que incluso llegan alteraciones en el comportamiento y llegando muchas veces a la pérdida del conocimiento.

¿QUE CONSECUENCIA PRODUCE EL ALCOHOLISMO?

* Se puede volver dependiente (alcohólico).

- * Puede causar lesiones en el hígado, cerebro con riesgo a contraer algún tipo de cáncer o úlcera en el estómago.
- * Las mujeres embarazadas que consumen alcohol pueden tener hijos con bajo peso y problemas en el aprendizaje.
- * La persona que bebe alcohol puede volverse agresiva, pelea, cuando toma llega a maltratar a las personas que los rodean (hermanos, padres, esposa, hijos).

¿COMO PREVENIR EL CONSUMO DE DROGAS Y ALCOHOL?

Es un conjunto de esfuerzos en donde el técnico y auxiliar de enfermería debe involucrar a la familia, al sector educación, las organizaciones de la comunidad, la iglesia, y la comunidad en general de los siguientes aspectos:

- * Educar sobre la problemática de drogas y el

alcohol de las consecuencias individuales y sociales.

* Educar sobre autoestima, valores y comunicación familiar en la adolescencia

* Fomentar actividades de recreación mediante creación de grupos: Clubs deportivos, club artísticos y grupos parroquiales

Recordemos:

Que la educación es la forma más adecuada para formar conductas saludables en los escolares y adolescentes, por tal motivo propiciemos estas actividades con las familias, con los profesores y la comunidad en general.



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Parte VI - Prevención y promoción de la salud del adolescente

[Educación para la salud](#)

[Guía para la atención integral del escolar adolescente](#)

[Atención del escolar y adolescente en salud oral](#)

Educación para la salud

1. La prevención debe involucrar al grupo de adolescentes y a quienes se relacionan con ellos como padres de familia,

líderes de la comunidad y profesores a través de educación adecuada ya sea en forma individual o grupal.

2. Realizar una educación a la población en general mediante folletos, volantes, trípticos, pancartas, afiches a través de charlas o reuniones mediante sociodramas, y discusiones en grupo con el fin de reducir el consumo y aumentar las habilidades de incrementar su autoestima para resistir a las presiones que se les presentan.

3. Trabajar con el sector educación mediante el curso de Educación para la salud y coordinar anticipadamente el calendario de actividades de salud a los centros educativos con el fin de promover y orientar a los estudiantes

4. Para el trabajo de educación con adolescentes proponemos una serie de actividades como:

Promoción de la Familia:

- * Autoestima
- * Comunicación
- * Paternidad responsable
- * Adolescencia
- * Niñez
- * Sexualidad



Salud Integral:

- * Alimentación en la adolescencia
- * Higiene personal y saneamiento ambiental
- * Paternidad responsable

- * Uso indebido de drogas
- * Inicio de relaciones sexuales
- * Enfermedades de transmisión sexual
- * Salud Oral
- * Enfermedades prevenibles por vacunas
- * Diarreas
- * Infecciones respiratorias
- * Control de TBC
- * Parasitosis

Recreación:

- * Promoción de espacios de intercambio entre adolescentes y niños (encuentros, festivales, actividades culturales, deportivas paseos, realización de concursos etc.



Guía para la atención integral del escolar adolescente

1. PREGUNTA

- Nombre
- Sexo
- Edad
- ¿Qué molestias tiene? (Físicas y Mentales)
- Alimentación
- Refuerzos recibidos (Inmunizaciones)

2. EXAMINA

- Estado nutricional: Peso
- Crecimiento: Talla
- Funciones vitales: P.A., P, R, T°
- Examen físico: Realizar examen dental
- Registra en carné de crecimiento y Desarrollo

3. ESCRIBE LOS DIAGNOSTICOS

- Estado Nutricional
- Crecimiento

- Desarrollo
- Inmunizaciones
- Otros problemas (Físicos y Psicológicos) propios de la edad

4. EXPLICA LOS DIAGNOSTICOS

5. INDICA EL TRATAMIENTO

- Alimentación adecuada
- Inmunizaciones
- Tratamiento de otros problemas
- Educación Sanitaria
- Cita para control
- Referir al profesional

6. REGISTRA EN HOJA HIS-MIS

7. VISITA DOMICILIARIA

- Si no regresa a control
- Si está en riesgo
- Para captar niños y adolescentes con situaciones de riesgo

Atención del escolar y adolescente en salud oral

1 PREGUNTA

- Nombre del niño
- Edad
- Sexo
- Motivo de Consulta

2. EXAMINA

- Examen de la boca
- Ubicar en posición adecuada
- Pedir que abra la boca

- Observar:
 - placa bacteriana
 - Sarro dental
 - Caries
 - Inflamación de encías

3. ESCRIBE EL DIAGNOSTICO

- Placa bacteriana
- Caries
- Gingivitis

4. EXPLICA CADA DIAGNOSTICO

5. INDICA TRATAMIENTO

- Educa al paciente
- Charla educativa

- Fluorización
- Limpieza dentaría
- Hábitos alimenticios
- Cepillado de dientes
- Masaje de encías
- Derivar al profesional

6. REGISTRA EN HOJA HIS MIS 7. REALIZA VISITA DOMICILIARIA

- Control
- Promoción y Prevención



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Anexos

[Guía 1: Sexo y sexualidad](#)

[Guía 2: Imagen corporal](#)

[Guía 3: Roles](#)

[Guía 4: Enamoramiento y relaciones sexuales entre jóvenes](#)

Guías para trabajar educación sexual con adolescentes

Guía 1: Sexo y sexualidad

OBJETIVOS:

Dar a conocer nociones de sexo y sexualidad

METODOLOGIA:

Se utiliza la dinámica del "Ayudemos al Marciano"

MATERIALES:

Papelografos

Pizarra

Plumones o tizas

TIEMPO:

10 minutos

DESARROLLO DE LA SESION:

1. Se empieza diciendo a los participantes que en el camino nos encontramos con un "marciano" y que el sabiendo que venimos al curso de sexualidad, nos ha pedido que le demos ciertas "pistas" o pautas de **como diferenciar a los hombres de las mujeres**

2. Luego se pegan dos papelografos en la pizarra en uno se pone la palabra HOMBRE y en el otro la palabra MUJER.

3. Se pide a los participantes que nos ayuden a darle información al "Marciano" mencionando las diferencias del cuerpo, de la mente, del modo de sentir, actuar, manifestar sus emociones de ambos y el instructor debe ir anotando en el papelografo correspondiente.

Así mismo se les hace saber que lo que cada uno diga será respetado y que luego se analizará

4. Empezar a anotar las diferencias que mencionan de la siguiente manera:

HOMBRE	MUJER
Fuerte	Débil

Espaldas anchas	Caderas anchas
Voz gruesa	Voz fina
Tiene "Pájaro"	Tiene "cocona"

5. Luego que terminan ordenamos y damos los nombres correctos.

6. Nuevamente les decimos que el "marciano" nos ha pedido que le digamos las características que no cambian ni con el tiempo ni con el lugar y para eso les decimos que nos indiquen cuales son y la subrayamos con un plumón,

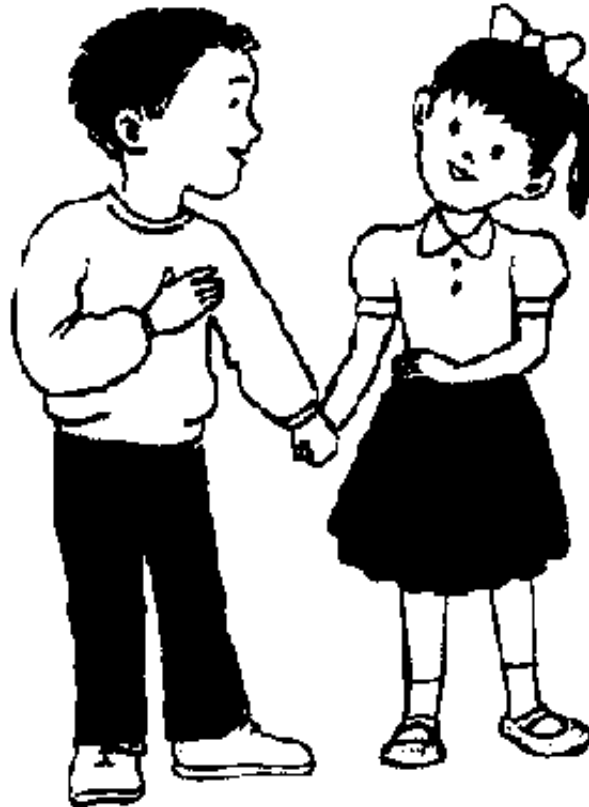
7. Luego del trabajo ya podemos diferenciar las características físico-sexuales tanto en el hombre como en la mujer que se la diremos al "Marciano".

8. Ideas a reforzar a modo de conclusiones para

darle al "Marciano":

- * El sexo esta dado por diferencias físicas y biológicas que dividen a la especie en hombres y mujeres y que no cambia.
- * La sexualidad o sea el modo de ser hombre o mujer tiene que ver de la manera como pensamos y actuamos y corresponde a una época a una cultura a un grupo social y puede cambiar
- * Ser hombre o mujer es el resultado de un proceso en el que interviene la escuela, la familia, la religión y los medios de comunicación
- * Que cada uno de nosotros podemos decidir que tipo de hombres o mujeres

queremos ser.



Guía 2: Imagen corporal

OBJETIVOS:

- Dar a conocer nociones sobre los cambios del cuerpo y los sentimientos que los acompañan
- Intercambiar vivencias acerca del propio cuerpo.

METODOLOGIA:

Se utiliza el trabajo en grupos mediante dibujos

MATERIALES:

Papelógrafos

Lápices

Borrador

Pizarra

Tizas

TIEMPO:

1 hora

DESARROLLO DE LA SESION:

1. Se empieza haciendo una dinámica de formar grupos solo de hombres y de mujeres quedándonos con 6 u 8 participantes.
2. Luego se entregara a cada participante una hoja de papel y un lápiz y se indica que cada participante **"DIBUJA TU CUERPO"**. Si hay preguntas o aclaraciones solo manifestar la orden de **"DIBUJA TU CUERPO"** evitando sugerir características. Terminando el dibujo dirá la frase "Mi cuerpo es.... "
3. Luego que los participantes hayan terminado sus dibujos la facilitadora hará la siguiente pregunta:
 - * Los cuerpos dibujados están vestidos o desnudos? por que?

- * Aparecen todas las partes del cuerpo? si faltan algunas cuales son y por que?

- * Cuales son las coincidencias y las discrepancias en las afirmaciones "Mi cuerpo es.....?"

4. En plenaria los facilitadores hacen una conclusión y el técnico y auxiliar de enfermería hace un resumen del tema

5. Ideas a reforzar a modo de conclusiones:

- * El sexo esta dado por diferencias físicas y biológicas que dividen a la especie en hombres y mujeres y que no cambia.

- * La sexualidad o sea el modo de ser hombre o mujer tiene que ver de la manera

como pensamos y actuamos y
corresponde a una época a una cultura a
un grupo social y puede cambiar

* Ser hombre o mujer es el resultado de un
proceso de socialización en el que
interviene la escuela, la familia, la religión y
los medios de comunicación

* Que cada uno de nosotros podemos
decidir que tipo de hombres o mujeres
queremos ser.



Guía 3: Roles

OBJETIVOS:

Reflexionar sobre los roles asignados al hombre y a la mujer.

METODOLOGIA:

Se utiliza el trabajo de sociodramas

Análisis de grupos

MATERIALES:

Tarjetas

TIEMPO:

1 hora

DESARROLLO DE LA SESION:

1. Se orienta a los participantes a formar grupos pequeños y se piden algunos voluntarios para desarrollar 2 sociodramas de lo siguiente:
2. Se selecciona a voluntarios para desarrollar el sociodrama
3. Se da las características del sociodrama y

personajes para cada grupo indicando que luego tendrán que salir a representarlo:

Primer Sociodrama:

Una hija de 17 llega a su casa a la una de la madrugada; había pedido permiso para ir a una fiesta con su enamorado y prometió estar de regresó a las 11.30 de la noche.

Personajes: Padre, Madre, hermano de 20 años hermana de 15 años tía soltera, una vecina que llega.

Segundo sociodrama:

Un hijo de 17 años llega a su casa a la una de la madrugada, había pedido permiso para ir a una fiesta con su enamorada y prometió estar de regreso a las 11.30 de la noche.

Personajes: Padre, madre, hermana, de 20 años, hermano

de 15 años, tío soltero, una vecina.

1. Se indica que tiene para preparar los sociodramas 10 minutos
2. Luego se invita al Primer grupo a representar el sociodrama
3. Después pasa el segundo grupo.
4. Luego que los participantes hayan terminado se hace las conclusiones del grupo haciendo un resumen del tema
5. Ideas a reforzar a modo de conclusiones:
 - * Analizar si ese modo de ser hombre o mujer lleva a las personas a la felicidad.
 - * Las diferencias llevan a ver a las mujeres

diferentes de los hombre ocasionando muchas veces problemas en el que interviene la escuela, la familia, la religión y los medios de comunicación



Guía 4: Enamoramiento y relaciones sexuales entre jóvenes

OBJETIVOS:

Estimular la expresión de sentimientos y valores de la primera relación sexual

METODOLOGIA:

Trabajo individual

Intercambio de historias elaboradas y discusión en grupo

MATERIALES:

Lámina con historias elaboradas

Lápiz y papel

TIEMPO:

1 hora

DESARROLLO DE LA SESION:

1. Se entrega a cada grupo una lámina en la que previamente se ha escrito una historia a la que deben dar un final en una hoja de papel aparte.
2. Cada grupo debe presentar la conclusión y el final de su historia
3. En plenaria luego se presentaran los puntos centrales del debate
4. Ideas a reforzar a modo de conclusiones:

Analizar las razones por las que se dan las relaciones sexuales:

- * Con el fin de tener hijos y procrear.
- * Como parte de la vida de una pareja, como manifestación de amor y placer
- * Como una manera de pasarlo bien de

gozar, de divertirse y de sentir placer



[Home](#) > [ar](#).[cn](#).[de](#).[en](#).[es](#).[fr](#).[id](#).[it](#).[ph](#).[po](#).[ru](#).[sw](#)



Bibliografía

1. Castillo, Oscar. Evaluación del Crecimiento y del estado nutricional en la población infantil. Unicef, 1983.
2. Cusminsky M, Lejarraga, Mercer R, Martell M, Fescina R. Manual de Crecimiento y Desarrollo del Niño. OPS. Washington 1986.

3. MINSA, UNICEF Y MINISTERIO DE EDUCACION.
Manual de Educación para la Salud. 1992.

4. Silber T, Munist M, Maddaleno M, Suárez E. Manual de
Medicina de la Adolescencia. OPS. Washington. 1992.

5. Movimiento Manuela Ramos. Guías para Trabajar en
Educación Sexual con adolescentes. Lima. 1990.

