



## GUÍA PARA EL APRENDIZAJE CIENCIAS PARA LA CIUDADANÍA 3º MEDIO

Nombre: \_\_\_\_\_ Curso: III° \_\_\_\_\_  
Puntaje Ideal: 23 Puntaje Obtenido: \_\_\_\_\_ Calificación: \_\_\_\_\_

**Asignatura: Ciencias para la Ciudadanía**

**Nivel: Media**

**Unidad: I Bienestar y Salud**

**Contenido: Aspectos de la Salud**

OA1 : Analizar, sobre la base de la investigación, factores biológicos, ambientales y sociales que influyen en la salud humana (como la nutrición, el consumo de alimentos transgénicos, la actividad física, el estrés, el consumo de alcohol y drogas, y la exposición a rayos UV, plaguicidas, patógenos y elementos contaminantes, entre otros).

### Introducción

“La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Esta cita proviene del preámbulo de la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, celebrada en Nueva York en 1946, y no ha sido modificada desde que entró en vigencia. Hay diferentes factores que condicionan el estado de salud de los individuos o poblaciones y que responden a distintas causas: personales, sociales, económicas y ambientales. Actualmente, muchos problemas de salud derivan de estilos de vida personales poco saludables que inciden en el desarrollo de enfermedades crónicas de hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus, obesidad, y otras que junto a los factores sociales y ambientales influyen en la presencia de enfermedades.

### Actividad 1

1. ¿Cuáles crees tú que son las enfermedades más comunes en Chile? Nombra al menos 3 enfermedades. 1 punto c/u

- a) \_\_\_\_\_.
- b) \_\_\_\_\_.
- c) \_\_\_\_\_.

### *¿Cómo esta nuestra salud?*

**En 1946 la organización mundial de la salud (OMS):** Definió salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades esta definición sigue vigente, aunque actualmente también se consideran Ámbitos como el bienestar emocional, espiritual y ambiental.

## salud social

- integracion al medio social
- buena relacion con otros
- adaptacion exitosa al ambiente

## salud mental

- equilibrio interior , intelectual y afectivo
- satisfaccion con sigo mismo
- bienestar con los demas
- capacidad de enfrentar exigencias de la vida

## salud fisica

- funcionamiento eficiente del cuerpo
- resistencia a enfermedades
- capacidad fisica de responder a diversos eventos
- buen nivel de aptitud fisica

### ¿Alguna vez un médico le ha dicho o que padece de...? (ENS 2016-2017)

Enfermedad	2016-17 (Prevalencia/IC95%)*
Migrañas o dolores de cabeza frecuentes.	8,5% (7,2% -10,0%)
Várices en las piernas.	8,0% (6,9% -9,3%)
Bocio, enfermedad a la tiroides, hipertiroidismo o hipotiroidismo.	7,0% (5,9% -8,2%)
Artrosis de rodilla.	5,7% (4,8% -6,8%)
Insomnio.	5,6% (4,6% -6,8%)
Asma.	5,4% (4,5% -6,5%)
Cirrosis hepática, hígado graso o daño crónico al hígado.	5,2% (4,2% -6,3%)
Problemas benignos a la próstata o hipertrofia prostática benigna.	3,9% (2,8% -5,4%)
Úlcera péptica (de estómago o duodeno).	3,5% (2,8% -4,3%)
Artrosis de cadera.	3,2% (2,5% -3,7%)

## Actividad 2

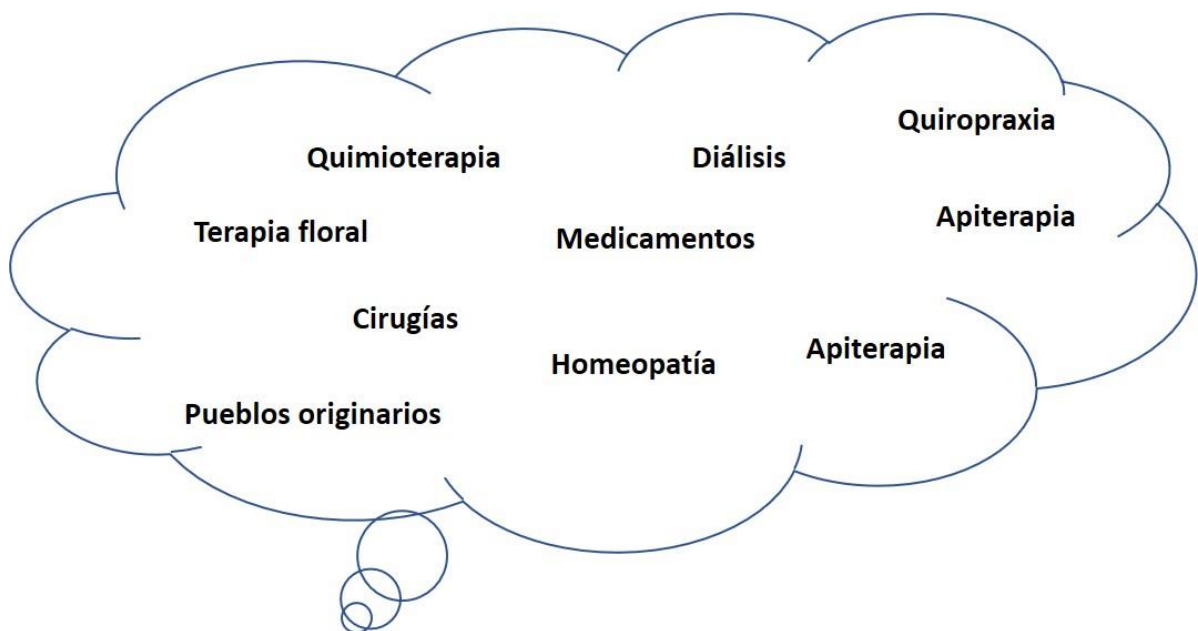
Clasifica cada una de las enfermedades mencionadas en la tabla en según el aspecto de salud asociado a ella. (10 puntos, 1 punto c/u)

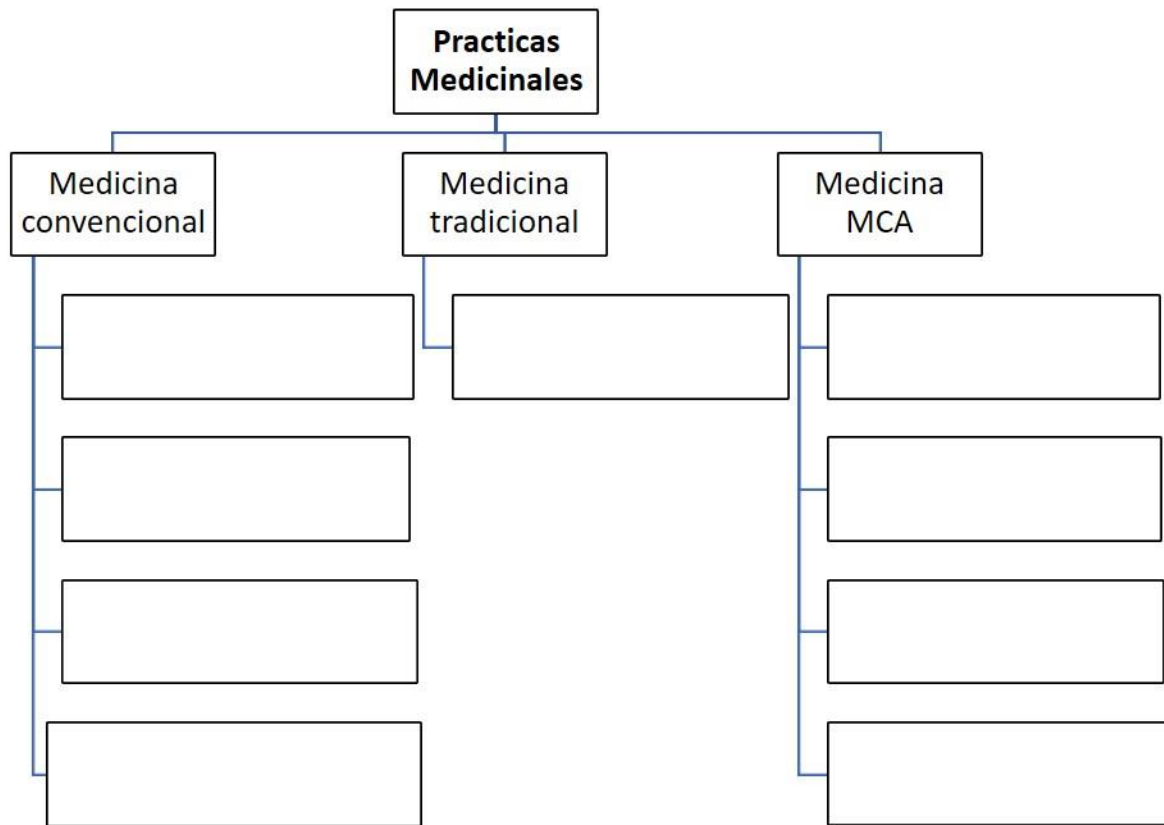
Salud Social	Salud Mental	Salud Física

### Distintos tipos de medicina

En nuestro país se aplica la definición de la Colaboración Cochrane para Medicinas Complementarias o Alternativas (MCA): “Amplio dominio de recursos de sanación que incluye todos los sistemas, modalidades, prácticas de salud, teorías y creencias que los acompañan, diferentes a aquellas intrínsecas al sistema de salud políticamente dominante de una sociedad particular en un período histórico dado”. Es decir, se trata de un conjunto de teorías y prácticas diferentes a la medicina que tradicionalmente se ha practicado en una sociedad. Las medicinas de nuestros pueblos originarios no entran en esta definición, pues se consideran medicina tradicional. Entre las MCA que se practican en Chile están: homeopatía, acupuntura, naturopatía, quiropraxia, terapias florales y apiterapia. Se asume que todas las medicinas trabajan en forma complementaria, por lo cual se tiende a hablar de medicina integrativa.

**Actividad 3: De acuerdo a los antecedentes descritos, clasifica y completa el esquema con los tipos de prácticas medicinales. 1 punto c/u**





Si tienes dudas escribir y enviar al correo:

[maritza.torres@colegiofernandodearagòn.cl](mailto:maritza.torres@colegiofernandodearagòn.cl) Cursos: 3ºD ,3ºB, 3ºF,

[nicole.sanchez@colegiofernandodearagòn.cl](mailto:nicole.sanchez@colegiofernandodearagòn.cl) Cursos: 3ºA, 3ºE

[Sergio.miño@colegiofernandodearagòn.cl](mailto:Sergio.miño@colegiofernandodearagòn.cl) Cursos: 3º C, 3ºG,3º H