



FORMACIÓN CÍVICA Y ÉTICA 2º GRADO

GRUPOS: A, B, C y D

MTA. NANCY CORONEL RANGEL – MTRO. JORGE TAPIA SOSA

INDICACIONES GENERALES:

- No se te olvide poner margen en tus hojas de cuaderno, fecha y folio.
- Utiliza lapiceros para tus apuntes en tinta de dos colores (Azul-Negro, Azul-Rojo, Rojo-Negro).
- Las páginas de los libros para te apoyes en tus actividades están al final del archivo.
- Escribe tus apuntes con letra legible (que se entienda).
- Cada uno de tus trabajos identifícalos escribiendo a que numero de actividad y sesión corresponde, así como el título y subtítulo de cada una de ellas.
- Las fotos de tus actividades deben ser claras y nítidas, no borrosas.
- Tus actividades las debes enviar en imágenes por correo electrónico a la dirección en la fecha de entrega que se te indica:

Alumnos de 2o “A”

jorge.tapia.sos@mor.nuevaescuela.mx

Alumnos de 2o “B, C y D”

nancy.coronel.ran@mor.nuevaescuela.mx

- No olvides identificar tu correo y actividades con tu nombre, grado y grupo.
- No recibimos actividades por WhatsApp ni por Messenger, solo por correo electrónico

QUINTA SESIÓN PRIMER TRIMESTRE

ACTIVIDAD 5

1. Escribe en tu cuaderno de la asignatura:

EJE TEMÁTICO: “Conocimiento y cuidado de sí”

TEMA 2. Sujeto de derecho y dignidad humana

APRENDIZAJE ESPERADO:

- Valora su responsabilidad ante situaciones de riesgo y exige su derecho a la protección de la salud integral.

2. Observa el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=d5ACdgIK7B8>

titulado **“Qué es la dignidad humana”** analízalo y escribe tu propio concepto de lo que es la dignidad humana en tu libreta.

- Para esta cuarta actividad, consulta las páginas de la 34 a la 37 que se muestran al final de este archivo.

3. Elabora un esquema (organizador gráfico) en donde exponga cuales son los derechos que encierra el concepto de dignidad humana.

4. Consulta tu libro de texto la pagina 35 y anota en tu libreta lo siguiente:
¿A que llamamos factor de riesgo y factor de protección?

5. Completa la siguiente tabla en tu libreta de la asignatura, anotando por lo menos 3 factores de riesgo a lo que estas expuesto como adolescente y acompáñalos con sus factores de protección que necesitas para contrarrestar un riesgo.

DIGNIDAD HUMANA	
FACTORES DE RIESGO	FACTORES DE PROTECCION

6. Consulta la lectura de la página 34 de tú libro de texto e identifica los pasos a seguir para el autocuidado como parte de la responsabilidad personal, anótalos en tu libreta.

7. A manera de conclusión realiza un mapa mental o esquema (organizador gráfico), donde incluyas acerca de la **dignidad humana** lo siguiente:

Definición, Derechos que encierra, Factores de riesgo, Factores de protección y Autocuidado.

FECHA DE ENTREGA: 29 de octubre del 2021.

***** Abajo páginas del libro para consultar *****



Para empezar... En esta secuencia valorarás tu responsabilidad ante situaciones de riesgo y exigirás tu derecho a la protección de la salud integral.



Sujeto de derecho y dignidad humana

En grupo lean el texto y comenten las preguntas.

Sendero seguro

Por Silvia Conde



Figura 1.9
Reconocer el riesgo te permite protegerte y prevenir situaciones que afecten tu salud integral.

Vivo en una colonia poco segura. A una amiga la persiguieron unos ladrones cuando regresaba de la escuela; por fortuna, varios de sus vecinos se percataron y frustraron las intenciones de esos maleantes. Por esa razón, los habitantes de la comunidad y los padres de familia de la secundaria vespertina se han puesto de acuerdo para proteger a los estudiantes y a las demás personas que andan por las calles a cualquier hora del día. Para ello, se creó una brigada escuela-comunidad de seguridad y derecho a la protección, la cual promueve tres medidas:

Observar. Saber que algunos lugares son peligrosos, por lo que hay que reconocer el riesgo y protegerse. Nos dicen que debemos observar bien por dónde vamos, prestar atención a lo que pasa alrededor, preguntarnos si estamos en riesgo y hacerle caso a nuestro sexto sentido: "Si siento miedo, mejor me alejo".

Prevenir. El lema "más vale prevenir que lamentar" es muy útil. La brigada aconseja que nos cuidemos unos a otros, evitemos riesgos y estemos preparados para cualquier situación inesperada. Para que la prevención funcione, debemos sacar de nuestra mente la idea "a mí eso no me va a pasar nunca".

Actuar. Cuando la prevención no funcionó y el peligro es inminente, es el momento de actuar: pedir ayuda, ponemos a salvo, ayudar a quien está en peligro. Es cierto que cada quien se debe cuidar, pero también debemos proteger a los demás. Por ejemplo, podemos procurar la seguridad de los demás encendiendo las luces exteriores de la casa o reportando a las autoridades alguna falla en el alumbrado público. Mantener iluminadas las calles puede ayudar a que los demás se sientan más seguros.

La brigada nos comenta que estos tres pasos también pueden servir para prevenir otros riesgos y cuidar integralmente nuestra salud, por ejemplo, para evitar embrazos no planeados, acoso sexual, violencia, accidentes o el consumo de sustancias adictivas.

- ¿En qué situaciones han sentido que están en riesgo?
- ¿Cómo se cuidan y se protegen?
- ¿Qué opinan de los tres pasos que se proponen para el autocuidado y la prevención? ¿En cuál de ellos es necesario actuar con solidaridad?
- ¿Por qué algunas personas no miden el peligro ni reconocen que están en riesgo?
- ¿Qué se puede hacer para mejorar la capacidad de reconocer y prevenir riesgos?



Figura 1.10

El amor, la confianza y la comunicación con tus familiares y amigos te protegen de riesgos.

Responde en tu cuaderno.

- ¿Qué me pone en riesgo? ¿Cómo me protejo?
- ¿Alguna vez has ayudado a alguien en reciprocidad por sus acciones?

La percepción del riesgo: ¿Qué me protege? ¿Qué me pone en riesgo?



Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a que se proteja su **salud integral** y su bienestar, pero cada uno debe asumir la responsabilidad de cuidarse, por lo que es necesario aprender a reconocer el riesgo, evitarlo y ponerse a salvo en situaciones de peligro.

En la adolescencia pueden asumirse conductas de riesgo porque en esta etapa existe la necesidad de experimentar nuevas emociones y de llevar al límite las capacidades, además de que sienten que nada les pasará. Pero también entran en juego aspectos como la influencia de los amigos y los grupos de pertenencia, la familia, los instintos de conservación y sobrevivencia, así como la conciencia del bien y del mal que los impulsa a cuidar su integridad física, defender su dignidad, procurar el pleno desarrollo de facultades y el cumplimiento de metas.

El autocuidado requiere responsabilidad, autoconocimiento, autoestima, confianza personal, aprender a manejar las emociones, información para percibir el peligro y aumentar la **percepción del riesgo**, que es la capacidad de reconocer el peligro, anticipar las consecuencias de los actos y decisiones e identificar los resultados de una actividad.

En la percepción del riesgo influye la información, las experiencias personales, las creencias de la familia, de las amistades y de otros grupos de pertenencia, tanto como la búsqueda de aventura, de emociones fuertes e incluso la necesidad de probarse a sí mismo. Por ejemplo, es menor la percepción de riesgo sobre el uso de drogas cuando las amistades piensan que estimulan el ingenio y ayudan a pensar o a estudiar mejor, que cuando se reconoce el daño que hacen a la salud integral.

Puedes aprender a reconocer lo que te pone en riesgo y lo que te protege en tu familia, en la escuela y en la comunidad, es decir, los **factores de riesgo** y los **factores de protección**. Los primeros son las condiciones que incrementan la probabilidad de que una persona se enferme, sufra un accidente, consuma drogas, tenga relaciones sexuales sin protección o participe en actos delictivos.

En cambio, los de protección, contribuyen a prevenir o reducir el riesgo porque ayudan a enfrentar situaciones adversas, resistir la presión, superar problemas u optar por estilos de vida saludables.

Glosario

salud integral. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es el estado de bienestar físico, emocional y social, no solo la ausencia de enfermedad.

La influencia de estos factores no es definitiva: lo que puede ser un riesgo para una persona puede no serlo para otra, todo depende de la suma de factores y de las decisiones que se tomen. En el esquema se incluyen algunos factores de protección y de riesgo.

	Factores de protección	Factores de riesgo
Rasgos de mi persona	Una percepción positiva de mí persona, mis valores, la capacidad de resistir la presión, de enfrentar los problemas, de manejar emociones, de superar las situaciones difíciles. Aprender de los errores y pedir ayuda. Informarme mediante los servicios de salud de mi localidad. Tener una actitud positiva ante el futuro, tomar decisiones y plantear metas personales. La capacidad de disfrutar sin recurrir a las drogas, tener amigos que no las consuman, que tengan hábitos saludables y nos cuidemos mutuamente. Usar creativamente el tiempo libre: hacer deporte, divertirme sanamente y realizar actividades culturales.	La incapacidad de manejar la ansiedad, el enojo, la angustia y la depresión. Realizar actividades que pongan en peligro mi integridad física y pensar que no soy responsable de lo que me pasa. Desobedecer las indicaciones de las autoridades y violar las normas. Pensar que las drogas tienen efectos positivos, sentir que nada me hace daño ni me afecta y la falta de información para prevenir riesgos. Que mis amigos no estudien ni trabajen, consuman drogas, estén involucrados en actividades delictivas y me presionen para que participe con ellos o haga algo que no me conviene. El ocio, no aprovechar el tiempo libre, ni realizar actividades creativas para vencer el aburrimiento.
En la escuela	Tener confianza en mis maestros, conversar con ellos sobre mis problemas, que se preocupen por mí y me den consejos. Que existan normas claras y se apliquen con justicia, que se facilite el acceso a la educación sobre el cuidado de la salud, que nos escuchen si denunciemos acoso escolar y otros abusos, que consideren nuestra opinión al tomar decisiones y que las familias colaboren con los maestros.	Que en la escuela siempre haya un caos, que no se respete a los profesores ni las reglas, que no sea interesante ni provechoso lo que aprendo en ella, que los maestros no nos apoyen y se tolere el desorden, el consumo de drogas y alcohol, la violencia y el acoso escolar.
En mi familia	El amor, la comprensión y el apoyo de mis familiares y sus valores, que existan normas claras aplicadas con justicia, que tengamos hábitos saludables, me estimulen para dar lo mejor de mí, confíen en que lograré mis metas, me enseñen a cuidarme, fomenten la asistencia a consultas de prevención y cuidado de la salud, tomen en cuenta mi opinión, me crean y me protejan si estoy en riesgo.	Que en mi familia se tengan estilos de vida poco saludables, que se consuman alcohol o drogas y me permitan hacerlo, que sean violentos, que no me cuiden ni me pongan atención, que se fallen al respeto, que mis padres siempre estén ocupados, que no haya límites ni reglas claras.
En la comunidad y en la sociedad	Las restricciones legales que existen sobre el consumo de alcohol o tabaco, que se realicen campañas para prevenir adicciones, existan redes de apoyo y la policía garantice un entorno seguro.	La falta de oportunidades de desarrollo y de uso del tiempo libre. Que no se apoye a las personas adolescentes, no se les tome en cuenta ni se les brinde información para tomar buenas decisiones y prevenir riesgos.

Fuente: Elaboración propia a partir de Condé, Silvia. *Educar y proteger. El trabajo docente en una Escuela Segura. Guía para docentes*, SEP, México, 2009, p. 20; Buvinc, Mayra y otros. *La violencia en América Latina y el Caribe. Un marco de referencia para la acción*, Departamento de desarrollo sostenible, Banco Interamericano de Desarrollo, Washington, DC, 1999; Díaz Aguado, María José. "Cómo se produce la violencia escolar y cómo prevenirla" en *Revista Iberoamericana de Educación*, (37) enero-abril 2005. Chernicoff, L., Rodríguez, E. *Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno*, Atentamente Consultores, México, 2016. Garcica Jaliffe, G. *Programa de prevención para padres de adolescentes en riesgo*, Secretaría de Salud, México, 2014.

Al reconocer los factores de protección y de riesgo, puedes identificar conductas dañinas para tu salud integral, tu integridad física, tu dignidad o tu proyecto de vida

En el informe "Medidas mundiales urgentes en favor de la salud de los adolescentes", la Organización Mundial de la Salud (OMS) reporta que **cada día** mueren en el mundo tres mil adolescentes, principalmente debido a accidentes de tránsito, infecciones en las vías respiratorias y suicidio. Estas y las muertes accidentales causadas por conductas auto-destructivas fueron la tercera causa de muerte entre las personas adolescentes en 2015.

La OMS también alerta que el consumo de drogas, la falta de atención médica o de acceso eficiente a esta, las relaciones sexuales de riesgo o la mala alimentación son conductas de riesgo que inician en la adolescencia y afectan la salud a corto y mediano plazo. En las siguientes sesiones fortalecerás tu capacidad para asumir tu responsabilidad de prevenir estos riesgos y hacer valer tu derecho a la protección de la salud integral.

De manera individual, revisa el cuadro de la página anterior y examina los factores que te ponen en riesgo y los que te protegen. Anótalos en tu cuaderno en una tabla como la siguiente y analiza cómo puedes cambiar los primeros y aprovechar los segundos.

Lo que me pone en riesgo	¿Cómo puedo prevenir riesgos o eliminarlos?
Lo que me protege y fortalece	¿Cómo puedo hacer uso de estos factores?

- Lee la lista de conductas de riesgo. Colorea el recuadro correspondiente según te encuentres en un nivel de riesgo alto, medio o bajo. Muestra el resultado a tu profesor.

Conductas y situaciones de riesgo	Nivel de riesgo en el que estoy		
	Alto	Medio	Bajo
Adicciones			
Trastornos alimentarios (bulimia, anorexia, obesidad)			
Violencia entre compañeros			
Violencia en el noviazgo			
Embarazo			
Relaciones sexuales de riesgo			
Acoso y abuso sexual			
Explotación laboral			
Estrés			
Higiene personal deficiente			

- Formen equipos y repártanse las conductas de riesgo.
- Propongan acciones para mejorar la situación de los alumnos en situación de riesgo. Consideren las opiniones de sus familiares e intercambien sus trabajos con los otros equipos.

Otras fuentes

"No importa mi clase social, el color de mi tez, ni mi sexo. No importa mi educación, no importa si en realidad no me importa el tema o no quiero acercarme ni involucrarme en él. Pensar que a mí no me va a pasar es el principio para ponerme en riesgo."

Este es un fragmento del libro *A mí no me va a pasar*, publicado por el Centro de Estudios para el Adelanto de las Mujeres y la Equidad de Género y la LXI Legislatura de la Cámara de Diputados en el año 2015. Recomendamos que lo leas, puedes consultarlo en:

www.esant.mx/ecsefc2-002