



PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del alumno: Elma Yahaira
Jimenez Calderón**

**Nombre del profesor: Rebeca Marili
Vázquez Escobar.**

Nombre del trabajo: Super Nota

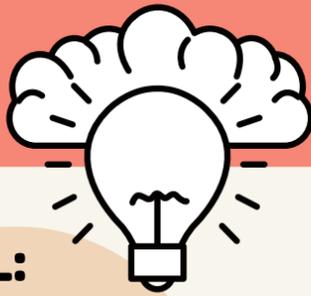
Materia: Cuidado de la mujer.

Grado: 4to. Cuatrimestre

Grupo: "A"

Frontera Comalapa, Chiapas, 03 diciembre 2023.

PLANIFICACIÓN FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA



EDUCACIÓN SEXUAL:

Proporcionar información sobre la reproducción, anticoncepción, enfermedades de transmisión sexual y relaciones saludables.

TOMAR EN CUENTA:

Proporcionar información sobre la reproducción, anticoncepción, enfermedades de transmisión sexual y relaciones saludables. Educación sexual:

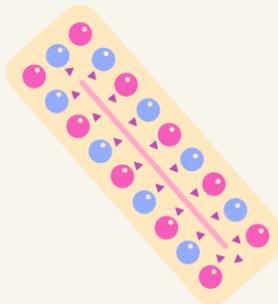


USO DE ANTICONCEPTIVOS:

Conocer los diferentes métodos anticonceptivos disponibles y cómo utilizarlos correctamente.

MÉTODOS:

- Anticonceptivos de barrera como condones masculinos y femeninos.
- Anticonceptivos hormonales como píldoras anticonceptivas, parches, inyecciones y anillos vaginales.
- Dispositivos intrauterinos (DIU) de cobre o hormonal.
- Métodos de anticoncepción de emergencia, como la píldora del día después.



CONSULTAS MÉDICAS:

Fomentar las visitas regulares al médico para recibir orientación sobre la planificación familiar y cuidado de la salud reproductiva.

COMUNICACIÓN ABIERTA:

Promover el diálogo entre padres e hijos para hablar sobre la planificación familiar y temas relacionados con la sexualidad.



TOMA DE DECISIONES INFORMADAS:

Ayudar a los adolescentes a considerar sus opciones y tomar decisiones responsables en relación con su vida sexual y reproductiva.

PROPORCIONAR:

- Información clara y precisa sobre la sexualidad, la reproducción, los anticonceptivos y las enfermedades de transmisión sexual.
- Educar sobre la importancia del consentimiento y el respeto en las relaciones sexuales.



APOYO EMOCIONAL:

Brindar apoyo emocional a los adolescentes que enfrentan decisiones relacionadas con la planificación familiar, incluyendo el apoyo en caso de un embarazo no deseado.

Adicciones en la adolescencia



LOS CUALES SON:

DROGAS

Uso de drogas ilícitas como marihuana, cocaína, éxtasis, etc.

lo que sucede:

La presión social y la curiosidad son factores que pueden llevar a los adolescentes a experimentar con drogas ilícitas.



ALCOHOL

Consumo excesivo de alcohol...

Llega afectar:

- El rendimiento académico y las relaciones interpersonales.
- Aumenta el riesgo de accidentes y comportamientos peligrosos.



VIDEOJUEGOS

ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS O A LA TECNOLOGÍA

- La adicción a los videojuegos y la tecnología en la adolescencia es un problema creciente en la sociedad actual.



EMOCIONAL

DEPENDENCIA EMOCIONAL O ADICCIÓN A LAS RELACIONES AMOROSAS.

- Los adolescentes pueden experimentar una necesidad excesiva de estar en una relación amorosa, lo que puede afectar su bienestar emocional y su desarrollo personal.



REDES SOCIALES

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AL USO EXCESIVO DE INTERNET.

- El uso excesivo de redes sociales e internet puede llevar a problemas de salud mental, como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima.



COMIDA

CONSUMO COMPULSIVO DE COMIDA, DESARROLLANDO TRASTORNOS ALIMENTICIOS COMO LA BULIMIA O LA ANOREXIA.



EJERCICIO

ADICCIÓN AL EJERCICIO FÍSICO O AL CULTO AL CUERPO, CON RIESGO DE DESARROLLAR ORTOREXIA O VIGOREXIA.

- La **ortorexia** se caracteriza por una obsesión patológica por consumir alimentos considerados saludables, lo que puede llevar a una restricción excesiva y problemas nutricionales.
- La **vigorexia** es un trastorno de la imagen corporal en el que la persona se ve a sí misma como físicamente débil o pequeña, lo que lleva a un comportamiento compulsivo de ejercicio y culto al cuerpo.

