

UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL ESTADO DE MÉXICO  
PLANTEL NEZAHUALCÓYOTL DE LA ESCUELA PREPARATORIA



ORIENTACIÓN EDUCATIVA  
CUARTO SEMESTRE  
MÓDULO II

PREVENCIÓN Y DESARROLLO HUMANO.  
CONDUCTAS DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA.

LIC. EN PSIC. JAIME LUIS ARCE TRUEBA



S



Septiembre 2016



# ORIENTACIÓN EDUCATIVA

## CUARTO SEMESTRE

### MÓDULO II



## PREVENCIÓN Y DESARROLLO HUMANO.

### CONDUCTAS DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

#### Propósito:

Actúa de manera responsable ante las conductas de riesgo más frecuentes en el adolescente.

#### COMPETENCIA DE LA DIMENSIÓN

Muestra una actitud de liderazgo en la solución de problemas y en la toma de decisiones, personales y colectivas asumiendo responsable y éticamente las consecuencias de sus actos.



ORIENTACIÓN EDUCATIVA  
CUARTO SEMESTRE  
MÓDULO II



PREVENCIÓN Y DESARROLLO HUMANO.  
CONDUCTAS DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA

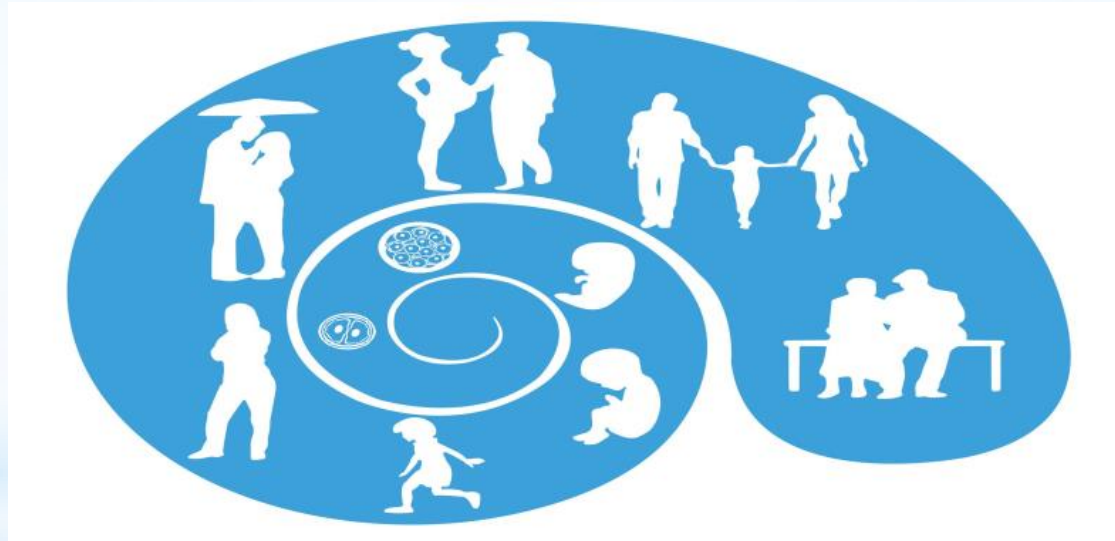
**Competencia Genérica.**

3. Elige y practica estilos de vida saludable

3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.

**Prevención:** La palabra prevención proviene en su etimología del latín “*praeventious*”; de “*prae*”, que significa antes, y “*eventious*” que se evento, que es un acontecimiento o suceso.

Se refiere con este vocablo a las medidas que se toman para que un suceso negativo no acontezca, o minimizar sus efectos dañosos si no puede impedirse.



**Desarrollo humano:** Es la adquisición que obtienen las personas, organizaciones y las comunidades de la capacidad de ser parte de una civilización mundial, tanto de manera económica como espiritual. *Tiene como función desarrollar el potencial de los seres humanos, incrementar sus posibilidades y brindarles un goce de la libertad*, la cual todas las personas poseen el derecho de vivirla. Todas las comunidades -y sus habitantes- tienen como responsabilidad construir una civilización mundial.



# \* Conductas de riesgo en la adolescencia

*¿conductas de riesgo?*

*Ay por favor... ¿que conductas de riesgo puede haber en la adolescencia?*

Como bien se sabe en la adolescencia es la etapa que una ser humano pasa de niño a ser adulto con responsabilidades y obligaciones.

*¿Qué conductas de riesgo pueden afectarme como adolescente?*

**-drogas**

**-sexo**

**-violencia**

**-embarazos**

**-matrimonios**

**-suicidio**

**-actos de vandalismo**

**-violencia en el noviazgo**



¿Qué son las drogas?: Es un término medicinal, que se refiere a toda sustancia que sirve para prevenir o para curar alguna enfermedad, sin embargo el término más común se refiere a sustancias que para el consumo humano provoca reacciones psicoactivas que afectan la percepción de las ideas, pensamientos y actitudes del hombre.



Tipos de drogas

Depresivos

Oral

Estimulante

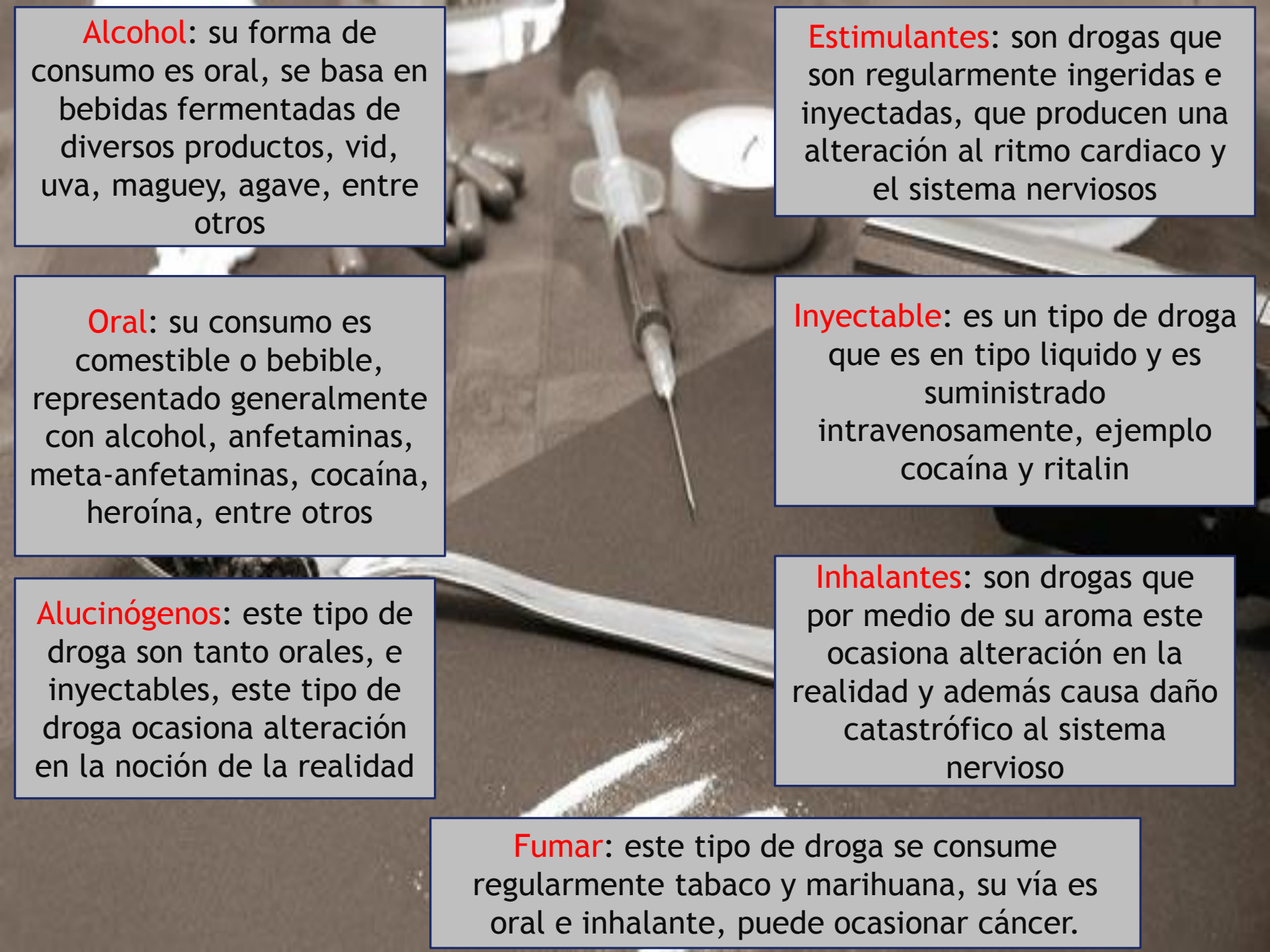
Inyectable

Alucinógeno

Inhalado

Fumar





**Alcohol:** su forma de consumo es oral, se basa en bebidas fermentadas de diversos productos, vid, uva, maguey, agave, entre otros

**Estimulantes:** son drogas que son regularmente ingeridas e inyectadas, que producen una alteración al ritmo cardiaco y el sistema nerviosos

**Oral:** su consumo es comestible o bebible, representado generalmente con alcohol, anfetaminas, meta-anfetaminas, cocaína, heroína, entre otros

**Inyectable:** es un tipo de droga que es en tipo liquido y es suministrado intravenosamente, ejemplo cocaína y ritalin

**Alucinógenos:** este tipo de droga son tanto orales, e inyectables, este tipo de droga ocasiona alteración en la noción de la realidad

**Inhalantes:** son drogas que por medio de su aroma este ocasiona alteración en la realidad y además causa daño catastrófico al sistema nervioso

**Fumar:** este tipo de droga se consume regularmente tabaco y marihuana, su vía es oral e inhalante, puede ocasionar cáncer.



Pero...¿Por qué al consumirlos hace tanto daño?

*Regularmente no ocasiona daños inmediatamente en sus primeros consumos sino hasta que éste provoca adicción y dependencia, pueden ocasionar cáncer, embarazos prematuros, abortos, esterilidad, alteración a la realidad, entre muchas cosas mas.*

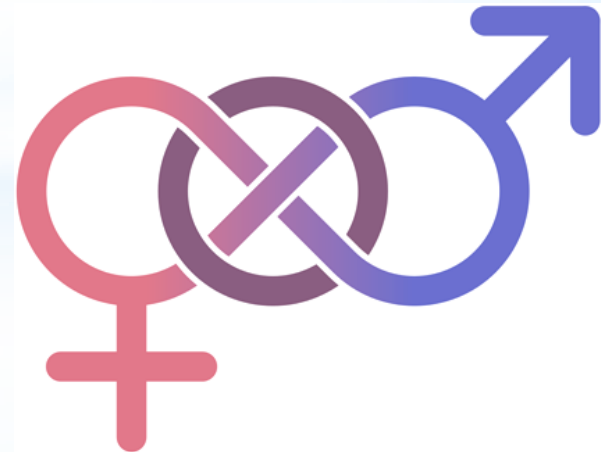
¿no quieres echar a perder tu vida tan pronto o si?

*Disfruta y diviértete todo lo que quieras pero no hagas nada que ocasione daños a ti mismo o a otras personas.*



# \*Sexo o sexualidad

*Es el conjunto de las peculiaridades que caracterizan a los individuos de una especie, dividiéndolos en masculinos y femeninos, y hacen posible una reproducción que se caracteriza por una diversificación genética.*



*La reproducción sexual implica la combinación de células especializadas llamadas gametos para formar hijos que heredan el material genético, y por tanto los rasgos y naturaleza de ambos padres.*

*¿Qué implica tener sexo antes de estar preparado?*

*Puede ocasionar un embarazo antes de tiempo, es decir durante la vida escolar, esto puede ocasionar alejarte de la escuela o formación académica, además cabe mencionar que no estas preparado para cuidar a una persona totalmente indefensa.*



Entonces ... el sexo ¿es malo?

Claro que no, solo que no sabemos como ejercerlo de manera correcta.

En esta edad es lógico que tengas curiosidad por descubrir cosas nuevas y más ésta situación, pero nunca te olvides que debes ser precavid@.

***Hay muchos métodos anticonceptivos para tener cuidado, no solo de algún embarazo sino de enfermedades venéreas, VPH, VIH, sífilis, gonorrea, entre otros***



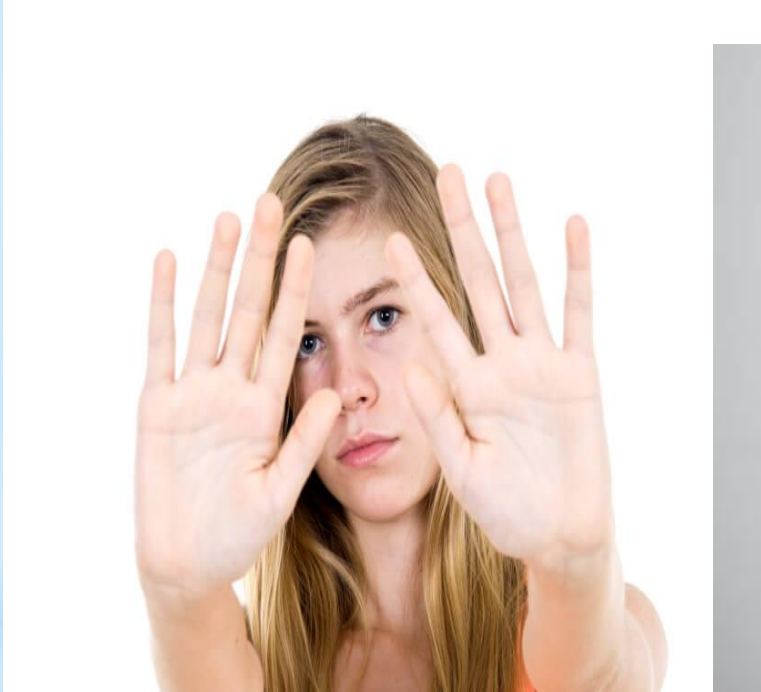
# \*violencia

*Es el tipo de interacción entre sujetos que se manifiesta en aquellas conductas o situaciones que, de forma deliberada, aprendida o imitada, provocan o amenazan con hacer daño o sometimiento grave (físico, sexual, verbal o psicológico) a un individuo o a una colectividad; o los afectan de tal manera que limitan sus potencialidades presentes o las futuras. Puede producirse a través de acciones y lenguajes, pero también de silencios e inacciones.*



Regularmente no solo se trata de golpes, también palabras, acoso sexual.

*Es importante saber llevar estas situaciones, pues no se arreglan las cosas con mas violencia, piensa bien, pues el humano es el único animal capaz de razonar.*



**Embarazos:** Durante la relación sexual, hay la probabilidad de una fecundación, es decir un ovulo es fecundado por un espermatozoide y comienza la formación de un feto humano que después se convierte en un bebé.

*Como ya te mencionamos no es fácil cuidar a un bebé, requiere dedicación, esfuerzo, y muchas restricciones, además podría ocasionar que abandones muchas cosas, como amigos, diversiones y la escuela.*



**Matrimonios:** Es una acción social colectiva, se refiere a casarse con otra persona que sea de tu agrado o tiene un fin común en tu desarrollo.



Antes de casarte fíjate bien que esa persona sea la que tu quieres para compartir la vida, pues el matrimonio es una responsabilidad muy grande!



# \*suicidio

Se refiere al acto donde uno mismo se provoca la muerte por diversos factores que él o ella tenga a su consideración.

Durante la adolescencia es común pensar en suicidarse pero ¿Por qué? La mayoría de adolescentes se sienten incomprendidos, solos, desafortunados, o bien no le gusta su forma de vivir.

*Es importante pensar muy detenidamente antes de cometer suicidio, pues hay muchos factores que puedes afectar y dañar a muchas personas a tu alrededor.*



Hay muchas formas de ayuda que puedes  
consular tienes una vida por delante  
No la desperdicies

Se estima que cada año alrededor de 10 a 20 millones de personas se suicidan y que  $\frac{3}{4}$  de esta población son adolescentes

# \* Actos de vandalismo

*Actitud o inclinación a cometer acciones destructivas contra la propiedad pública sin consideración alguna hacia los demás.*



Regularmente los adolescentes lo hacen por pertenecer a algún grupo social

# \*Violencia en el noviazgo

Como se menciona antes, la violencia es un acto de afectar tanto psicológica y físicamente a una persona con el fin de causar daño ajeno.

En el noviazgo se presenta como celos, prohibiciones, palabras obscenas, golpes, abuso sexual.



## Entonces ¿que es lo mejor para mi?

*Pues muy buena pregunta, hay muchas necesidades sociológicas en las cuales son muy importantes para un adolescente, sin embargo siempre debes saber como sobre llevarlo pues no es muy agradable que te encadenes a una de las conductas conflictivas que tiene un adolescente es mejor llevar una vida agradable y seguir siendo atrevido por descubrir y crecer de forma sana social y académicamente hablando.*



¿Te diste cuenta que todas las conductas de riesgo te llevan a una situación muy delicada y complicada para ti como adolescente?

*Todas te llevan a un abandono de tu nivel de educación y social, eso para ti como adolescente es muy catastrófico.*

La adolescencia es muy bonita solo hay que saber disfrutarla

Piensas que tu nivel de estudio es innecesario pues te equivocas es muy importante para tu desarrollo



Practica algún deporte, escucha música, conoce gente, ama tu ambiente



¿Acaso quieres ser parte de los conformistas?

Imagina que abandonas tu educación académica, ¿que pasaría dentro de los siguientes 10 años?

*Ya notaste lo difícil que es conseguir empleo en estos días, además por si fuera poco no es muy probable que haya empleos bien pagados, entonces como piensas mantener a una familia o tus propios lujos sin un empleo.*



# \*¿Qué tan importante es llevar una vida saludable?

Es fundamental llevar una vida saludable pues no cuesta mucho simplemente debes amar tu vida y buscar un nuevo estilo de vida productivo para ti.

¿Cómo puedo llevar una vida saludable?

*Practica algún deporte.*

*Convive sanamente con amigos y familia.*

*Dedícate a actividades productivas.*

*Presta más atención a tus intereses.*

*Crea un plan de vida a corto, mediano, y largo plazo.*

*Nunca te apartes de tus objetivos.*



# \* ¿Qué deportes debo practicar?

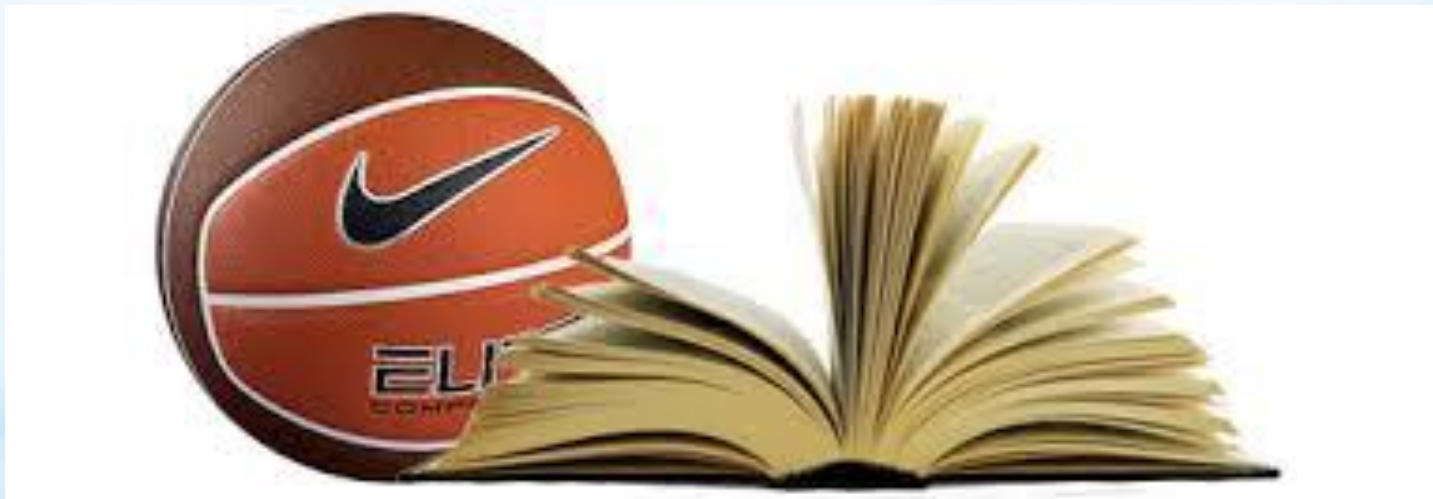
Primero piensa muy bien que deporte te gusta más, con cual crees que tu desempeño te brinde los mejores beneficios y desarrollo pleno , ya que lo pensaste mira las oportunidades que tendrías si practicas ese deporte.





Como es una actividad que requiere mucho tiempo no es muy adecuado que ocupes tiempo de estudio escolar para practicar, pues ambos son productivos para ti.

Te recomiendo mejor dedicarte al deporte después de tu jornada escolar, sin olvidarte de tus obligaciones como estudiante.



# \*Convive sanamente con amigos y familia

La convivencia no es algo fácil de lograr, pues primero para saber convivir debes tener comunicación con las personas que deseas.

*Con los amigos es muy complicado llamar amigo a las personas que te involucran a actividades no productivas y dañinas para ti, antes de llamar amigo a una persona observa bien quien te ayuda y quien te perjudica.*



*Con la familia es importante tener comunicación pero debes lograrla a través de platicas familiares, salidas al campo o a lugares de interés familiar, y siempre tener confianza a tus padres y hermanos pues la familia es muy importante para un desarrollo humano pleno.*



# \* Actividades productivas

Con puedes notar, en el mundo sin preparación académica no puedes conseguir un buen ingreso, por ello te recomendamos continuar con tus estudios, si no has pensado que carrera universitaria continuar, elije lo que mas te guste, lo que de verdad te apasione.



# \* Presta atención a tus intereses

Dedícate y enfócate al objetivo primordial de tu vida, esto obviamente con el conocimiento sobre si es o no es productivo para ti, no gastes tu tiempo en la vagancia pues a futuro nada te ayudara.



# \* crea un plan de vida

¿Ya pensaste que hacer con tu vida?

Debes tener en cuenta que es lo que quieres, tener objetivos de vida a corto, mediano y largo plazo, pues con éstos objetivos cuando los alcances te llevarán a querer más y más y si los sabes administrar te traerán grandes recompensas.



No esperes a que te caiga algo del cielo pues si tu no persigues lo que deseas nada te llegara a tus manos, aférrate a lo que deseas y busca tus objetivos de vida.

Si tu ya tienes objetivos de vida, entonces nunca te apartes de ellos, busca siempre una manera de estar más cerca de ellos jamás te apartes de ellos, pues en un futuro te traerán grandes recompensas



¿No sabes como crear tus objetivos de vida?

Busca lo que más te apasione, que tu crecimiento personal y académico te permita lograr tus objetivos de vida, tu independencia y tu libertad.





Debes de ser mas ambiciosos en tu forma de pensar, esto obviamente sin alejarte de tus principios y valores éticos, pues todos tenemos proyectos y planes en la vida.



Se más apasionado con lo que ames, sin alejarte de tus proyectos académicos y sociales.

Ama tu vida, respeta a tus semejantes, practica algún deporte, conoce gente que te ayude y te haga crecer, disfruta tu vida pero siempre se precavido.



Busca tu éxito. Te espera un mundo por enfrentarte.

# \*Referencias.

<http://deconceptos.com/general/prevencion#ixzz4LNbnzv4F>

<http://concepto.de/desarrollo-humano/#ixzz4LNcTn9VV>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Sexo>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Violencia>

<http://www.inovinsurance.es/consejos-seguros/lexico-de-seguros>