

Evaluación Diagnóstica de los Aprendizajes de las Alumnas y los Alumnos de Educación Básica

Fase 6. Tercer grado de educación secundaria
EIA-02. Promoviendo el bienestar en nuestra comunidad

Nombre completo: _____

Grupo: _____ Edad: _____ Mujer Hombre

¡Hola! Este ejercicio busca conocer lo que han aprendido las y los estudiantes como tú, al inicio del ciclo escolar.

Tus respuestas servirán para que las y los maestros tengan una idea más clara sobre lo que aprendiste el año anterior y cómo favorecer tu aprendizaje.

Te invitamos a que hagas tu mejor esfuerzo, que reflexiones tus respuestas y contestes honestamente.

Instrucciones:

1. Lee con atención las situaciones y problemas que se presentan.
2. Escribe tus respuestas con tus propias palabras, haz los cálculos y dibujos en los espacios indicados.
3. Si requieres más espacio para escribir puedes usar tu cuaderno u hojas blancas.
4. Ten a la mano tu lápiz, goma y sacapuntas. También puedes usar colores para los dibujos o esquemas.
5. Si tienes alguna duda, levanta la mano para que se acerque tu maestra(o) y te la aclare.
6. En caso de que tengas dudas para responder una pregunta, déjala pendiente y continúa con la siguiente. Al final regresa y vuelve a intentarlo.
7. Si terminaste, levanta la mano para que tu maestra(o) recoja tu cuadernillo.

Promoviendo el bienestar en nuestra comunidad

En la comunidad de Los Robles, Campeche, se ha notado un aumento en la prevalencia de enfermedades relacionadas con una mala alimentación y falta de actividad física, como la obesidad y la diabetes. La situación ha llevado a buscar soluciones para promover estilos de vida más saludables.

María y su grupo de clase han decidido organizar una campaña de concientización para fomentar hábitos de vida saludables. Esta campaña incluirá la creación de materiales de divulgación científica, talleres prácticos sobre nutrición, así como el diseño de un proyecto de vida personal que incluya hábitos saludables. Para ello, recopilaron distintos tipos de información de varias fuentes.

Entre la información que han recopilado se encuentra la siguiente infografía.



Fuente: Mahan L., Escott-Stump S., Raymond J. (2013) Krause Dietoterapia. Editorial Elsevier. 13ª Edición.

BUAP Dirección de Acompañamiento Universitario

Adaptado de: Dirección de Acompañamiento Universitario BUAP (2022). El ABCDE para comer saludable.

María encontró información en la clínica de Los Robles sobre los hábitos de alimentación y las principales causas de mortalidad de las personas de la comunidad durante un mismo periodo, las cuales se muestran en las siguientes tablas:

Porcentaje promedio del tipo de alimento que consumen diariamente los habitantes de Los Robles

Año	Frutas	Dulces y azúcar refinada	Verduras	Cereales y leguminosas	Carnes y derivados
2014	7.80 %	5.06 %	21.11 %	53.61 %	12.42 %
2018	7.26 %	6.14 %	20.84 %	52.96 %	12.79 %
2020	7.06 %	7.91 %	19.32 %	51.55 %	14.16 %

Enfermedades que son la principal causa de muerte entre los habitantes de Los Robles

Tipo de enfermedad	Año		
	2014	2018	2020
Del corazón	20.7 %	23.6 %	25.1 %
Diabetes	12.0 %	13.6 %	18.4 %
Cáncer	11.9 %	10.6 %	8.3 %
Del hígado	5.4 %	4.9 %	3.8 %
Respiratoria	4.9 %	4.5 %	8.5 %
Otras	45.1 %	42.9 %	35.8 %

2. Analiza la información de las dos tablas anteriores. Formula una hipótesis, es decir, una explicación posible, sobre la relación entre los hábitos de alimentación de Los Robles y la frecuencia con la que ciertas enfermedades se presentan en la comunidad.

Problemas como el que encontró María pueden presentarse en todas las comunidades, así como a nivel estatal o nacional, y además pueden tener efectos sociales y ambientales.

3. Reflexiona sobre una problemática ambiental o social que afecta a tu comunidad o a México y haz una propuesta de solución, explicando cómo la llevarías a cabo. Puedes incluir gráficos, imágenes o esquemas para apoyar tu propuesta.

María buscó más información, esta vez sobre cómo podría ayudar a solucionar el problema de salud de Los Robles y aprendió que un punto de partida puede ser el cuidado de sí misma. Encontró el siguiente gráfico con recomendaciones para una vida saludable y ha decidido poner en práctica estos consejos para plantearse metas en su proyecto de vida personal.

#ELIGESALUD




1
SEGUIR UNA DIETA SALUDABLE

2
MANTENER ACTIVIDAD FÍSICA, A DIARIO Y CADA QUIEN A SU MANERA

3
VACUNARSE

4
NO CONSUMIR TABACO EN NINGUNA DE SUS FORMAS

5
EVITAR O REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL

6
MANEJAR EL ESTRÉS PARA UNA MEJOR SALUD FÍSICA Y MENTAL

7
MANTENER UNA BUENA HIGIENE

8
NO CONDUCIR A EXCESO DE VELOCIDAD NI BAJO LOS EFECTOS DEL ALCOHOL

9
USAR EL CINTURÓN DE SEGURIDAD EN EL AUTO Y EL CASCO EN LA BICICLETA

10
TENER PRÁCTICAS SEXUALES SEGURAS

11
HACERSE REVISIONES MÉDICAS REGULARES

12
AMAMANTAR A LOS BEBÉS, ES LO MEJOR PARA ELLOS

Adaptado de: Organización Mundial de la Salud (OMS). 9ª Conferencia Mundial de Promoción de la Salud.

4. Escribe hasta tres metas que puedas incluir en tu proyecto de vida personal a partir de la información del gráfico. Para cada meta que escribas, explica cómo se relaciona con tus necesidades de salud.

¡Muchas gracias por tu participación!